

# GROUPE

## Estime de soi

### LES OBJECTIFS

- ▶ Modifier l'attitude et les comportements habituels automatiques par le développement des compétences
- ▶ Amélioration de la communication
- ▶ Réorientation de l'attention vers les aspects satisfaisants du quotidien.
- ▶ Développer une attitude de bienveillance et de non jugement par rapport à soi et autrui.

### INFORMATIONS

Pour les patients souhaitant développer et renforcer leur estime de soi.



#### Lieu

#### Établissement d'Yverdon

En Chamard 55A | CH - 1442 Montagny-près-Yverdon



8 participants **Groupe fermé**



1h30 **15 séances**



**Les lundis** de 15:30 à 17:00



Âge minimum requis : **18 ans**



**Groupe animé par :**

**Rui Miguel Ferreira Alves De Castro**

Médecin

**Clémence Waeber**

Psychologue FSP

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