

# ぴあワークスの ご案内

## ぴあワークスとは？

メンタルヘルス・ユーザーのピアカウンセリング<sup>(注)</sup>を中心にした集まりで、誰もがくつろげる居場所作りを目指しています。

(注)仲間同士のカウンセリング

※メンタルヘルス・ユーザーを理解してご協力いただける方の参加も歓迎します。

## 開催日時・開催場所

開催日時： 毎月 第3日曜日 14:00～16:30

開催場所： 丸亀町レッツ 4階カルチャールーム

## ぴあワークスについてのお問い合わせは

電話：090-9455-9164

### 【プライバシーについて】

プライバシーは守られて運営されています。  
会で話されたことはその場だけの事に留めておきます。



### やっていること

1. 近況報告
  2. 悩みなどの相談や意見交換
    - ◇これまでのテーマ
      - ・仕事について
      - ・がんばることについて
      - ・楽しかった話 …など
  3. ピアに関する情報交換
  4. メンタルヘルス・ユーザーの憩いの場
  5. 地域交流(小旅行・施設訪問など)
  6. 権利擁護活動
  7. 講師派遣
- ・体調の悪い時は、自由に欠席してかまいません。
- ・デイケアと違い、スタッフが指導するのではなく、参加者がみんな対等です。
- ・メンタルヘルス・ユーザー全員が主役で、自分たちの活動は、自分たちで決めることができます。
- ・運営は、自主的に参加する有志がミーティングを開き、運営方法を検討しています。