

こころのリカバリークリニック+勝 デイケア『リカバリープログラム』

2024.8

8月	月	火	水	木	金
				1日	2日
午前	・プログラムは変更になる可能性があります。			Let'sレクリエーション	マインドフルネス
午後				Rの時間	運動をしよう
	5日	6日	7日	8日	9日
午前	作ってみよう	パソコンをしよう	リフレッシュタイム	音楽鑑賞	マインドフルネス
午後	リカバリーについて	認知トレーニング	SST	Rの時間	運動をしよう
	12日	13日	14日	15日	16日
午前		やさしい運動	生き活き体操		
午後		(お休み)	認知トレーニング		
	19日	20日	21日	22日	23日
午前	英会話	パソコンをしよう	リフレッシュタイム	お悩み相談会	マインドフルネス
午後	リカバリーについて	認知トレーニング	SST	Rの時間	運動をしよう
	26日	27日	28日	29日	30日
午前	茶話会	習字をしよう	生き活き体操	音楽鑑賞	マインドフルネス
午後	リカバリーについて	認知トレーニング	行動療法	Rの時間	運動をしよう