



Semaine nationale de sensibilisation aux troubles alimentaires 2018
« Les troubles alimentaires peuvent être une prison. Avec de l'aide, tu peux t'en libérer. Les clés sont à ta portée! »

Pointe-Claire, le 18 janvier 2018– La Semaine nationale de sensibilisation aux troubles alimentaires se déroulera du 1er au 7 février 2018, sous le thème du rétablissement avec pour slogan « **Les troubles alimentaires peuvent être une prison. Avec de l'aide, tu peux t'en libérer. Les clés sont à ta portée!** ».

Les instigateurs de la Semaine au Québec, Anorexie et boulimie Québec (ANEB) et la Maison l'Éclaircie souhaitent insuffler une vague d'espoir et de courage aux gens aux prises avec un trouble alimentaire et à leurs proches en rappelant qu'il est possible de se rétablir d'un trouble alimentaire.

Tout au long de la Semaine, avec l'aide de nombreux partenaires des milieux hospitalier, gouvernemental, privé et communautaire, les porte-parole d'ANEB et de la Maison l'Éclaircie, ainsi que plusieurs experts et personnes touchées par les troubles alimentaires s'exprimeront sur les enjeux entourant ce trouble de santé mentale dévastateur, mais aussi sur les stratégies et outils qui peuvent mener à la guérison.

« Encore aujourd'hui, de nombreuses personnes véhiculent la fausse croyance comme quoi on doit apprendre à vivre avec la maladie. Qu'il n'est pas possible de s'en sortir. Cette phrase pour les gens qui se battent présentement contre un trouble alimentaire est loin d'être banale. Elle peut décourager la recherche d'aide et minimiser les démarches entreprises. » souligne Josée Champagne, directrice d'ANEB.

« Chaque personne a une définition bien personnelle du rétablissement. Reste que peu importe où l'on se situe dans la maladie, on peut tendre vers un mieux-être. Pour ce faire, il faut faire preuve de patience et respecter son rythme; il faut avoir confiance en soi et en l'équipe qui nous accompagne, mais aussi avoir de la compassion à notre égard. Il faut également s'entourer d'un réseau aidant et aimant. » - ajoute Myriame Trudel, directrice de la Maison l'Éclaircie.

Tout au long de la Semaine, des outils, dont des textes sur les clés du rétablissement d'un trouble alimentaire, seront mis à la disposition de tous sur le site web de la Semaine: www.semainetroublesalimentaires.com.

Des évènements (ex. conférences, panels de discussion) auront également lieu dans l'ensemble de la province pour souligner la Semaine, notamment à Montréal, Québec, Sherbrooke et Sept-Îles. Pour connaître les évènements : semainetroublesalimentaires.com/calendrier.

Partenaires financiers de la Semaine:

Clinique de psychologie cognitive comportementale CHANGE, Éki-Lib Santé Côte-Nord

Pour une liste complète des partenaires:

<http://semainetroublesalimentaires.com/partenaires/>

Semaine nationale de sensibilisation aux troubles alimentaires 2018

« Les troubles alimentaires peuvent être une prison. Avec de l'aide, tu peux t'en libérer. Les clés sont à ta portée! »

Dates: 1er au 7 février 2018

Site web: www.semainetroublesalimentaires.com

Mot-clic: #SemTA2018