

生きづらさ・仲間同士の支えあい

# ピアーズトーク in リライト



～トークテーマ～

**孤独・不安・憂鬱などネガティブな気持ちへの向き合い方**

ピアとは「同じような境遇や体験をしたもの同士の支えあい」を意味します。

ピアーズトークでは

これまでに感じてきた生きづらさや障がいによる悩みをみんなで分かち合い、体験や工夫などを共有します。

**10月12日(土) 13:00～14:30 (12:50～入場可)**

場 所：自立訓練(生活訓練)リライト(朝霞駅東口すぐ)

対 象：どなたでも(主に精神・発達障がい当事者、ご家族、支援者等)

**参加費無料・申し込み不要**

【主催・お問い合わせ】 自立訓練(生活訓練)リライト

〒351-0006 埼玉県朝霞市仲町1-1-30-3F

TEL:048-468-5322 (担当:清水)

Mail:npo.reswitch@gmail.com



リライト HP