

WRAPクラスでは、リカバリーに大切なこと、元気に役立つ道具箱、WRAP(元気回復行動プラン)について学び、参加者同士が生活の工夫や経験を持ち寄る中で、自らが元気に過ごすためのプランを自分自身でデザインしていきます。

WRAPを通じ、クラスに参加する全ての人がお互いに学び合う関係の中からも生まれるか、共に体験できるのを楽しみにしています。

皆様のご参加を心よりお待ちしております。

日時 :

2018年10月27日(土) 18時~21時(予定)

2018年11月24日(土) 18時~21時(予定)

2018年12月22日(土) 18時~21時(予定)

2019年 1月26日(土) 18時~21時(予定)

毎月月末土曜日 18時~21時(予定)

会場 : スマイル中野 5F 和室 (東京都中野区中野五丁目68番7号)

アクセス方法 : 最寄駅) 電車: JR 中野駅下車、北口より徒歩 7分



対象 : 自分のWRAPを作りたい方
WRAPを学んでみたい方ならどなたでも!

参加費 : 500円(初参加は100円)
クラスの進行はトレーニングを受けたWRAP
ファシリテーターが行います。

定員 : 10名程度
※定員になり次第締め切らせていただきます。

参加申し込み、問い合わせ : Email : staff@asdj.org

主催者 : 東京Wrap <http://tokyo.asdj.org/>