

## 『 One day Back To Basics ～ AA ビギナーズ・ミーティング ～ 』

75%の回復率を示したアメリカ初期メンバーによる、12ステッププログラムを一日で体験できます。

“ AA の初期メンバーたちが、『ビッグブック』を使って新しい人を回復に導くためにそして自分が回復するために使っていた方法を学ぶことができる。これは時間をかけて有効性が証明されたやり方だ。あなたもこのセッションで12ステップに取り組み、その直接の結果として人生を変えるスピリチュアルな目覚めを体験し、シンプルな回復のプロセスについて深い洞察を得ることができるだろう。”

(『Back To Basics AA ビギナーズ・ミーティング』より引用)

日時・2019年1月20日(日) 9:30 開場 10:00～16:30 17:00 終了

場所・RDデイケアセンター 大教室(東京都板橋区板橋4-6-1 板橋スカイプラザ2J)

JR 埼京線板橋駅より徒歩10分、都営地下鉄三田線新板橋駅より徒歩5分

\*RDデイケアセンターは会場をお借りしているだけです。決してお問い合わせはしないでください。

### \*書籍について

・『Back To Basics of Recovery AA ビギナーズ・ミーティング』のテキストをお持ちの方はご持参ください。テキストがなくても参加できますが、Amazonでも購入できますので、可能でしたら購入されてから参加して下さる方が、より理解が深まります。定価は【本体1,500円+税】です。

\*『ビッグブック』をお持ちの方は『ビッグブック』もご持参ください。

\*昼食は、1階のスーパーマーケット LIFEでも購入できます。

### \*タイムテーブル\*

《開場 9:30》

\*自己紹介・全体の流れ 9:40～10:00 (20分)

\*セッション1(ステップ1) 10:00～11:00 (60分)

◆休憩 (10分)

\*セッション2(ステップ2,3,4) 11:10～12:10 (60分)

\*ペアでの棚卸し・分かち合いのワークの案内 12:10～12:25 (15分)

◆昼食休憩 (35分)\*ペアでの棚卸し・分かち合いのワーク 13:00～14:10 (70分)

◆休憩 (10分)

\*セッション3(ステップ5,6,7,8) 14:20～15:20 (60分)

◆休憩 (10分)

\*セッション4(ステップ10,11,12) 15:30～16:10 (40分)

グループでの分かち合い 16:10～16:30 (20分)

かたづけ 《終了 17:00》

連絡先：[461903sei@i.softbank.jp](mailto:461903sei@i.softbank.jp) 池袋ファミリー12ステップグループ せいいちろう