

WRAP 定期クラスのご案内

ふらっぴ

時間：毎週金曜日 12:30~15:30

(始めと終わりにデイケアの集いがあります)

場所：すすらんホール（売店横）

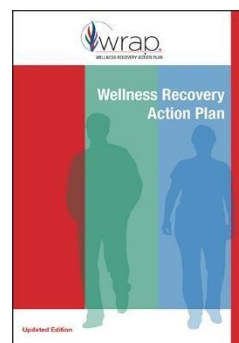
~WRAP(ラップ)とは~

「Wellness Recovery Action Plan」の頭文字をとったもので、「元気回復行動プラン」と訳されています。「自分のトリセツ」とも言えます。

WRAPは「いい感じの自分」をキープするために、また調子を崩したときに「いい感じの自分」を取り戻していくのに役立ちます。

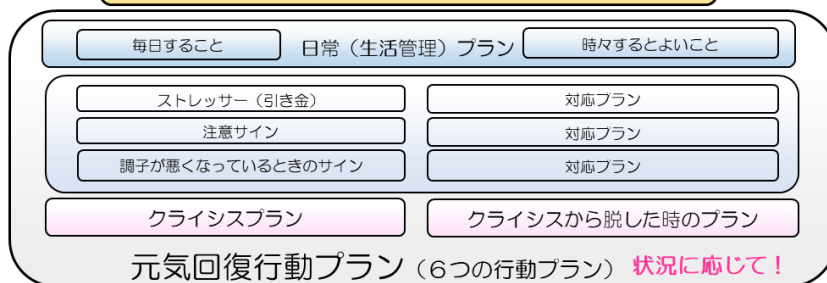
ふらっぴでは、一人ひとりが自分のWRAPを作っていくにあたって、みんなで楽しく話しながら考え方やアイデアを深めていきます。

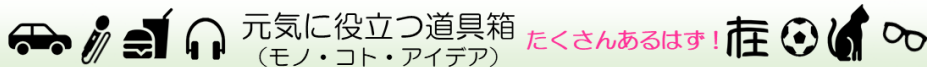

みんなが安心して参加できる場になっています。ぜひご参加ください！



ファシリテーター
加藤伸輔氏（しんく）
ピアサポートグループ在

いい感じの自分



 元気に役立つ道具箱
(モノ・コト・アイデア) **たくさんあるはず！** 在 

リカバリーに大切なこと 希望の感覚・自分が主体となること（責任） **意識の**
学び・自分のために権利擁護すること・サポート **向けどころ！**

☆参加するには？

藤沢病院デイケアご利用の方または入院中の方で主治医と相談できている方

☆費用は？

各種健康保険および自立支援医療が適用になります

例）各種保険（3割負担で）1270円、自立支援適用（1割負担）で420円、生活保護の方無料

☆参加にあたって

参加前にはデイケア科職員室にお立ち寄りください

【お問合せ先】藤沢病院デイケア科 TEL0466-23-0909