参加無料

カフェ・ノーラ

10/12 日

集合　：10:00
活動開始：10:15
解散予定：12:00

会場：生活・保健センター
日野市日野本町1-6-2

対象：ケアを経験する（した）10代～30代の若者
←ケアを経験した方の詳細はこちらでも確認できます。

今回は生活・保健センターのお部屋を借りて体を動かしてスポーツを楽しみたいと思います。ボッチャをはじめ、バドミントンやモルックなどをやります。初めての方も大歓迎！！

持ち物等：　動きやすい服装
水分補給のできる飲み物

お申し込みはこちらのQRコードからお待ちしています！

インスタもやってますのでよかったら、見てください！

@CAFE_NOLLA2024

運営：日野ノーラプロジェクト　代表：片岡
https://wooridom.com/　☎042-506-2859　担当：小山

カフェ・ノーラ

日常で家族のケアをしている子どもや若者のための居場所です。

ケアの悩みや自分のことを話してもいいし、ボードゲームをしたり、本を読んでも、そこにいるだけでも大丈夫。

ノーラとは、フィンランド語で「0（ゼロ）」という意味があります。フィンランド語の「0（ゼロ）」には、「1日の始まりをまっさらな気持ちで始める、気分をリセットする」という意味合いを持っています。ケアを通しての日常の悩みや家庭での役割などを、この場所では一旦リセットしてありのままの自分で過ごせる場所・やりたいことができる時間を過ごせることを目指します。また、同じ悩みを持つ方々との交流や普段接しない人との交流で、悩みを軽くしたり、同じ気持ちを感じている方と交流できる場になれたらと考えています。

～前回の活動～

前半は夏らしくスイカを食べながら、サイコロでトークのお題を決めて好きなものから夏の思い出までたくさん話が弾みました。サイコロを振るまで何のお題が来るか分からないので、それもドキドキ！

後半は近くの公園で手持ち花火！！夏の終わりを感じつつ、色とりどりの花火を堪能できました。

お手伝いして下さるボランティアの方も募集しています。興味がございましたら、下のQRコード又はお電話等でお問い合わせください。

次回の開催予定日

12/14(日)　場所：南平体育館

内容等は決まりましたら
チラシで配布いたします。

運営：日野ノーラプロジェクト　代表：片岡

https://wooridom.com/　　☎042-506-2859　担当：小山