

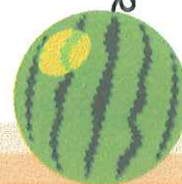
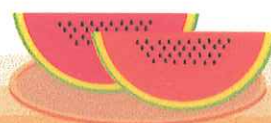


うつ病で、 語る、つながるミーティング

- 日時:2018.8.14(火) 13:30~16:30
- 会場:塩尻市市民交流センターえんぱーく2F 会議室203
- 参加対象:診断や疾患に関わらず、うつ症状のある方
ご家族、支援者の方も参加可能です。事前にご相談ください
- 定員:6名(申込先着順で定員になり次第締め切ります)
- 参加費:500円(会場費・運営費として)
- 参加申込:電話・メール・申し込みフォームのいずれかで
- 次回の開催日については、ホームページにてご確認ください



6



うつ病のピアサポートグループ『ガレージトーク』とは

心の病や障害を持つ仲間同士を「ピア」と呼び、今全国各地で様々な活動が生まれ、育ちつつあります。『ガレージトーク』は、うつ病の当事者や家族を対象としたピアサポートグループの場です。ミーティングでは当事者同士が集まって、悩んでいること、苦しんでいること、思っていることなどを話します。周りの人にはなかなか理解してもらえない「生きづらさ」や「心のモヤモヤ」を当事者同士で分かち合うことで、繋がりや癒しを感じてみませんか？

毎日
ストレスだらけで
つらい

家計の
やりくりが大変

家族のことで
悩んでいる

薬はいつまで
飲めばいい？

主催:任意団体 うつリカバリーエンジン
電話:090-4823-7494(代表:長谷川)
メール:garagetalk@u2recovery.org
ホームページ:https://u2recovery.org
フェイスブック:https://www.facebook.com/u2recovery

