



# WRAP が伝えるもの

～誰もが元気になれる、そしていつまでも元気であるために～

元気回復行動プラン(Wellness Recovery Action Plan - WRAP) の考案者であるメアリー・エレン・コーブランドさんを招いての講演会です  
リカバリーへの思いとこれまでの歩み、そしてWRAPをささえる理念についてお話しさせていただきます。

コーブランドさんから精神的な困難を切り抜けてきた人たちへの「元気に暮らすためにあなたはどうしてますか？」という問いかけに寄せられた回答には、経験に裏打ちされたリカバリーの工夫があふれていました。自らも気分の激しい浮き沈みを経験してきたコーブランドさんはそれらを生活に取り入れると共に、同じような困難を経験する人たちと共有するためのリカバリーワークショップを行ってきました。ワークショップでは、参加者が一方的に教えられるのではなく、それぞれが自分に役立つ方法を共有し、お互いに学びあう関係を基本にしています。WRAPと、WRAPの根底に流れる関わりの理念は、これらのワークショップからの学びを結集して形作られました。日本では5月6日付け朝日新聞、「こころの元気+」5月号で紹介され、大きな反響を呼んでいます。

## 福岡講演

日時：11月11日(日) 13:30～16:00

会場：久留米大学筑水会館 イベントホール

〒830-0011 久留米市旭町67 最寄駅：西鉄久留米駅・JR久留米駅よりバス

料金：2,000円

申込み/問合せ：WRAP研究会 E-mail/ [Copeland.kurume@gmail.com](mailto:Copeland.kurume@gmail.com) Fax/0942-48-0111

住所・氏名・連絡先を明記の上 メールまたはFaxにてお申し込み下さい

## 東京講演

日時：11月18日(日) 13:30～16:00

会場：戸山サンライズ(全国身体障害者総合福祉センター)

〒162-0052 新宿区戸山1-22-1

最寄駅：東京メトロ早稲田駅、都営大江戸線若松河田駅

料金：一般3,500円/当事者1,500円/コンボ会員3,000円

申込み/問合せ：WRAP in Ichikawa (らっぴん)

E-mail/ [Copeland.tokyo@gmail.com](mailto:Copeland.tokyo@gmail.com)

Fax /047-318-0606(クラブハウスForUs)

住所・氏名・連絡先を明記の上 メールまたはFaxにてお申し込み下さい



下記ホームページに近日掲載いたしますのでご覧ください

NPO法人コンボ <http://comhbo.net>

クラブハウスForUs <http://www4.plala.or.jp/clubhouse-forus/index.html>

主催：コーブランドさん ジャパンツアー実行委員会  
(WRAP研究会・WRAP in Ichikawa・NPO法人コンボ)

