

2020年春

生活訓練事業所 Epoh.Life 開設予定!

「うつ病でも働きたい」 をサポート!

就職・復職

- ①気分・体調を自分でコントロールし、
- ②習慣化するお手伝いをします。



Epoh.Lifeでは!

- ◆ 気分障害から回復したSTAFFが経験を生かしてサポート!
- ◆ 日々の記録をもとに、セルフコントロールの習慣化
- ◆ WRAP、ヨガ、多様なリカバリー法を提供

生活リズムを整える訓練

- ・活動記録
- ・ヨガ
- ・軽スポーツ



社会生活に向けた訓練

- ・WRAP
(私の取扱説明書)
- ・SST (問題解決技法)
- ・認知行動療法 等



その他

- ・就職準備サポート
- ・趣味活動
- ・その他の個別サポート



今後、随時WRAPワークショップ、当事者会を開催予定!
日程等をメール、ホームページ、Twitterでご案内します。

精神・発達障害の方のための生活訓練

Epoh.Life(エポライフ)

〒273-0005 千葉県船橋市本町

TEL : 080-3427-5667

Mail : epoh@keiyo-care-ijp

アクセス:

京成線船橋駅から徒歩10分

