

Psykologisk självhjälp

PRIMA Vuxenpsykiatri Täby
Hösten 2017

Syftet med denna kurs är att Du kommer att få verktyg för att kunna hantera besvärliga tankar, negativa tankemönster och negativa känslor.

Tid	Pågår löpande med fyra kurstillfällen under hösten 2017. Måndagar klockan 13.30-15.45.
Ledare	Cecilia de Lacerda, leg. psykolog, leg. psykoterapeut Nahla Elkholy, leg. psykolog, leg. psykoterapeut
Plats	PRIMA Vuxenpsykiatri Täby, Kanalvägen 17, 1 tr, Täby
Anmälan	Din behandlare anmäler Dig till kursen och Du får en kallelse. Kursanmälan är bindande och du bokar upp dig på fyra måndagseftermiddagar i rad.
Kostnad	Ordinarie patienttaxa. Frikort gäller.