

WRAP 集中クラス



でえれえお待たせしました♪
よかったら来んちゃい～☆

晴れの国～
in 岡山 

WRAP（ラップ）は現在の状況を自分なりに改善したい、もっと人生を楽しみたい、自分らしく生きていきたいと思っている方なら誰でも使えるものです。毎日をいい感じに過ごすため、気分がすぐれないときに元気になるためのプランをひとりで、または仲間と協力しながら自分自身で作ります。「誰もが望む生き方ができるし、元気になることができる」という考え方を基礎にしています。今回のクラスが、参加者おひとりおひとりにとって学びを深め、有意義な時間になりますように・・・

ウェルネスリカバリーアクションプラン
WRAP(ラップ)とはWellnessRecoveryActionPlanの略称で「元気回復行動プラン」と言われます。アメリカでメアリー・エレン・コーブランドさんを中心に、精神症状を経験した人達によってつくられ、今なお発展し続けています。自分の元気に役立つ生活の工夫を発見し、使いこなせるようにまとめておく方法です。

日時

2017年5月20日(土)・21日(日)
(10:00～17:30) (9:30～17:00)

会場

あすなろ福祉会 1階
〒700-0822 岡山県北区表町 3-7-27

参加費

2日間 7000円
※資料代、お茶、お菓子が含まれています。(定員17名)※先着順

進行役

さかもとあきこ(WRAPアドバンスドファシリテーター)
元気の道具箱:植物、占い、呑み会
うねちゃん(WRAPファシリテーター) とつきー(WRAPファシリテーター)
ぼーとすること、いい匂いをかぐこと、旅 ソイラテ、歩くこと、写真を撮ること

内容

・リカバリーに大切な5つのこと
・元気に役立つ道具箱・WRAP*参加者で対話をしながら進行します。

申込方法

裏面の必要事項にご記入後、下記のFAXまたは、必要項目を入力しE-mailにお送りください。 申込締切 5月13日

連絡先

Wrapeach(らっぴーち)
FAX: 086-273-2890/ E-mail: wrapeach@yahoo.co.jp
問い合わせのみ: TEL: 090-6408-2511
Facebookしています! wrapeach で検索してね!

WRAPに興味をお持ちで、2日間参加出来る方であればどなたでもお申し込みいただけます。

会場へのアクセス方法

JR 岡山駅より

●路面電車利用

東山行 西大寺電停下車(約5分)

下車後徒歩(約3分)

清輝橋行 郵便局前電停下車(約5分)

下車後徒歩(約8分)

●バス利用

■天満屋行 天満屋バスステーション下車

表町商店街を南へ徒歩約5分

■宇野表町バスステーションより

徒歩4分

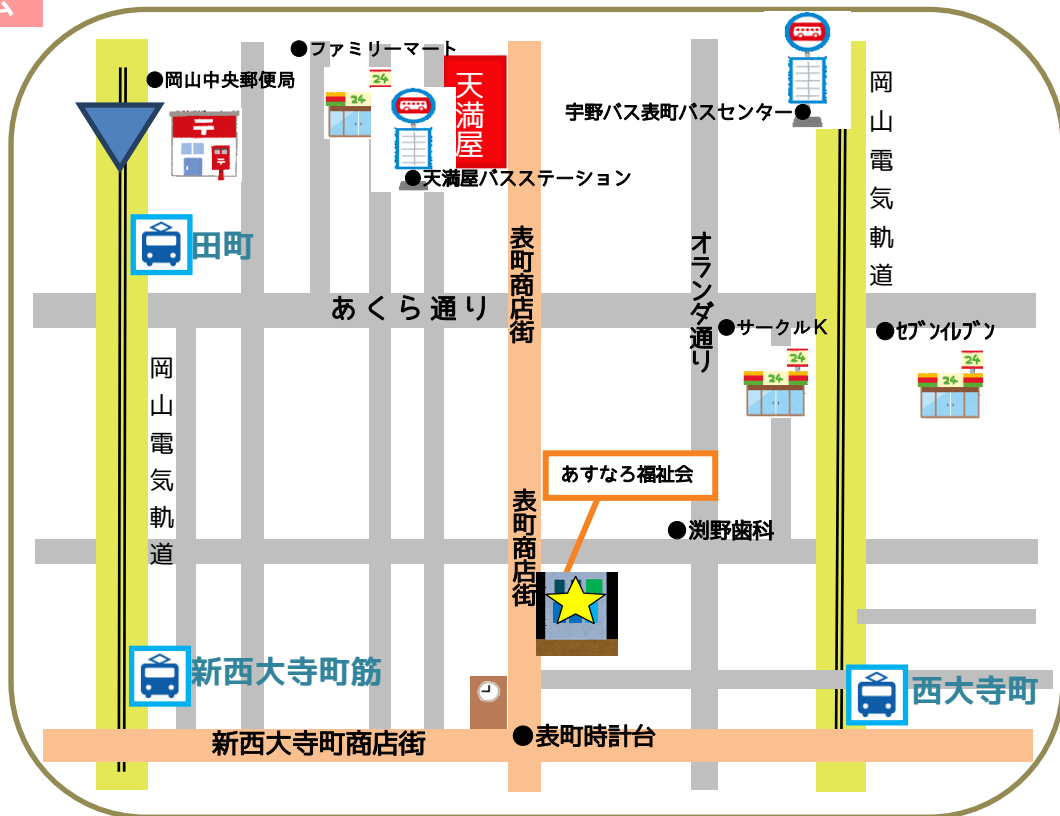
■めぐりん【京橋】

西大寺町下車徒歩3分

●徒歩

JR岡山駅東口から約30分

※専用の駐車場はありません



WRAP クラス 申込記入欄

(ふりがな) ①お名前	()
②住所	〒 —
③連絡先	Tel () — E-mail
④今回 WRAP 集中クラスに期待すること ・ 気になること や質問など	
⑤ 20日(土)の晩に懇親会を予定しています。参加の希望を教えてください。(予算は4000~4500円) 参加する ・ 参加しない ・ 考え中 (○をお願いします)	

* 申込を受付後、主催者から上記の連絡先にご連絡させていただきます。