

# Mentions légales

## Ce site est édité et hébergé par

Les Hôpitaux Universitaires de Strasbourg  
N° SIREN : 266700574  
1 place de l'hôpital, BP 426, 67091 Strasbourg cedex  
Contact : 03 88 11 67 68, [courrierdg@chru-strasbourg.fr](mailto:courrierdg@chru-strasbourg.fr)

**Directeur de la publication** : Le Directeur Général des Hôpitaux Universitaires de Strasbourg

## Mentions relatives à l'utilisation de données personnelles

Délégué à la Protection des Données :  
Pôle Finances et Système d'Information  
Hôpitaux Universitaires de Strasbourg, 1 place de l'Hôpital, BP 426, 67091 Strasbourg Cedex  
[dpd@chru-strasbourg.fr](mailto:dpd@chru-strasbourg.fr)

Si vous estimez, après nous avoir contactés, que vos droits Informatique et Libertés ne sont pas respectés ou que le dispositif de contrôle d'accès n'est pas conforme aux règles de protection des données, vous pouvez adresser une réclamation à la CNIL ([www.cnil.fr](http://www.cnil.fr)).

## Droit d'auteur – Copyright

L'ensemble de ce site relève de la législation française et internationale sur le droit d'auteur et la propriété intellectuelle. Tous les droits de reproduction sont réservés, y compris pour les documents téléchargeables et les représentations iconographiques.

La reproduction de tout ou partie de ce site sur un support électronique ou autre quel qu'il soit est formellement interdite sauf autorisation expresse des Hôpitaux Universitaires de Strasbourg.

Les photographies d'illustrations ont été réalisées par les Hôpitaux Universitaires de Strasbourg avec la collaboration des personnels soignants, administratifs et techniques. Leur reproduction par quelque procédé que ce soit est interdite sauf autorisation.

Pour toutes utilisations, veuillez nous consulter.

## Crédits :

### Conception clinique :

#### Chef de projet

**Luisa WEINER**, PhD, Maître de conférences en Psychologie à l'Université de Strasbourg (Laboratoire de Psychologie des Cognitions; LPC), Psychologue psychothérapeute spécialisée en TCC aux Hôpitaux Universitaires de Strasbourg

**Doha BEMMOUNA**, Psychologue stagiaire en Master 2 de Psychologie Clinique en TCC à l'Université de Strasbourg

**Isabelle FREY**, MSc, Psychologue psychothérapeute spécialisée en TCC, Hôpitaux Universitaires de Strasbourg, Chargée de Cours à l'Université de Strasbourg

**Aurélie FRITSCH**, MSc, Psychologue psychothérapeute spécialisée en TCC, Centre Hospitalier de Rouffach, Enseignante associée en Psychologie Clinique en TCC à l'Université de Strasbourg

**Malin TRONJE PACHOUD**, MSc, Psychologue psychothérapeute spécialisée en TCC, installée en pratique privée à Lausanne, Chargée de cours en TCC à l'Université de Genève, Présidente de l'ASPCo (Association Suisse de Psychothérapie Cognitive)

**Anna ZINETTI BERTSCHY, MSc, Psychologue psychothérapeute spécialisée en TCC, Hôpitaux Universitaires de Strasbourg, Chargée de Cours en TCC aux Universités de Strasbourg et de Genève, Chargée d'enseignement AFTCC (Association Française de Thérapie Comportementale et Cognitive), Past-President ASPCo (Association Suisse de Psychothérapie Cognitive)**

### Conception scientifique :

**Luisa WEINER, PhD, Maître de conférences en Psychologie à l'Université de Strasbourg (Laboratoire de Psychologie des Cognitions; LPC), Psychologue psychothérapeute spécialisée en TCC aux Hôpitaux Universitaires de Strasbourg**

**Amaury MENGIN, MD, Psychiatre, Praticien Hospitalier aux Hôpitaux Universitaires de Strasbourg et au Centre Régional Psychotrauma Grand Est**

**Pierre VIDAILHET, MD, PhD, Professeur de Psychiatrie à l'Université de Strasbourg, Responsable du Service de Psychiatrie d'Urgence, de Liaison et de Psychotraumatologie des Hôpitaux Universitaires de Strasbourg et du Centre Régional Psychotrauma Grand Est**

### Remerciements pour l'inspiration ou le partage de ressources :

**"Respirer pour faire face", "Respirer en pleine conscience", "Méditation formelle de pleine conscience", "**

**Mouvements en Pleine Conscience"** : matériel fourni par Béatrice WEBER,  
Disponibles sur : <https://mindfulness.cps-emotions.be/materiel-adulte.php>

**"Le moment doux"** : librement adapté de K.G. Wilson & T. DuFrene (2009)

**"Observer l'observateur"** : Inspiré de J.L. Monestès et M. Villatte (2011)

**Le schéma sur les valeurs** : <https://www.newharbinger.com/values-therapy>

**"Une Pause d'auto-compassion" & "Compassion avec équanimité, pour les soignants"** : notre traduction à partir de © Christopher Germer & Kristin Neff. Mindful Self-Compassion. June 2017 (avec autorisation des auteurs)

**"Autocritique, auto-compassion: POUR ou CONTRE? Explorations, expériences"** notre traduction et adaptation à partir de L. Saulsman, B. Campbell & A. Sng (2017)

**"SIM express"** : librement adapté de B. Schoendorff (2011)

### Conception et Développement :

Octeable

### Réalisation vidéo:

Guillaume BRINGARD, montage

Enzo LACHAUX, psychologue, tournage

Emilie RAGOUET, animation

Franck RIVOLET, mixage

### Illustrations de la bibliothérapie :

Nathalia WEINER -- illustration de présentation du programme (bras 2)

Musique du générique:

André RAMOS

ma santé  
**aussi** Programme de recherche  
pour réduire le stress au travail

