

京都バック・トゥ・ベーシックス

One day Back To Basics ～12ステップビギナーズ・ミーティング

シンプルで明快な「回復の方法」

バック・トゥ・ベーシックスは、1940～50年代に、素早く、繰り返し12ステップに取り組むことでアルコール依存症から回復していった人たちのやり方を、現代によりがえらせたものです。アルコールだけでなく、薬物やギャンブルなどの依存症やACの人たちにも拡がり、全世界で何十万人の回復を支えています。

♪ 日時：2019年 11月 17日（日） 9:40 ～ 16:30

♪ 場所：ひと・まち交流館 京都 2階 第1、第2会議室

京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町83番地の1

♪ アクセス：

【バス】 市バス4, 17, 205号系統「河原町正面」

【電車】 京阪電車「清水五条」下車 徒歩8分

地下鉄烏丸線「五条」下車 徒歩10分

♪ 定員：30名

♪ 参加申込：当日参加でOK!

♪ 参加費：無料

♪ 持参：

「Back to Basics of Recovery AA ビギナーズ・ミーティング」

「ピックブック」

筆記用具、昼食、飲み物



★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	11:00~11:10 (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	12:25~13:00 (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	14:10~14:20 (10分)
◆セッション3 (ステップ5, 6, 7, 8, 9)	14:20~15:20 (60分)
◆休憩	15:20~15:30 (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)
◆片づけ	
≪終了 17:00≫	

★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はできますが、Amazonでも購入できますので、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。【本体 1,500円+税+送料】

会場で税込 1,500円でお譲りすることもできます。

『ピックブック』をお持ちの方は『ピックブック』もご持参ください。

★昼食について★

会場1階にカフェがありますが、混雑が予想されます。また、会場付近に飲食店&コンビニが少ないため、昼食は持参されることをおすすめします。

会場内での飲食は可能です。

その際、ゴミは各自でお持ち帰りくださいますようお願いいたします。

主催：京都 BtoB 有志の会

会場はお借りしているだけです。問合せは下記へお願いいたします。

090-3169-9838 hajime.0827s@docomo.ne.jp 二条グループ エル

※パソコンからのメールは届かない場合があります。

バック・トゥ・ベーシックス ホームページ <https://aabacktobasics.jp/>

