

# 第64回

## 月例勉強会



# 依存症の真実と解決策

【日時】：2020年2月22日(土) 13:00 開場

13:30～14:00 依存症とは？ その解決策とは？

14:00～15:30 ゲストスピーカー体験談・質疑応答

【場所】：依存症回復センター RDP 横浜 (下記マップを参照してください)

【ゲスト】：あきこさん(NA クリーンメローズ)

NAに繋がって13年、子育てや援助職の仕事にも12ステップの原理を実践している仲間です。最近ではステップ11の強化としてマインドフルネス(瞑想)に傾倒し、渡米して訓練を受けられました。自身の回復のため、依存症のためにマインドフルネスをどう実践し教えていくかが目下のテーマにされている素敵な仲間のお話を伺います。

皆様のお越しを心からお待ちしております。

- 回復者(当事者)が話します。● 家族、支援者、ご本人向けの勉強会です。
- 各回とも、ご要望があれば勉強会のあとで個別相談に応じます。
- 参加費無し、事前の参加申し込みは不要です。
- お問い合わせは、045-595-9867 (RDP 横浜) まで



・東急東横線：反町駅

・地下鉄ブルーライン：三ツ沢下町駅  
どちらからも徒歩7分ほど

※1階の建物リフォーム会社

[プロビジョン・サービス] が目印の、  
弘津ビルの2階です♪

