

ひ め じ d e



WRAP

集中クラスのご案内

WRAP（ラップ）は、誰もが使える自分の「元気」のためのプランです。今、困難に感じる事があっても、幸せを感じた経験や自分が大切にしたい未来を思い起こし、自分の「元気」のために出来るプランを、自分で考えてゆきます。風薫る5月の姫路で、一人ひとりの「元気」を持ち寄り、みんなで「元気のために大切なこと・出来ること」に出会ってみませんか？

WRAP や「元気」に関心のある方どなたでもご参加いただけます。ぜひご参加ください。

日程	5月28日（土） 9：00 受付 9：30～16：00	5月29日（日） 9：00～15：30
内容	WRAPの概要 リカバリーに大切なこと 希望 責任（主体性） 学ぶ 権利擁護 サポート	元気に役立つ工具箱 日常生活管理プラン 引き金 注意サイン 調子が悪いとき クライシスプラン、脱クライシスプラン

ファシリテーター：坂本明子、中戸川早苗、長野志保

会場：納屋工房コミュニティスペース nayakobo.com/

対象：2日間ご参加いただける方

参加費：6,000円（資料・お菓子代を含む）

※当日会場でお支払いください

昼食：会場内持ち込み可。近隣にも飲食店が多数あります。

定員：16名

♪お知らせ♪ 二日目終了後に姫路城観光へ出掛けませんか？ご希望の方、お待ちしております！

お申込み：メールにて①お名前 ②連絡先 ③姫路城観光参加の有無 をお知らせください。

お問い合わせ：メールアドレス tsurumaru360@gmail.com

