

WRAP™

Terugkom groepen

De Herstelacademie biedt komend najaar terugkom bijeenkomsten voor mensen die een WRAP training hebben gevolgd. WRAP is een dynamisch instrument wat je tijdens deze bijeenkomsten kunt updaten of juist verdieping geven. Door de uitwisseling in groepsverband kom je mogelijk op nieuwe ideeën of inzichten. Er worden vier maandelijks bijeenkomsten verzorgd die worden begeleid door ervaren WRAP facilitators.

Wellness Recovery Action Plan

WRAP (Wellness Recovery Action Plan) is in 1997 ontwikkeld door Mary Ellen Copeland, vanuit haar ervaring met psychische ontwrichting. WRAP is een instrument voor zelfonderzoek, een toevoeging aan alles wat je al weet van jezelf, wat werkt en wat je goed doet. Jij beslist wat je deelt, wanneer en met wie.

WRAP is voor iedereen die persoonlijke verantwoordelijkheid wil nemen voor het eigen welbevinden en erachter wil komen wat voor hem of haar werkt. WRAP werkt los van rollen en diagnostische kaders. Het is dus geen signaleringsplan of begeleidingsplan. En je kan met WRAP geen hulpverlening of medicatie vervangen.

Het herstelprogramma van WRAP bestaat uit:

- De vijf sleutelbegrippen:
 - Hoop
 - Persoonlijke verantwoordelijkheid
 - Eigen ontwikkeling
 - Opkomen voor jezelf
 - Steun
- Gereedschapkoffer voor een goed gevoel
- De WRAP en de actieplannen

WRAP geeft mensen een instrument in handen om het eigen herstel vorm te geven. Iedereen is deskundig over zichzelf.



Voor wie?

Heb jij een WRAP training gevolgd bij GGZ Delfland of de Herstelacademie? Dan ben jij van harte welkom op deze terugkom bijeenkomsten. Neem bij de bijeenkomsten jouw eigen WRAP mee, dat kan in de vorm van het werkboek maar ook jouw eigen vorm kun je meenemen. Deelname is kosteloos, tijdens de bijeenkomsten zal er koffie en thee klaar staan.

Informatie?

Wat: Terugkom bijeenkomsten WRAP™
Voor wie: Mensen die een WRAP training hebben gevolgd, per bijeenkomst maximaal 10 deelnemers.
Wanneer: 19 september, 17 oktober, 21 november en 19 december
Tijd: 13.30 uur - 16.00 uur, inloop vanaf 13:15 uur
Waar: Stadhouderslaan 98, 3116 HT Schiedam
Aanmelden: Aanmelden is verplicht, mail herstelacademie@ggz-delfland.nl o.v.v. WRAP terugkomdag en datum. Vermeld welk onderwerp of thema jij graag zou willen bespreken.
Informatie: Herstelacademie, 06 23 94 06 78, herstelacademie@ggz-delfland.nl

Persoonlijke
zorg dichtbij

herstelacademie

doel
delfland