

## 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

3月29日	第1回	プログラムのはじめに
4月5日	第2回	アディクションの特徴
4月12日	第3回	「引き金」と「とりあえずの対処方法」
4月19日	第4回	「避けられる引き金」と「避けられない引き金」
4月26日	第5回	再発をふせぐために
5月10日	第6回	セルフケアに取り組む
5月17日	第7回	自助グループについて
5月24日	第8回	最初の1年間の回復
5月31日	第9回	回復のための正直さ
6月7日	第10回	周囲の人との関わり
6月14日	第11回	プログラムを振り返って