



Groupe de prévention de la rechute basée sur la pleine conscience (MBRP)

Quoi	Groupe de prévention de la rechute basée sur des exercices de méditation pleine conscience dans le but d'acquérir les moyens pour sortir des réactions ou comportements automatiques nocifs et agir de manière plus réfléchie et consciente.
Pour qui	Toute personne abstinente qui souhaite apprendre à mieux gérer les inconforts et envies liés à l'arrêt de la consommation
Quand	Les mercredis de 15h30 à 17h15 pendant 8 semaines consécutives, du 25 mars 2020 au 13 mai 2020
Où	À la salle de physiothérapie, Cery
Animation	Daniela Dukner Scheuner, psychologue-psychothérapeute Svetlana Dimova, psychologue
Inscription	Contactez directement l'animatrice au 079/556 45 60 ou le secrétariat au 021/314 84 00 Entretien préalable obligatoire
Prix	Remboursé par les assurances maladie de base, hormis la franchise et la quote-part de 10%