



うつ病で、 語る、つながるミーティング

- 日時:2017.1.15(日)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202
- 参加対象:うつ病のご本人やご家族

うつ病以外の疾病の方の参加は、事前にご相談ください

- 定員:8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・SMS・申し込みフォームのいずれかで
- お問い合わせは下記の連絡先まで



毎月第三日曜日の開催を予定しています。お気軽にご参加ください。

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？

最近、何をやっても
うまくいかない…

復職や転職も
考えたい…

いつまで薬を
飲み続けたら
いいの…

大切な人が
うつになったら…

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
 ブログ:http://ameblo.jp/garagetalk
 フェイスブック:https://www.facebook.com/u2recovery



うつリカバリーエンジン
Drive to recovery.

うつ病の方の症状改善・リワーク・リカバリーを力強く支援するエンジン。
u2recovery.org