

AL-ANON

Convivencias Área 9 (Cantabria)

Nuestras situaciones personales pueden ser diferentes, pero compartimos como iguales en vista de lo que tenemos en común: nuestras vidas se han visto afectadas por la bebida de otra persona. Al-Anon es un grupo de apoyo mutuo.

Al-Anon es un grupo de apoyo mutuo. Podemos encontrar comprensión y apoyo cuando compartimos nuestra experiencia común mutuamente... (RECIEN LLEGADOS: ¿Cómo me puede ayudar Al-Anon? <https://al-anon.org>).

Sábado 1 de octubre 2022

PROGRAMA

9:30 - BIENVENIDA

10/11:30 - 1ª Reunión Tema: **CONOCIMIENTO DE UNO MISMO.**

11:30/12 - DESCANSO

12/13:30 - 2ª Reunión Tema: **ANTEPONER LOS PRINCIPIOS A LAS PERSONAS.**

14 - COMIDA

16/17:30 - 3ª Reunión Tema: **GRATITUD.**

17:30/18 - DESCANSO

18/19:30 - 4ª Reunión Tema: **AL-ANON Y LA BUENA SALUD MENTAL.**

¿QUÉ ME HA APORTADO ESTA CONVIVENCIA?