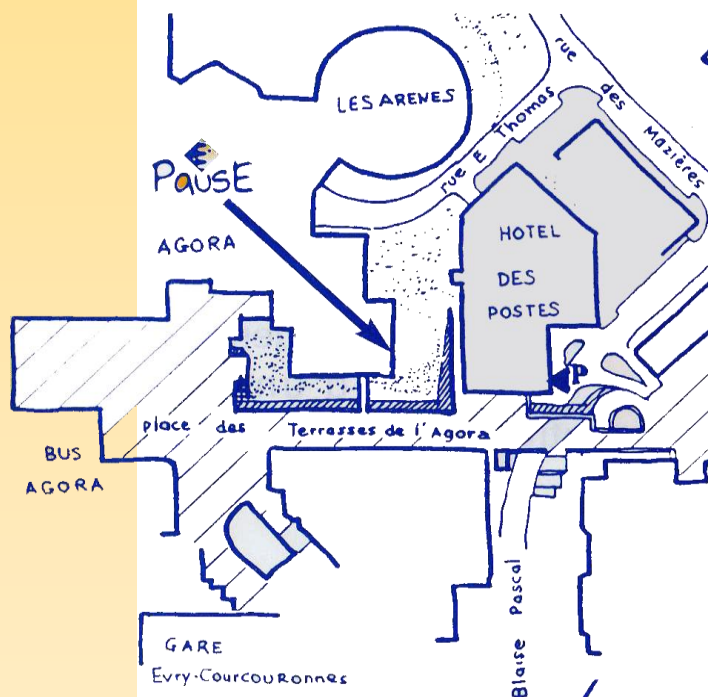




Si ce groupe
vous intéresse
prenez contact
avec nous au :

01 60 78 10 10

Plan d'accès



vous propose
un Groupe de Paroles
sur

**VIVRE APRES
UN EVENEMENT
TRAUMATIQUE**

Association loi 1901, Déclarée à la
sous-préfecture d'Evry sous le n°209015
° d'organisme de formation 11 91 03 533 91 Siret
401 418 181 00020

Association PAUSE
Tel. : 01 60 78 10 10
E-mail : association.pause@orange.fr
Site : www.association-pause.org
509, Patio des Terrasses de l'Agora
91 000 EVRY



Vous venez de vivre, ou vous avez été témoin d'un événement traumatisant.

Peut-être, depuis, remarquez-vous des manifestations comme :

- ◆ Des difficultés à respirer, des migraines, des maux de dos...

Ou

- ◆ Vous vous sentez angoissé, las, fatigué, vous avez des difficultés à vous concentrer, vous avez tendance à prendre plus que d'ordinaire du café, des médicaments, de l'alcool, ...

Ou

- ◆ Vous avez des problèmes de mémoire, vous cauchemardez, des idées vous envahissent, tout vous échappe, vous évitez certaines situations, lieux, ...

Lieu d'Ecoute et de Paroles

Nous vous proposons

- ◆ Parler avec des professionnels,
- ◆ Mettre en commun vos expériences avec d'autres personnes,
- ◆ Redécouvrir des ressources pour prendre le cours de la vie

Deux animateurs vous aiderons à cheminer tout au long d'une dizaine de rencontres



Par le passé vous avez vécu un événement traumatique ou des événements traumatisants à répétition qui bloquent le cours de votre vie.

Peut-être avez-vous un sentiment d'impuissance, vous n'avez plus confiance en vous, les choses se répètent, vous avez des idées noires, vous buvez ou vous absorbez des médicaments, votre vie personnelle, sociale ou professionnelle vous apporte de l'insatisfaction