

## Do you Know A sano Program 土曜の朝のプログラム



アパリクリニックでは、デイケアの一部として、外来通院される患者様向けのプログラムを開催しております。わかりやすいテキストを用いて、依存症について考えたり、複数の人達で話しあったりするグループワークです。

薬物、アルコール、ギャンブルなどの問題で通院中の方は、まずは アパリクリニックの主治医にご相談ください。予約の必要はなく、ご都合のよい回から参加が可能ですので、お気軽にお越しください。

開催日時: 毎週土曜日の 10:30~12:00

場 所 : 本ビル 地下1階 B1B

2月3日	第1回	プログラムのはじめに
2月10日	第2回	アディクションの特徴
2月17日	第3回	「引き金」と「とりあえずの対処方法」
2月24日	第4回	「避けられる引き金」と「避けられない引き金」
3月2日	第5回	再発をふせぐために
3月9日	第6回	セルフケアに取り組む
3月16日	第7回	自助グループについて※1
3月23日	アディクション・ミーティング体験※2	
3月30日	第8回	最初の1年間の回復
4月6日	第9回	回復のための正直さ
4月13日	第10回	周囲の人との関わり
4月20日	第11回	プログラムを振り返って
4月27日	アディクション・ミーティング体験※2	

※1 NAメンバー(日本ダルク職員)より自助グループに関する説明

※2 アディクション・ミーティング体験(当事者スタッフによる説明と体験ミーティング)