

●ベルベッキオ通信●

3月号

発行元： 北区障害者生活支援センター ベルベッキオ

電話048-661-7092

地域活動支援センター ベルベッキオ

電話048-651-7728

4・5・6月イベントについて

4月イベント
【4周年記念祭】
4月13日(土)を予定

5月イベント
【ベルベッキオ合同展示会】
5月14日(火)～5月18日

6月イベント
【肖像画展】
絵画教室やフリースペース等で
制作した自画像の展示を予定

3月7日(木)に4・5・6月のイベントについての説明会を設けます。
それぞれのイベントに興味がある方は、是非参加してみてください。
説明会では、詳細についてお話しするとともに皆さんからのご質問にお答えできればと思っています。お待ちしております。

ヨガカフェ

毎月第2月曜日に、誰でもできるヨガが始まります。

3月11日(月) 13:30～14:30

講師：ベルベッキオスタッフ 渡辺

定員：15名程度(参加希望の方はご予約をお願いします)

参加費：無料

持ち物：動きやすい服装・汗拭きタオル・飲料水など
楽しく一緒にリラックス。終了後コーヒープログラムがあります。



朝を有効に！あさかつ（朝活）の日程

デイケアや仕事の開始前に参加ができます
ベルベッキオの活動に短時間から参加したい方にもおすすめです

3/6 3/13 3/20 3/27

(毎週水曜日)

時間：9:00～9:30

朝カフェ OPEN

コーヒーマットのテイクアウトいかがですか？

ホットコーヒー¥150 紅茶¥50

ベルベッキオに登録が無くても参加できます

2019年3月 イベント＆プログラム

◆【ものづくりサークル】毎週火曜日 15:00～17:00 (入退室自由)

3月 5日(火) 小山のものづくり①
3月12日(火) 小山のものづくり②
3月19日(火) 尾崎のものづくり①
3月26日(火) 尾崎のものづくり②

◆【語ルッキオ】3月28日(木) 15:00～

スタッフとメンバーが一緒になり、ベルベッキオについて考える時間です。
ご自身の希望や疑問がある方は一緒に考えましょう。

◆【ヨガカフェ】3月11日(月) 13:30～

第2月曜日に、誰でもできるヨガが始まりました。
定員：15名程度(参加希望の方はご予約お願いします)
参加費：無料
持ち物：動きやすい服装・汗拭きタオル・飲料水など
楽しく一緒にリラックス。終了後コーヒープログラムがあります。

◆【夕活】3月15日(金) 13:30～

年度末ということもあり「お疲れお好み焼き」がテーマです。
午前プログラム参加者がスタッフと共に企画してくれたイベントです。
参加費：500円

バレーボール会

3月13日(水)

11:00～15:00

大宮体育館

ベル集合 10:30

現地集合 11:00

ウォーキングを兼ねて行きは徒歩で向かい、
帰りはバス利用の予定です。

【持ち物】

室内シューズ、運動着、飲み物、タオル、交通費、手帳 等

※現地にて昼食としますので
各自ご用意をお願いします。

絵画教室

3月2日(土) 9日(土) 16日(土) 23日(土) 30日(土)

13:00～15:00

何週参加しても¥500

「上手いだけが絵じゃありません」

一人ひとりの表現の仕方などを大切に進めています！

道具の持参は、必要ありません。

詳細はスタッフへ

