

## 第16回 WRAP集中クラス ご案内



「元気に暮らすために、  
あなたはどのような工夫をしていますか？」

元気回復行動プラン(WRAP ラップ)は、困難なことがあっても、毎日楽しく過ごしたい。元気に自分らしく生活していきたい。もっと何かにチャレンジしてみたい、と願うあなたの役に立つかもしれません。

今回の集中クラスは元氣のために自分にできること、日々の健康に関する工夫を参加者の皆さんと一緒に考えていきます。2日間参加する事で、ご自分のWRAPを作る際のヒントを得られます。

当日はファシリテーターが進行を担当しますので、WRAPを御存知ない方でも大丈夫です。どうぞお気軽に御参加下さい。なお、支援者(専門職)として御参加される際には、お勤めの機関の利用者さんと一緒に参加される事をお勧めします。

日時：1日目 2015年 2月 14日(土) 2日目 3月15日(日)  
9:45 ~ 16:30 (受付 9時30分~)

WRAPに関心がある方なら、どなたでもご参加お待ちしております！  
病気の有無、病名などは問いません。できるだけ2日間とうして参加頂くことを願います。(2日目だけの御参加はご遠慮ください)

定員：15名(定員になり次第締め切らせていただきます)

会場：日本福祉大学 名古屋キャンパス \*南館5階  
名古屋市中区千代田5-22-35 地下鉄・JR中央線「鶴舞」下車 徒歩3分

参加費：6500円(テキスト代 含)

\*経済的に苦しい方、障害者手帳をお持ちの方、学生は自己申告にて3250円

\*クラス当日に会場でお支払いください。

申込み：裏面の参加申込書に必要事項をご記入の上、FAXにてお申込みください。

Eメールの場合には裏面の項目を記して送信下さい。

申込み：e-mail：[WRAPNAGOYA@gmail.com](mailto:WRAPNAGOYA@gmail.com) FAX：020-4663-5127

★ご注意：コンビニ等のFAXでは送信が出来ない事があります

問合せ先：TEL：0569-87-2341<内線6409> (日本福祉大学・寺澤)

\*不在が多いですのでFAXかメールでのお問い合わせをよろしくお願いいたします。

主催：WRAP名古屋(らっぷなごや)

後援：名古屋市精神障害者家族会連合会

## プログラム(予定)

1日目	・オリエンテーション ・WRAPの概要 価値と倫理 等 ・自己紹介 ・安心できるための約束事 ・リカバリーにとって大切なこと「希望」「責任を持つこと」 「学ぶこと」「私の権利を守ること」「サポート」
2日目	・「元気に役立つ道具箱」 「日常生活管理プラン」 「引き金になる出来事に対処するプラン」 「注意サインに対処するプラン」 「調子が悪くなってきている時のプラン」 「クライシスプラン」「緊急状況を脱した時のプラン」

- \* 1日目終了後に親交を広める機会として茶話会を予定しております。  
お時間に余裕がある方は当日ご参加ください。  
(会場は鶴舞駅近辺です。開催時間17時～18時30分(予定) 会費:ご自身の飲食代のみ)

## 参加申込先 FAX番号 020-4663-5127

★ご注意:コンビニ等のFAXでは送信が出来ない事があります

御氏名		
御所属		
連絡先	住所	〒            —
	電話番号	
	Eメール	
参加費	ご希望の金額を○印で囲んでください。            6500円 ・ 3250円	

### ※事務局からのお願い

- ・当日は直接、会場へお越しください。定員オーバーよりご参加いただけない場合のみ事務局よりご連絡いたします。
- ・事務局から連絡する際には経費削減の為に、メールで連絡をさせていただきたいと思っております。メールアドレスをお持ちの方はご記入くださいますようお願い致します。

