



Groupe thérapeutique

Activer l'enfant intérieur par le jeu et le rire



Pour qui ?

Toute personne souhaitant découvrir une nouvelle expérience et passer un moment où le rire lui permettra de se distancer de ses préoccupations quotidiennes

Description

Ce groupe a pour objectif d'utiliser le rire comme outil thérapeutique et d'exposer les participants à leur timidité ou aux modes de fonctionnement habituel du monde des adultes. De ce fait, il permettra de retourner en enfance et de laisser de côté les préoccupations et soucis. Cela permet de découvrir une nouvelle manière de fonctionner. Ce groupe ne demande aucune divulgation de soi ou de ses problèmes. Il est constitué uniquement de jeux ludiques où le rire et les pensées positives sont prédominants.

Quand et où ?

- Les **lundis 02 et 09 février 2026** (2 séances) de **17h00 à 18h20** (durée 1h20 par séance)
- Dans les locaux de la Ligue Pulmonaire Neuchâteloise (135, Rue des Poudrières – 2000 Neuchâtel)
Rdv en salle d'attente avant de se rendre ensemble dans les locaux du rez-de-chaussée

Animatrice du groupe

Joanna Bec-Moussally (docteure en psychologie, psychologue-psychothérapeute TCC)

Remboursement

Selon la LAMal

Inscription

- (a) Sur indication de votre thérapeute référent(e) si vous êtes déjà suivie par l'unité de psychothérapies intégrées de la LPNE/CPNO (ces séances seront déduites de votre prescription de psychothérapie). Vous aurez un échange téléphonique avec l'animatrice pour l'inscription au groupe.

Ou

- (b) En contactant l'animatrice du groupe par mail (joanna.bec-moussally@hin.ch) et en obtenant une prescription de votre médecin généraliste ou votre psychiatre. Vous aurez un échange téléphonique avec l'animatrice pour l'inscription au groupe.