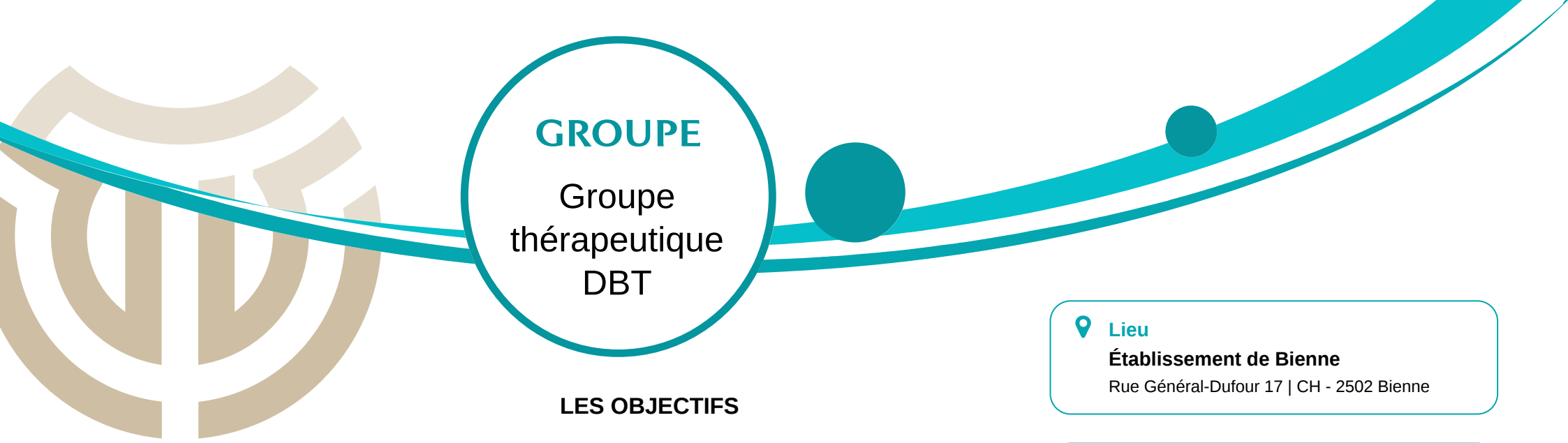




GROUPE

Groupe thérapeutique DBT

LES OBJECTIFS

- ▶ Mieux gérer vos émotions
- ▶ Tolérer la détresse
- ▶ Améliorer vos relations
- ▶ Être plus présent à l'instant

INFORMATIONS

Groupe d'entraînement aux compétences d'acceptation et du changement selon l'approche comportementale dialectique



Lieu

Établissement de Bienne

Rue Général-Dufour 17 | CH - 2502 Bienne



10 participants **Groupe fermé**



1h30 **12 séances**



Les lundis de 15:15 à 16:45



Âge minimum requis : **18 ans**



Groupe animé par :

Consuela-Thais Sajin

Psychologue-psychothérapeute

Merci de penser à l'environnement, n'imprimez pas inutilement ce document.