

WRAP in 神楽坂

定期クラス① 開講のお知らせ

『WRAP』(ラップ)とは

Wellness Recovery Action Plan を略したもので、日本語では『元気回復行動プラン』と表されます。不快で苦痛を伴う困難な状態を自分でチェックし、プランを作成実行。困難を軽減、改善あるいは解消するためのシステムです。

ワークショップでは、時には友達やその他のサポーターに、手助けやフィードバックをしてもらい、様々な困難を乗り越えるための『自分自身の取扱説明書』を作成していきます。



今回のテーマ：WRAPの概要など



- 開催日時：平成29年4月15日(土) 13時00分～15時00分
(途中退出、飲食物持込可)
- 会場：就労移行支援事業所 ラルゴ神楽坂
東京都新宿区西五軒町8-10 臼井ビル2階
東京メトロ東西線『神楽坂駅』1番出口より徒歩7分
東京メトロ有楽町線『江戸川橋駅』4番出口より徒歩5分
- 進行：中川 孝行(たか) WRAPファシリテーター
倉田 真奈美(まみ) WRAPアドバンストファシリテーター
- 参加費：500円
- 参加定員：15名(定員に達し次第受付終了)
- 申込方法：下記まで、メール、電話、FAXにてお願いいたします。
メール：wrap.in.kagurazaka@gmail.com (WRAP in 神楽坂)
電話：03-5579-2497 (ラルゴ神楽坂)
FAX：03-5579-2498 (ラルゴ神楽坂)

WRAP in 神楽坂 4月15日(土) FAX参加申込書

(FAX申し込みの場合は下記記入後、切り取らずそのまま送信願います)

氏名またはニックネーム(当日呼ばれたい名前)： _____



-  都営バス
 石切橋停留所より 徒歩 3分

-  都営大江戸線
 牛込神楽坂駅より 徒歩 13分

-  東京メトロ東西線
 神楽坂駅 1番出口より 徒歩 7分

-  東京メトロ有楽町線
 江戸川橋駅 4番出口より 徒歩 5分

- JR・各地下鉄線
 飯田橋駅より 徒歩 12分

※ 障害者手帳をお持ちの方は
都営地下鉄・都バスに無料で
乗車出来ます。