

Le Trouble Bipolaire

Chacun peut être par moment énergique et enthousiaste.

Chacun peut avoir un coup de 'blues' et être un peu déprimé.

Tantôt de bonne humeur !

Tantôt de mauvaise humeur !

Mais, chez certaines personnes, ces hauts et ces bas sont plus intenses et plus longs

et ne peuvent souvent être reliés à aucun événement particulier.

Elles sont parfois super-actives, euphoriques, voire exaltées...

Parfois sans énergie, profondément tristes, voire désespérées...

Ces variations excessives, voire extrêmes, de leur humeur les empêchent de vivre normalement et entraînent une souffrance psychique réelle pour elles et leurs proches.

Le trouble bipolaire, dont la forme classique, spectaculaire est la maniaque-dépression, concerne également les personnes qui présentent des phases hautes moins franches et des phases basses, parfois sévères.

info@funambuleinfo.be

0492 56 79 31

www.funambuleinfo.be

www.facebook.com/funambule.bruxelles

Pour recevoir de la **documentation** sur le trouble bipolaire, communiquez-nous vos coordonnées.

Pour vous inscrire à notre **lettre d'information**, communiquez-nous votre adresse e-mail.

Pour nous soutenir:

BE08 0003 2550 4213

Prix du Public au Reintégation Award 2014 du CRéSaM



Le Trouble Bipolaire: « Parlons-en ! »



Le Funambule asbl

Groupes de parole pour personnes vivant avec un trouble bipolaire et leurs proches

www.funambuleinfo.be

Édition: Septembre 2015

Un Groupe de Parole du Funambule, **c'est quoi ?**

Une **rencontre**
où chacun peut parler, écouter,
s'informer, échanger son vécu...
sans être jugé

Dans le **respect** de soi et des autres

Dans la **bienveillance**, la **confiance**
et la **confidentialité** du groupe

Cela permet notamment de:

- sortir de la solitude (ou de l'isolement)
- se (re)connaître
- (se) comprendre
- s'(entr)aider
- gérer son trouble bipolaire
- (re)prendre sa vie en main
- se rétablir.

Le Funambule ne se substitue pas à vos prises en charge psycho-médico-sociales ou autres.

Nous ne sommes pas des professionnels de la santé mentale ou de l'aide.

C'est comment, c'est où ?

- Pour les personnes vivant avec un trouble bipolaire **et leurs proches**
- **Libre d'accès et SANS inscription**
- Une P.A.F. de 2 € est appréciée.
- Retrouvez les **dates précises** sur notre **site Web**.
- **Sauf jour fériés**

NAMUR

CRéSaM

Boulevard de Merckem 7, 5000 Namur

(à 5' à pied de l'arrière de la gare, côté boulevard du Nord)

**Chaque 4^{ème} jeudi du mois,
de 14h à 16h**

La Charabiolo (Saint-Servais)

Rue de Gembloux 179, 5002 St-Servais

(à 20' à pied de l'arrière de la gare, côté boulevard du Nord. La maison se trouve en retrait du front de rue, traversez la cour en laissant un autre bâtiment sur la gauche.)

**Chaque 2^{ème} mardi du mois,
(sauf en juillet-août),
de 19h30 à 21h30, accueil dès 19h**

BRUXELLES

Tela (Schaerbeek)

Chaussée de Louvain 399, 1030 BXL

(entre les places Dailly et Meiser)

Groupe du mardi après-midi
Chaque 1^{er} mardi du mois
(sauf en juillet),
de 14h à 16h,

facilité par un psychologue

Groupe du jeudi soir
Chaque 2^{ème} jeudi du mois,
de 19h30 à 21h30, accueil dès 19h

Pianofabriek (Saint-Gilles) **(salle Calcutta - 2^{ème} étage)**

Rue du Fort 35, 1060 BXL

(à 10' à pied de la porte de Halle, entre le parvis et la barrière de Saint-Gilles)

Chaque 3^{ème} jeudi du mois
(sauf en juillet-août),
de 19h30 à 21h30, accueil dès 19h