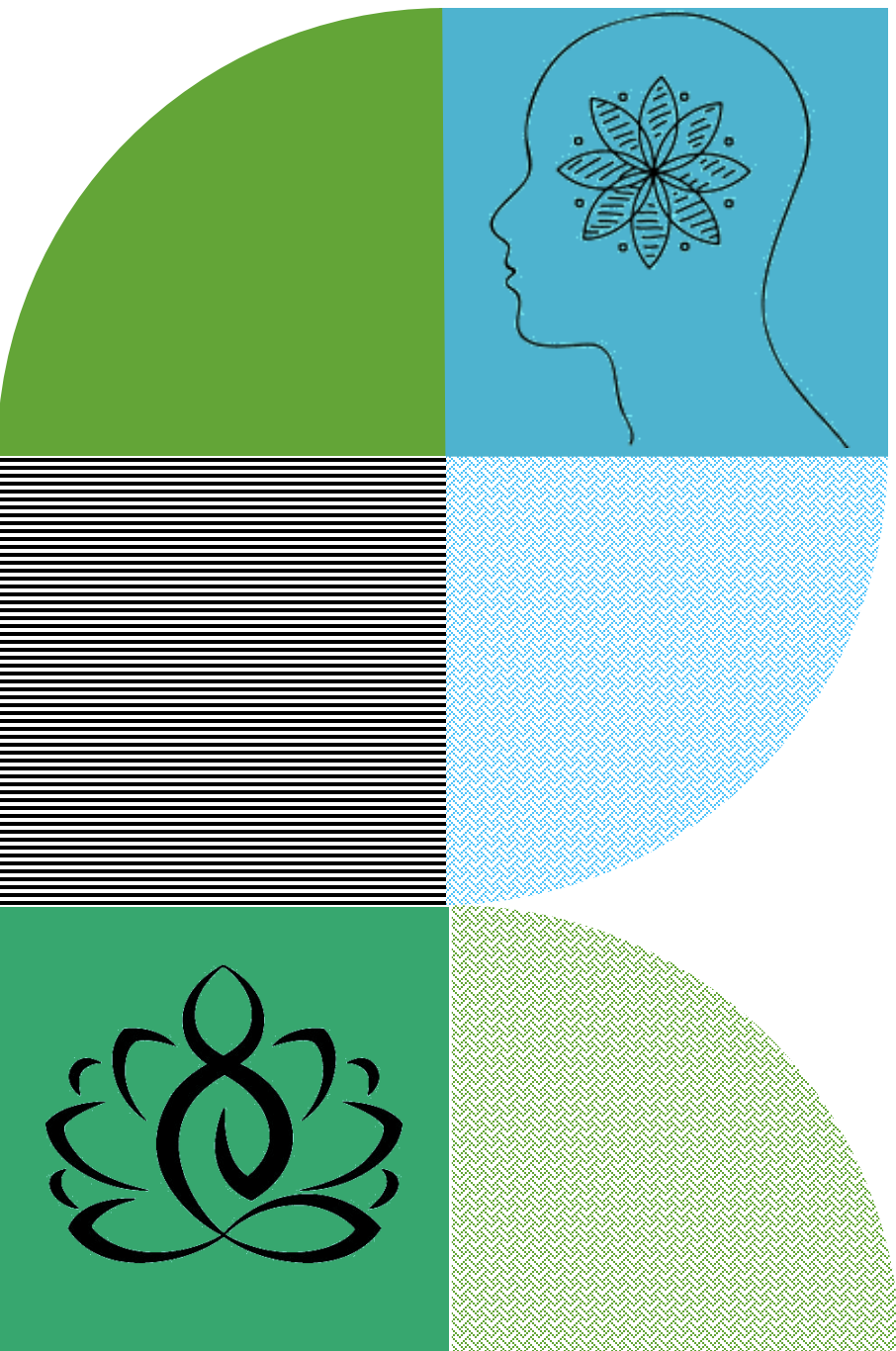


Groupe d'entraînement de l'attention TDAH

Améliorer l'attention et les fonctions exécutives à travers la méditation de pleine conscience et des stratégies spécifiques

Prochain groupe dès septembre 2024, les jeudis de 18h à 20h

Cabinet Toepffer
Rue Rodolphe-Toepffer 11
1206 Genève



Pourquoi ce groupe?

Car la recherche a montré que la méditation de pleine conscience et la mise en place de certaines stratégies cognitives (de planification, d'organisation, etc) sont efficaces pour améliorer les difficultés propres au TDAH et la qualité de vie des personnes qui en souffrent

Pour qui?

Adultes dès 18 ans ayant reçu un diagnostic de TDAH, maximum 8 personnes

Dates du prochain groupe

Jeudi 26.09, 03.10, 10.10, 17.10, 31.10, 07.11, 14.11, 21.11.2024 et «rappel» 16.01.2025

Prix

925.- (dont env. un tiers est soumis à la Lamal; selon les assurances, possibilité de soumettre davantage)

Ce tarif inclut 9 séances de 2h, le support de cours, des exercices audios

Un entretien individuel préalable est nécessaire

Plus d'informations et contacts

Alessandra Dosch, psychothérapeute: info@adosch.ch

Christina Berner, neuropsychologue: christina.berner@psychologie.ch

Plus d'informations sur www.christinaberner.ch/groupe-tdah

