

LA SEMAINE DES "SI"

CENTRE PRIVE
D'ACCOMPAGNEMENT
PSYCHOLOGIQUE
INTENSIF ET PERSONNALISE

***ORIENTATION PSYCHOTHERAPEUTIQUE
TCC (THERAPIES COMPORTEMENTALES
ET COGNITIVES)***

Notre équipe est à votre entière disposition 7h/jour du Lundi au Vendredi. Un emploi du temps structure vos journées avec un travail personnalisé et adapté à chacun.

LE TRAVAIL INTENSIF DE SOUTIEN
PSYCHOLOGIQUE PERSONNALISE
EST DESTINÉ À RÉPONDRE AUX BESOINS :

- ❑ **D'isolement immédiat et de soutien intensif et personnalisé**
- ❑ **De prise de décision ou de résolution de problèmes**
- ❑ **De recul en cas de deuil, séparation...**

IL S'AVERE EFFICACE POUR :

- ▣ Identifier et/ou maîtriser un problème pathologique déjà existant
- ▣ Détendre les tensions psychologiques.
- ▣ Trouver une solution thérapeutique durable.

- ❑ **SI VOUS CHERCHEZ UN MOMENT D'ISOLEMENT ET DE RETRAITE POUR RÉFLÉCHIR**
- ❑ **SI VOUS AVEZ BESOIN DE VOUS RETROUVER SEUL AVEC VOUS MÊME**
- ❑ **SI VOUS VOUS SENTEZ EXTRÊMEMENT TRISTE SANS RAISON VALABLE, FACILEMENT IRRITABLE, ÉPUIsé PSYCHOLOGIQUEMENT ET MORALEMENT**
- ❑ **SI VOUS AVEZ DES PROBLÈMES NÉCESSITANT UNE SOLUTION RAPIDE**
- ❑ **SI VOUS VIVEZ UN DEUIL OU UNE SÉPARATION DIFFICILE**
- ❑ **SI VOUS VOUS SENTEZ ANXIEUX(SE), AVEZ UN SOMMEIL TOURMENTÉ OU DIFFICILE**
- ❑ **SI VOUS AVEZ DES PROBLÈMES PAR RAPPORT À LA NOURRITURE (HYPERPHAGIE, BOULIMIE, AUTRES...)**
- ❑ **SI VOS ACHATS VOUS PARAISSENT COMPULSIFS**
- ❑ **SI VOUS AVEZ DES COMPORTEMENTS QUI VOUS SEMBENT GÊNANTS ET/OU AVEC UNE FRÉQUENCE INAPPROPRIÉE**

LE PRINCIPE DE LA SEMAINE DES SI

- ▣ **Notre méthode issue des Thérapies Comportementales et Cognitives est centrée sur l'accompagnement d'un travail sur soi sans assistance ni jugement.**
- ▣ **Il permet de fonder un équilibre personnel, de favoriser la prise de décisions ainsi que la résolution rapide et efficace de vos problèmes.**

- ❑ **Une thérapie cognitivo-comportementale travaille sur la recherche des schémas psychologiques erronés (partie cognitive) et leur reconstruction (partie comportementale).**
- ❑ **Dans notre méthode particulière le travail est porté sur une meilleure connaissance de soi à travers les émotions, les envies, les besoins, les capacités et les tendances de la personne, pour une meilleure adaptation dans les comportements et les attitudes.**
- ❑ **Le lien thérapeutique est basé sur l'écoute, mais aussi sur le dialogue, la relation d'aide, le conseil.**

PRIX par personne: *

FORMULE I - 1 000 EUROS

- ❑ 2 heures de travail de relaxation / gestion de stress
- ❑ 2 heures de consultation individuelle
- ❑ 3 heures de réflexion dirigée

Par jour

FORMULE II - 1 300 EUROS

- ❑ 2 heures de travail de relaxation / gestion de stress
- ❑ 3 heures de consultation individuelle
- ❑ 2 heures de réflexion dirigée

Par jour

*Le séjour ne comprend pas l'hébergement et la nourriture

PAIEMENT:

Par chèque bancaire ou postal à l'ordre de
DESSIE BAGGIO

50% à la réservation (pas remboursables en cas de désistement), 50% à l'arrivée.

RESERVATION ET RENSEIGNEMENT:

Tél.: 05.56.02.26.82

Tél.: 06.08.33.72.13

Courriel : dessiebaggio@hotmail.fr