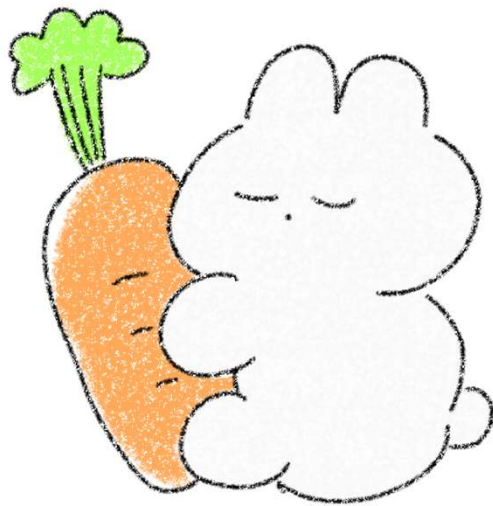


自分のトリセツを作る



自分の機嫌は自分で取ろう！

—— 第52回 こころの県民講座（群馬県） ——

講師：アドバンスレベルWRAP®ファシリテーター / 増川 ねてる氏

配信期間：R7.3.1（Sat）～ R.7.3.31（Mon）

群馬県公式YouTubeチャンネル「tsulunots」にて申込者限定公開！

WRAP®って聞いたことありますか？
自分のトリセツ(取扱説明書)の作り方が分かる！



Wellness	元気
Recovery	回復
Action	行動
Plan	プラン

1人1人が違うように
回復の仕方も違うはず！
自分に合ったプランの
作成ノウハウを学べる！



講師 増川 ねてる 氏 プロフィール



- アドバンスレベルWRAP®ファシリテーター
(米国・コーブランドセンター認定)
- ピアサポーター (千葉県知事認定ピアサポート専門員)
- 公認心理師

新潟県出身。高校1年の頃より強い眠気に悩まされる。
19歳で上京、自分を悩ませていた眠気と夢見が「病」なのだと知る。
治療がうまくいかず、やがて処方薬依存状態に。
30代で、「当事者活動」、「WRAP®」を知り、「WRAP®ファシリテーター」となる。以降、コーブランドセンターでピアサポートについて継続的に学んでいる。45歳でNPO法人を退職、フリーランスとなり、独立。
群馬県在住。全国各地で、ピアサポーターとしてWRAP®をツールにリカバリーを伝える活動をしている。
著書に「WRAP®を始める!」などがある。



お申し込み方法

1. 下記のQRコードもしくはURLから申込みフォームにアクセスし、必要事項を記入します。
△ 電話やFAX等での受付はできませんので、ご了承ください。
2. 申し込み完了者に、後日視聴用URLがメールに届きます。
(R7.2.28 (Fri) に送信予定)



<https://logoform.jp/form/9cfD/824689>

申込期限：R7.2.21 (Fri)



講演に関するお知らせ

1. 本講演は群馬県公式YouTubeチャンネルにて申込者限定で公開します。会場での開催ではありませんので、ご注意ください。
2. 本講演を録画、無断転載することとはご遠慮ください。