



Un groupe d'entraide pour mieux vivre avec ton anxiété et/ou tes attaques de panique.

La petite étincelle

C'est un habitant de la Riviera
qui s'est dit : pourquoi pas ?
En vivant avec l'anxiété depuis
l'adolescence, il a réalisé qu'il
manquait ici un lieu ouvert
à tous pour en parler librement.

Que faisons-nous Les rencontres

Mardi 3 février 2026
18h00-20h00.

Où?
Maison de Quartier Jaman 8
Rue de Jaman 8
1815 Clarens

Qui sommes-nous

Un groupe d'entraide ouvert
à toute personne concernée
par l'anxiété et/ou les
attaques de panique.

Le groupe veut simplement
offrir un espace rassurant pour
en parler, partager son
expérience et trouver des pistes
pour le quotidien.

Participer

Pour participer ou t'informer,
prends avec toi ce flyer, scan le
QR code ou écris un e-mail à

anxieteriviera@outlook.com

Les rencontres se déroulent dans
la bienveillance et la confidentialité.



anxieteriviera.my.canva.site

