

RIBW Nijmegen & Rivierenland



Cursus WRAP

Meer grip op je leven met de WRAP! Tijdens de WRAP (Wellness Recovery Action Plan) kan je onderzoeken wat jij nodig hebt om je goed te voelen.

Team Herstel van de RIBW Nijmegen & Rivierenland organiseert 8 WRAP bijeenkomsten ondersteund door mensen met eigen ervaring in het herstelproces.

- Je onderzoekt wat jij nodig hebt om je goed te voelen
- We wisselen ideeën en ervaringen uit
- Je ontdekt wat jou helpt als het wat minder gaat
- Je maakt een persoonlijk plan, een gereedschapskoffer

Meer weten?

De WRAP cursus duurt in totaal acht weken en iedere bijeenkomst duurt twee en een half uur. De groep bestaat uit maximaal twaalf deelnemers (inclusief de trainers). De cursus is voor cliënten van het RIBW geheel gratis. Wil je meer te weten komen over deze cursus? Bekijk dan onderstaande video of neem contact op met Anne Tomassen of Manuela van den Steenhoven. Je vindt de contactgegevens onder 'Gegevens'.

Aanmelden of vragen?

Wil je meedoen met de WRAP? Of heb je nog een vraag over de cursus? Neem dan contact op via onderstaande gegevens en we maken een afspraak om kennis te maken.

Gegevens

Manuela van den Steenhoven

T: [06 25 07 80 94](tel:0625078094)

E: m.vd.steenhoven@ribw-nr.nl

Anne Tomassen - van Kessel

T: [06 23 61 95 76](tel:0623619576)

E: a.v.kessel@ribw-nr.nl



RIBW Nijmegen & Rivierenland

Kerkenbos 1103a

Nijmegen

088 - 382 24 22

www.ribw-nijmegenrivierenland.nl

info@ribw-nijmegenrivierenland.nl