



DBT Skillstraining TERMINE

ab März 2024

MODUL 1A Einführung, Achtsamkeit, Stresstoleranz

Dienstags 14:30 – 16:00 Uhr

1. Einheit: (AG) individuell
2. Einheit: 23.04.2024
3. Einheit: 30.04.2024
4. Einheit: 07.05.2024
5. Einheit: 14.05.2024
6. Einheit: (EG) 20.05.-24.05.2024
7. Einheit: 28.05.2024
8. Einheit: 04.06.2024
9. Einheit: 11.06.2024
10. Einheit: (EG) 17.06.-21.06.2024

MODUL 3 Umgang mit Gefühlen II, Achtsamkeit

Dienstags 16:30 – 18:00 Uhr

1. Einheit: 26.03.2024
2. Einheit: (EG) 01.04.-19.04.2024
3. Einheit: 23.04.2024
4. Einheit: 30.04.2024
5. Einheit: 07.05.2024
6. Einheit: 14.05.2024
7. Einheit: 28.05.2024
8. Einheit: 04.06.2024
9. Einheit: 11.06.2024
10. Einheit: (EG) 20.05.-24.05.2024
17.06.-21.06.2024

MODUL 1B Achtsamkeit, Stresstoleranz

Mittwochs 15:00 – 16:30 Uhr

1. Einheit: 20.03.2024
2. Einheit: 27.03.2024
3. Einheit: (EG) 01.04.-19.04.2024
4. Einheit: 24.04.2024
5. Einheit: 02.05.2024 (Donnerstag!)
6. Einheit: (EG) 06.05.-10.05.2024
20.05.-24.05.2024
7. Einheit: 15.05.2024
8. Einheit: 29.05.2024
9. Einheit: 05.06.2024
10. Einheit: 12.06.2024

EINZELTHERAPIE

Bärensteiner Straße 23-25
01277 Dresden

Telefon 03 51 - 25 06 22 0

Fax 03 51 - 25 06 22 8

E-Mail dbt-dresden@ptv-sachsen.de

GRUPPENTHERAPIE

GESOP (weißes Haus vor dem Panometer)
Gasanstaltstraße 8b
01237 Dresden

Telefon 01 52 - 06 88 81 79

Unsere Einrichtung ist **nicht** barrierefrei zugänglich.

AG: Aufnahmegespräch

EG: Einzelgespräche

Es ist eine Materialkostenpauschale in Höhe von 5 Euro und gegebenenfalls eine Zuzahlung zu entrichten.