



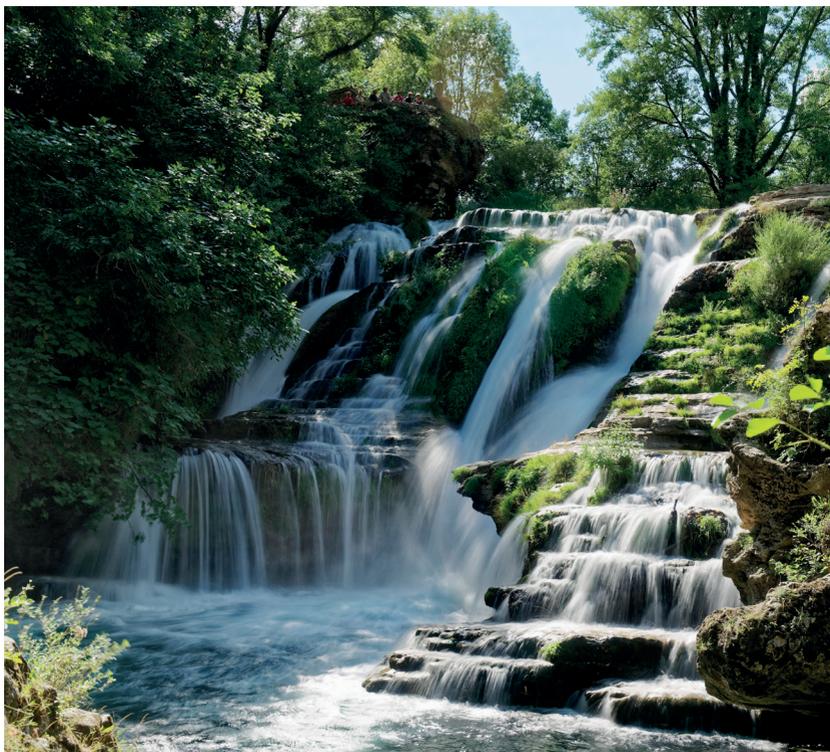
RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Nouveau à Fribourg !

# Institut de psychothérapie

**Un espace pour aller mieux.**

Thérapie individuelle, de couple ou de famille - un accompagnement humain, accessible et adapté à vos besoins.



---

RFSM Fribourg | Institut de psychothérapie | Chemin du Cardinal-Journet 3  
1752 Villars-sur-Glâne | T. 026 308 12 70 | [psychotherapie@rfsm.ch](mailto:psychotherapie@rfsm.ch)

## Quand consulter?

**Vous traversez une période difficile?**

**Vous vous sentez épuisé·e, dépassé·e, ou submergé·e par vos émotions?**

Nous pouvons vous soutenir si vous avez l'impression de souffrir de:

- Dépression, perte d'énergie ou de motivation
- Anxiété, peurs envahissantes
- Épuisement professionnel, parental ou académique (burn-out)
- Traumatismes ou événements difficiles
- Troubles de l'attention (TDAH)
- Crises de vie, ruptures, deuils
- Obsessions, compulsions (TOC)
- Troubles alimentaires

## Un accompagnement psychothérapeutique humain et confidentiel

Ici, vous trouverez un **espace de confiance** pour prendre soin de votre santé mentale, à votre rythme.

- Thérapie individuelle
- Thérapie de couple
- Thérapie familiale

Les séances sont assurées par des psychologues-psychothérapeutes et psychiatres expérimentés, en **français ou en allemand**.

*« Je me sentais bloquée depuis des mois. Ici, j'ai enfin pu respirer et comprendre ce que je vivais. »*

*– Laura, 34 ans*

## Nos approches thérapeutiques

Nous adaptons nos méthodes à votre situation, avec des approches reconnues et éprouvées:

- Thérapies comportementales et cognitives (TCC)
- Thérapie systémique
- Thérapie psychodynamique
- Approche centrée sur la personne (ACP)
- Psychotraumatologie (EMDR)

## Frais

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



Consultations disponibles rapidement  
Nouveaux patients bienvenus

## Contact

T. 026 308 12 70  
psychotherapie@r fsm.ch

## Adresse

RFSM Fribourg  
Institut de psychothérapie  
-  
Chemin du Cardinal-Journet 3  
1752 Villars-sur-Glâne

[www.r fsm.ch](http://www.r fsm.ch)



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT