



Groupe de Soutien Post-TabAlfa

Public cible :

- Toute personne ayant déjà participé à un groupe de TabAlfa, quelle que soit sa situation actuelle en matière de consommation de tabac.

Objectif :

- Se retrouver dans un cadre connu, sécurisant avec des personnes ayant parcouru le même chemin (« TabAlfa ») autour de la préoccupation commune :
 - Se maintenir dans un projet de volonté de gérer son tabac.
 - Y avoir un espace de soutien et d'échange en groupe.
 - Y trouver ressourcement ainsi que trucs et astuces.

Méthodologie :

- 1 séance de groupe toutes les 6 semaines.
- Animée par Catherine Dungalhoeff, psychologue.

Calendrier proposé par semestre :

- Prochaines séances : 23 août, 4 octobre, 15 novembre, 20 décembre 2016 de 17h à 18h.