おおえメンタルクリニックゆう　デイケア ”リカバリープログラム”　2019年11月

11月	月	火	水	木	金
午前	・プログラムは変更になる可能性があります。 ＊「WRAP」は①～⑩の10回で、元気に役立つ行動プランを考えます。				1日 座禅
午後					コミュニケーションを学ぼう
午前	4日 振替休日	5日 陶芸教室	6日 お悩み相談会	7日 社会資源を学ぼう	8日 茶話会
午後		認知機能トレーニング	マインドフルネス	運動をしよう	心理教育
午前	11日 習字をしよう	12日 パソコンをしよう	13日 茶道教室	14日 マインドフルネス	15日 英会話
午後	WRAP①*	認知機能トレーニング	SST	運動をしよう	やさしい精神医学
午前	18日 マインドフルネス	19日 陶芸教室	20日 お悩み相談会	21日 音楽鑑賞	22日 座禅
午後	WRAP②*	認知機能トレーニング	行動療法	運動をしよう	心理教育
午前	25日 華道教室	26日 パソコンをしよう	27日 認知機能ってなに？	28日 イギリス留学報告会	29日 英会話
午後	WRAP③*	認知機能トレーニング	SST	運動をしよう	行動療法