

参加
無料

カフェ・ノーラ



08/02 日 時間：10:00～12:30

会場：日野市栄町2-2-3
(ナチュール内)



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。

今回は日野市内のブルーベリー園でブルーベリー狩りをして、それをジャムにして、かき氷や食パンなどにかけて食べたいと思っています！！
その後、時間を許す限りみんなでボードゲーム等で交流できればと思っています。ご参加お待ちしております！！

～前回の活動～

今回は久々にゆったりと工作で、手作りのアロマジェルポットを作りました。装飾にこだわってみたり、匂いの好き嫌いを他の人と共有したり、個性がたくさん出ていました！

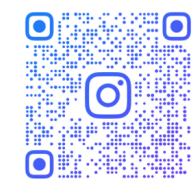
後半は、恒例のボードゲーム遊び。今回もみなさんが積極的に参加してくれたので、盛り上がり楽しむことができました♪



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日の始まりをまったくの気持ちで始める、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ばと考えています。

今年度の活動予定（対面）

10/4（日） 12/20（日） 2/28（日）

を予定しています。詳細に関しましては、チラシが出来上がり次第配布いたしますのでそちらをご確認ください。

活動予定（オンライン）

昨年度より、メタバース空間でのオンラインでカフェ・ノーラも実施しています。アバターのキャラで顔出しせずに参加ができます。隔月（対面のない月）に行っていますので、興味がある方はお気軽にお問い合わせください。

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。興味があれば、下のQRコード又はお電話等でお問い合わせください。



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