



## Soirée de partage « *Et si on parlait psy...* »

### « LE TROUBLE DE STRESS POST-TRAUMATIQUE »

Des événements tragiques ou violents peuvent être à l'origine d'un traumatisme. Le traumatisme psychologique peut se définir comme une expérience dans laquelle nos capacités de défense psychiques ne sont pas suffisantes. Toutefois, le fait d'être confronté à un événement violent n'entraîne pas forcément un traumatisme. Le traumatisme provoque des manifestations particulières comme des cauchemars, le souvenir de l'événement qui surgit dans les pensées ou le fait de se tenir en permanence sur ses gardes. Ces manifestations diminuent le plus souvent au fil du temps, grâce aux ressources que nous trouvons en nous-mêmes et autour de nous. Quand ces symptômes persistent et perturbent de manière importante notre quotidien, il peut s'agir d'un trouble de stress post-traumatique. A quels signes prêter attention, quels sont les symptômes caractéristiques, quelles thérapies, quelles ressources, quel accompagnement pour aller mieux, etc., autant de questions qui pourront être abordées avec

**Sylvie ISENRING**

Médecin adjointe

Service de psychiatrie du Bas Valais – Hôpital du Valais - Centre Hospitalier du Valais Romand  
Centre de Compétences en Psychiatrie et Psychothérapie (CCPP)

**Mardi 21 janvier 2025 à 18h00**

**A l'Avep**

**Rue de Lausanne 69 (restaurant Verso l'Alto)  
1950 SION**

**Infos et inscription**

**024 471 40 18 – [animation@avep-vs.ch](mailto:animation@avep-vs.ch)**

Nous vous invitons à venir partager et échanger, avec nous, sur ce thème.

**Bienvenue à tous !**