

DR. MICHAEL SPEVACK Memorial Lecture Series 2017



FREE PUBLIC LECTURES

October 12th to November 30th

Thursdays 7:30 pm - 9:00 pm

October 12

*Stop Panic Before it Stops You:
CBT Treatment for Panic Disorder and
Agoraphobia*

October 19

*Feel at Ease with Others:
CBT for Social Anxiety*

October 26

*Don't Worry...Be Happy:
CBT for Generalized Anxiety*

November 2

*Improve your Mood and Feel Better:
CBT for Depression*

November 9

*Happy Kids...Happy Parents:
CBT for Children*

November 16

*How to Get a Good Night's Sleep:
CBT for Insomnia*

November 23

*Stop Obsessing:
CBT for OCD*

November 30

*Stress-Management 101:
Tips from CBT*



QUEEN ELIZABETH HEALTH COMPLEX, Suite 210
2100 Marlowe avenue, Montreal, QC H4A 3L5
(Two minutes from Vendôme metro)

INFORMATION :

514 485-7772

info@cbtclinic.ca

www.cbtclinic.ca

CBT stands for Cognitive Behavior Therapy

Série de conférences commémorative 2017 du DR. MICHAEL SPEVACK



Clinique de la Santé Émotionnelle
Thérapie cognitive-comportementale (TCC) depuis 1972

Affiliée au  Centre universitaire de santé McGill
McGill University Health Centre

CONFÉRENCES PUBLIQUES GRATUITES

(Toutes ces conférences sont offertes aux dates indiquées EN ANGLAIS SEULEMENT)

12 octobre au 30 novembre
Jeudis de 19h30 à 21h00

12 octobre

*Arrêter la Panique avant qu'Elle ne Vous Arrête:
La Thérapie Cognitive-Comportementale pour le
Trouble Panique et l'Agoraphobie*

19 octobre

*Sentez-vous à l'Aise avec les Autres:
La Thérapie Cognitive-Comportementale pour
l'Anxiété Sociale*

26 octobre

*Vaincre l'Inquiétude pour Être Plus Serein:
La Thérapie Cognitive-Comportementale pour
l'Anxiété Généralisée*

2 novembre

*Améliorez votre Humeur et Sentez Vous Mieux:
La Thérapie Cognitive-
Comportementale pour
la Dépression*

9 novembre

*Enfants Heureux....Parents Heureux:
La Thérapie Cognitive-Comportementale pour
les Enfants*

16 novembre

*Comment Passer Des Bonnes Nuits de Sommeil:
La Thérapie Cognitive-Comportementale pour
l'Insomnie*

23 novembre

*Arrêter l'Obsession:
La Thérapie Cognitive-Comportementale pour
le Trouble Obsessionnel-Compulsif (TOC)*

30 novembre

*La Gestion du Stress 101:
Les Astuces de la Thérapie Cognitive-
Comportementale*

COMPLEXE DE SANTÉ REINE-ELIZABETH, local 210
2100 avenue Marlowe, Montréal, QC H4A 3L5
(À deux minutes du métro Vendôme)

INFORMATION :

514 485-7772

info@cbtclinic.ca

www.cbtclinic.ca

