



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 