



RÉSEAU FRIBOURGEOIS
DE SANTÉ MENTALE
FREIBURGER NETZWERK
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

GRUPE THÉRAPEUTIQUE

Affirmation de soi: communication & compétences sociales



CONTACT

Sara Monteiro, infirmière
Liliane Barras, ICUS adjointe
Martine Meyer, assistante sociale

LIEU

RFSM BULLE
Consultations ambulatoires
Rue de la Condémine 60
1630 Bulle
026 308 16 30

Affirmation de soi: communication & compétences sociales

«S'affirmer, c'est être capable pour son bien et son intérêt, de se tenir debout sans anxiété excessive et d'exprimer honnêtement ses sentiments et soutenir ses opinions sans nier la valeur personnelle de l'autre » (Cungj, 1996)

S'affirmer s'apprend

A l'aide d'outils et de nouvelles stratégies mobilisés au travers de jeux de rôle, vous allez acquérir au fil des semaines une communication plus efficace et de nouvelles compétences sociales. Dans le cadre du groupe vous aurez la possibilité de compter sur le soutien des participants et participantes et de bénéficier d'un accompagnement professionnel. Un entretien préliminaire vous sera proposé afin d'évaluer si le groupe correspond à vos besoins.



À QUI S'ADRESSE CE GROUPE

À tous (Il n'est pas nécessaire d'être suivi par le RFSM)



INSCRIPTION

Auprès du secrétariat du RFSM BULLE, T. 026 308 16 30
rfsmbulle@rfsm.ch



DURÉE

13 séances de deux heures



LIEU

RFSM BULLE | Rue de la Condémine 60, 1630 Bulle



FRAIS

Pris en charge par l'assurance maladie de base, déduction faite de la franchise et des quotes-parts.