

R2年度 依存症回復プログラム DEJIMAARPP(デジマープ) ～「今の自分を変えたい」あなたに～

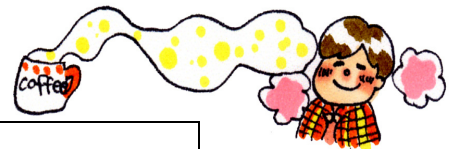
当センターでは、アルコール・薬物・ギャンブル等の使用や利用を改めたいという方を対象に、回復プログラムをグループで実施します。

このグループでは、同じ悩みを抱える仲間と一緒に、アルコール・薬物・ギャンブル等にたよらない生き方を取り戻す「回復」を目指します。

一人で悩まず、みんなで一緒に自分らしい生き方を探してみませんか？
あなたのご参加を心よりお待ちしております。

開催日：令和2年10月～令和3年2月 第2火曜日 13:30～15:30

内容：テキストによる学習とミーティング



回	実施日	内容
1	10月13日(火)	「依存症とは」
2	11月10日(火)	「あなたの引き金」
3	12月8日(火)	「再発のメカニズムと防止(対処行動)」
4	1月12日(火)	「回復のために～信頼・正直・仲間～」
5	2月9日(火)	「強くなるより賢くなるう」

・令和2年度は全5回(短縮版)のプログラムです。途中からの参加も可能です。

場所：長崎こども・女性・障害者支援センター(長崎市橋口町10-22)

対象：アルコール・薬物・ギャンブル等の使用・利用を改めたい方

参加費：無料 事前面接(予約制)が必要となります。

問合先：長崎こども・女性・障害者支援センター
精神保健福祉課 TEL 095-846-5115

まずは
お電話ください。

