

## WRAP cursus

### Herstel van welbevinden.

Een nieuwe zelfhulpcursus voor cliënten GGZ die door middel van het zelf uitdenken van de gereedschapskoffer voor een goed gevoel en actieplannen gericht op welbevinden (WRAP) aan een hogere kwaliteit van hun leven kunnen werken.



Er zijn 12 wekelijkse bijeenkomsten van ongeveer 2,5 uur

Locatie binnen Den Haag

Startdatum afhankelijk van het aantal deelnemers, we streven naar een groep van ongeveer 8 deelnemers en een start in maart.

Gegeven door ervaringswerkers Emilie Nieuwenhuis en Anita Vreeswijk

Je kunt je opgeven via je eigen SPV maar ook bij:

Emilie Nieuwenhuis e-mail: [e.nieuwenhuis@parnassia.nl](mailto:e.nieuwenhuis@parnassia.nl) of 0612929481 graag boodschap inspreken met telefoonnummer.