

こころの温泉



依存問題を持つ方を対象にした「こころの温泉」というプログラムを始めました。このプログラムでは、参加者の心が和むようなグループワークを共に作り、まるで温泉に浸かっているかのような「ほっこりした気持ち」や「癒し」などを共有したいと考えています。ご参加をお待ちしています。

10月の予定

参加者募集中



2020年10月	内容
14日（水曜日） 14：00～15：00	テーマ <u>「自分を支える柱を作ろう」</u>
21日（水曜日） 14：00～15：00	テーマ <u>「孤独な自分とサヨナラしよう」</u>
28日（水曜日） 14：00～15：00	<u>認知行動療法「SMARPP」</u> 今回は、飲酒や薬物使用の「引き金」と「欲求」について学びます

当院に通院中の方のみ参加できます。参加を希望される方は、院長にお伝えください。費用は1回につき、診療代と資料代（50円）が掛かります。

新型コロナウイルス感染防止のため、マスク着用にご協力をお願いいたします。また、発熱や倦怠感など感染兆候がある場合は参加をお控えください。

10月7日（水曜日）14：00～15：00はAA（アルコールクス・アノニマス）のミーティングを行います。是非、ご参加ください。