



COMMUNIQUÉ

POUR PUBLICATION IMMÉDIATE

Ateliers « Hors de l'eau »

pour les personnes qui ont subi les inondations et qui souffrent de troubles anxieux

Vaudreuil-Dorion, le 5 mars 2018

Le Versant, réseau d'entraide pour les personnes souffrant de troubles anxieux offre ce printemps aux personnes qui ont subi les récentes inondations, ainsi qu'à leurs proches, et qui souffrent de troubles anxieux, **des ateliers « hors de l'eau » spécialement et exclusivement pour eux.**

Depuis 10 ans, *le Versant* aide les personnes de la région de Vaudreuil-Soulanges à vivre mieux leurs difficultés touchant l'anxiété par des ateliers d'une douzaine de rencontres en petits groupes d'une dizaine de personnes. L'approche cognitive comportementale, des techniques de respiration et différents outils sont mis de l'avant à l'aide des cahiers de la Clé des champs.

Deux ateliers « hors de l'eau » d'une durée de 2 heures par semaine débuteront le **10 avril 2018**, pour 11 semaines :

Les mardis après-midi	14 h à 16 h	chalet de l'Escapade La Cavale à Rigaud 15, rue du Boisé-des-Franciscaines
Les mardis soir	19 h à 21 h	CLSC à Vaudreuil-Dorion 3031, boulevard de la Gare

Line Handfield, qui travaille avec *le Versant* et qui est membre du conseil d'administration depuis sa fondation, animera les deux ateliers. Elle est spécialisée en relation d'aide et, comme par hasard, elle habite sur le bord de la rivière. Il sera aussi possible de la rencontrer individuellement sur rendez-vous.

Pour s'inscrire il est conseillé de le faire sur le site internet de l'organisme au www.leversant.org. Il est également possible de laisser un message au (450) 455-6171 poste 70657. Un responsable entrera en contact avec la personne inscrite et évaluera la demande. Des frais d'environ 40,00\$ sont à prévoir pour le matériel didactique et l'inscription. Il faut se hâter, car les places sont limitées.

- 30 -

Source:

Marthe Bois, adjointe administrative

Le Versant, réseau d'entraide pour les personnes souffrant de troubles anxieux
450-455-6171 poste 70657 pour la boîte vocale ou directement au 450-269-2093