

Les missions d'Avatar

- Rompre l'isolement des personnes souffrant de troubles anxieux.
- Améliorer les conditions de vie des personnes anxieuses dans leur milieu familial, scolaire, universitaire, professionnel et social.
- Promouvoir, soutenir, participer à toutes actions liées aux troubles anxieux.
- Informier l'opinion publique sur tes troubles anxieux.
- Organiser l'accompagnement des personnes souffrant d'agoraphobie ou ayant des difficultés d'exposition.
- Favoriser l'accès aux soins.
- Faire connaître les thérapies existantes.
- Aider les personnes et leur entourage en apportant le réconfort et le soutien moral d'une association.

Les services d'Avatar

Information et documentation sur les troubles anxieux.

Des réunions à thème et des groupes de parole

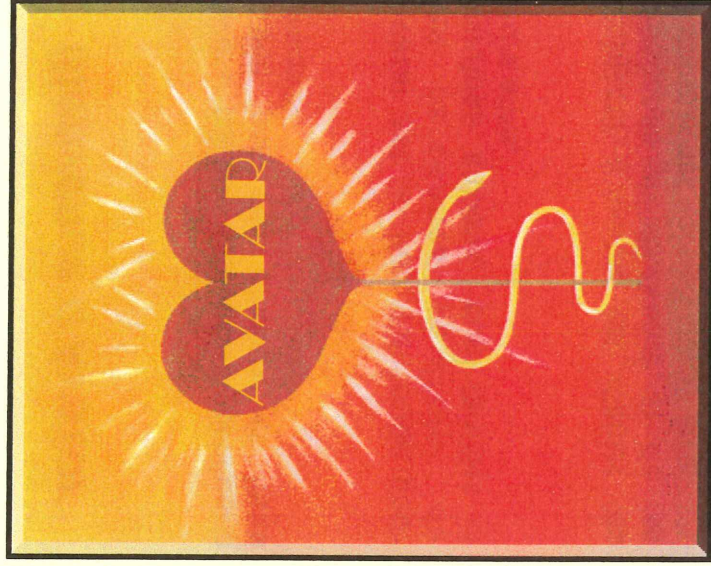
[Redacted]

Adresse postale:

Avatar
Espace Sully
rue Travot
85110 Chantonnay.

Internet: www.asso-avatar.fr

Pour devenir membre d'Avatar:
Cotisation annuelle de 21€.



Association Vendéenne d'Aide
aux Troubles Anxieux Réunis

Aider celles et ceux qui
souffrent de phobie et d'anxiété
à mieux vivre

Bienvenue à Avatar

Avatar est une association vendéenne créée par des anxieux et leurs proches.

Avatar est un lieu d'entraide pour les personnes souffrant de troubles anxieux, leurs familles et leurs amis.

L'objectif d'Avatar est d'aider les personnes en souffrance et de les accompagner vers un mieux être.

Avatar est indépendante du politique, du religieux ainsi que de tout pouvoir médical et pharmaceutique.

Avatar est une association à but non lucratif. Elle est régie par la loi 1901 et est tenue par des bénévoles.

Les troubles anxieux

Troubles affectifs pouvant nuire au comportement, aux pensées, aux émotions et à la santé physique. Ils se caractérisent par une inquiétude, une crainte, une peur exagérée, un comportement d'évitement et des rituels compulsifs excessifs.

Les troubles anxieux les plus répandus sont l'anxiété généralisée, le trouble panique avec ou sans agoraphobie, la phobie sociale, la phobie spécifique ou simple, le trouble obsessionnel compulsif et l'état de stress post-traumatique.

Environ une personne sur cinq sera sujet au cours de sa vie à un problème d'anxiété.

Quelques définitions

L'anxiété généralisée: inquiétude excessive et répétée ressentie sur les événements routiniers et les activités quotidiennes de la vie.

Le trouble panique: crise d'angoisse aiguë survenant de façon inattendue et pouvant être accompagnée d'agoraphobie(Le sujet cherche à éviter les situations ou les lieux qui lui font peur).

La phobie sociale: peur persistante de situations sociales dans lesquelles la personne est exposée au regard d'autrui et dans lesquelles elle craint d'agir de façon humiliante et embarrassante.

La phobie spécifique ou simple: les personnes atteintes sont prises de peurs déraisonnables en présence ou à l'idée de la confrontation à un objet ou à une situation spécifique.
Exemples: peur des araignées, peur de l'eau, peur de l'avion...

Le trouble obsessionnel-compulsif: il se manifeste par la présence d'obsessions(idées ou images mentales involontaires et persistantes faisant irruption dans la conscience entraînant une anxiété et une souffrance importante) accompagnées ou non de compulsions(factes répétitifs exécutés pour réduire l'anxiété engendrée par les obsessions).
Exemples d'obsessions: doutes répétés, peur d'être contaminé, pensées troublantes d'ordre sexuel ou religieux...
Exemples de compulsions: les vérifications, le lavage, le comptage, les rituels...

Le trouble de stress post-traumatique: trouble survenant à la suite d'une expérience terrifiante ayant causé ou menacé de causer de graves blessures.