

GROUPE THÉRAPEUTIQUE MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE

Pour qui ?

Toute personne intéressée par le thème du groupe.

Description

Méditations guidées et observation de nos sensations physiques, pensées, sentiments et toutes autres perceptions tels qu'ils sont.

Quand et où

- 8 séances du 02.03 au 27.04.26
- Lundis de 12h00 à 13h45 (durée 1h45)
- Dans les locaux de la Ligue pulmonaire neuchâteloise

Animatrices du groupe

Emmanuelle Salina, psychologue-psychothérapeute TCC & Sarah Renaud, stagiaire psychologue

Remboursement

Selon la LAMAL

Inscription

Par contact direct avec l'animatrice par email (emmanuelle.salina@hin.ch) suite auquel un entretien téléphonique sera agendé.

→ Une prescription de votre médecin généraliste ou psychiatre est nécessaire pour participer au groupe.



CENTRE PLURIDISCIPLINAIRE
NEUCHÂTELOIS DE L'OBÉSITÉ
Plus fort ensemble !



LIGUE **PULMONAIRE** NEUCHATELOISE
Respirons ensemble !