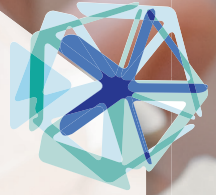


Herstel Talent

Reimerswaal



**Wil jij meer grip op je leven? Werken aan je welzijn?
Uitzoeken hoe je beter voor jezelf kan zorgen of kan
voorkomen dat dingen misgaan? Doe dan mee met de WRAP.**

Wat is WRAP?

WRAP staat voor Wellness Recovery Action Plan en is een plan waarin je allerlei dingen schrijft die jou helpen om je goed te gaan of blijven voelen.

Je maakt dit plan in een groep. Hierdoor kun je ideeën opdoen van anderen die mogelijk voor jou ook werken.

Hoe werkt het?

De WRAP (het plan) bestaat uit 7 onderdelen:

- Gereedheidskoffer voor een goed gevoel
- Dagelijks onderhoudsplan
- Triggers en actieplan
- Vroege waarschuwingstekens en actieplan
- Signalen van ontsporing en actieplan
- Crisisplan
- Post crisisplan

Voor wie?

De WRAP is voor iedereen die wel eens tegenslag in het leven heeft ervaren en meer grip wil op zijn of haar bestaan.

Praktische informatie

Je maakt het plan in 8 bijeenkomsten van 2,5 uur onder leiding van twee mensen die werken bij Stichting HerstelTalent en die zijn opgeleid om een WRAP-groep te ondersteunen.

We starten in Reimerswaal op 23 april 2022. Alle bijeenkomsten zijn op zaterdag van 14.30 tot 17.00 uur. De data zijn: 23/4 • 30/4 • 7/5 • 14/5 • 21/5 • 28/5 • 4/6 • 11/6/2022.

Aanmelden

U kunt zich aanmelden via info@hersteltalent.nl of 06-22889296, of neem vrijblijven contact op voor meer informatie.



HerstelTalent is een organisatie die is gespecialiseerd het ondersteunen bij het omgaan met tegenslag in het leven én het weer oppakken van het leven na ingewikkelde omstandigheden. Wij werken voor dit project samen met de gemeente Reimerswaal.