



Training WRAP

Wellness Recovery Action Plan

WRAP is een herstelmethode die helpt weer grip te krijgen op je leven, het is *'een gereedschapskoffer voor een goed gevoel'*.

Je beschrijft wat je nodig hebt om je gelukkig te voelen. Vervolgens werk je in 6 actieplannen uit wat je zelf kan inzetten om dat te bereiken.

Sleutelbegrippen van de WRAP zijn:

- **Hoop**
- **Persoonlijke verantwoordelijkheid**
- **Eigen ontwikkeling**
- **Opkomen voor jezelf**
- **Steun geven en krijgen**

De training bestaat uit acht bijeenkomsten van 23 juli t/m 10 september 2024

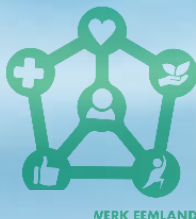
Wanneer: elke dinsdagmiddag van 13.30 tot 16.00 uur

Waar: Stichting Balans, Smitsweg 311, 3765 CJ, Soest

Je kunt je aanmelden voor de training via:

06 – 572 56 720

HerstelactiviteitenEemland@ggzcentraal.nl



MERK EEMLAND

**ggz
CENTRAAL**



kwintes