

こころの温泉

依存問題を持つ方を対象にした「こころの温泉」というプログラムを始めました。
このプログラムでは、参加者の心が和むようなグループワークを共に作り、まるで温泉に浸かっているかのような「ほっこりした気持ち」や「癒し」などを共有したいと考えています。
ご参加をお待ちしています。

4月の予定

参加者募集中



2025年4月	内容
9日(水曜日) 14:30~16:00	<u>エンパワメントグループ</u>
16日(水曜日) 14:30~15:30	<u>テーマ別セッション</u> <u>「ストレスと自律神経について」</u>
23日(水曜日) 14:30~15:30	<u>認知行動療法 SMARPP</u> <u>「第2回 引き金と欲求」</u>
<u>30日(水曜日)</u> <u>14:30~15:30</u>	<u>学習会「メンタルの安定と食生活」</u>

当院に通院中の方のみ参加できます。参加を希望される方は、院長にお伝えください。
費用は1回につき、診療代と資料代(50円)が掛かります。

※感染防止のため、マスク着用にご協力お願い致します。また、発熱や倦怠感など感染兆候がある場合は参加をお控えください。

4月2日(水曜日)14:30~15:30はAA(アルコールクス・アノニマス)のミーティングを行います。
是非、ご参加ください。