

R5年度 依存症回復プログラム

DEJIMAARPP(デジマープ)短縮版

～「今の自分を変えたい」あなたに～

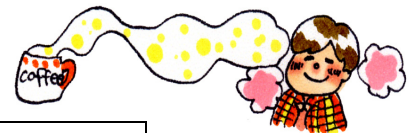
当センターでは、アルコール・薬物・ギャンブル等の使用や利用を改めたいという方を対象に、回復プログラムをグループで実施します。

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・ギャンブル等に頼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5年8月～11月 第3金曜日 15時～17時

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	8月18日(金)	「依存症とは」「あなたの引き金」
2	9月15日(金)	「再発のメカニズムと防止(対処行動)」
3	10月20日(金)	「回復のために～信頼・正直・仲間～」
4	11月17日(金)	「強くなるより賢くなるう」

・全4回(短縮版)のプログラムで実施します。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。

申込締切:令和5年7月21日(金)

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

T E L:095-846-5115

まずは
お電話ください。

