

KogniTema

Vi har avtal enligt rehabgarantin som ger dig högkostnadsskydd. I enlighet med avtalet kan vi erbjuda antingen KBT eller KBT-kort.

För att komma till oss:

- ❖ Kontakta den vårdcentral som du är listad på för att få en remiss till oss från din läkare.
- ❖ När du fått remissen är du välkommen att höra av dig för att boka tid, antingen via mejl eller telefon.
- ❖ Du får gärna kontakta oss om det är något du undrar, oftast svarar vi samma dag.
- ❖ Varmt välkommen!

Du har rätt till KBT enligt rehabiliteringsgarantin:

-Om du är över 16 år
-Om du har besvär med något av följande:

- Depression
- Ångest
- Fobier
- Paniksyndrom
- Tvångssyndrom
- Utmattning
- Stressreaktioner

-Vanlig patienttaxa på 200 kr upp till 1150 kr.

-Frikort gäller

KBT-kognitiv beteendeterapi kan ses som ett sätt att bli mer medveten om hur du som individ fungerar i samspelet med din omgivning. Ökad förståelse om dig själv kan bidra till att du på ett mer medvetet sätt kan göra val i det dagliga livet. Detta kan öka känslan av kontroll över den egna livssituationen och ge redskap som för dig vidare mot den riktning som är meningsfull just för dig.

Adress

Kalendegatan 25
211 35 Malmö

Kontakt

Tel: 0769-205344
E-mail: kontaktognitema.se