

# 松本ビッグフット・ミーティングご案内

2019年1月27日(日)

10:00~17:00(9:30開場)

松本市第三地区公民館 2階 大会議室

**1日で通称ビッグフット「アルコールクス・アノニマス」の  
回復の12ステップを一緒に踏んでみませんか？**

依存症や生きづらさからの開放、より良い生き方を求めている方、  
どなたでも歓迎です。対人援助者のセルフケアにも、是非お役立て下さい。

ビッグフットは大きな足取り(BIGFOOT)で一通り12ステップを踏んでみる、  
そんなイメージの学びの場です。

「ビッグフットテキスト」を一緒に読み合わせ、実際に書き、祈り、分かち合い  
をしながら1~12までのステップワークを実践・体験します。

- \* 各自、昼食と筆記用具をご用意下さい(昼食時間もプログラムに含まれます)
- \* 「ビッグフットテキスト」を御持ちの方はご持参下さい。お持ちでない方に  
無償でお分け致します。
- \* 『アルコールクス・アノニマス』をお持ちの方はご持参下さい。  
(この集まりではお持ちでなくても大丈夫です。)
- \* 松本ビッグフットミーティングは参加者の献金によって準備・開催させて  
頂いています。
- \* 準備の都合上、1週間前に申し込まれると助かります。当日参加も可能です。
- \* 回復、セルフケアの情報を求めている方へのご案内歓迎です。

◆連絡・申込先◆「松本ビッグフットミーティング」 大野田(ニックネーム: Paul)

【電話】080-2336-6725 【メール】pkw33348vvyry5846r@docomo.ne.jp

## ◆会場案内◆

第三地区公民館

(松本市中央4-7-28)

JR松本駅お城口より

徒歩15分

