

Les troubles bipolaires

Chacun peut avoir un coup de blues, des hauts et des bas.

Mais, chez certaines personnes, ces fluctuations d'humeur sont plus intenses et plus longues, pas forcément reliées à un événement particulier.

Ces personnes sont parfois hyperactives, euphoriques, voire exaltées... mais aussi irritables et impulsives. Elles sont parfois sans énergie, profondément tristes, voire désespérées...

L'élévation de l'humeur peut être spectaculaire (on parle de manie) ou plus modérée (hypomanie). Dans tous les cas, on note la présence d'épisodes réguliers de dépression modérée ou majeure.

Les TROP hauts et les TROP bas

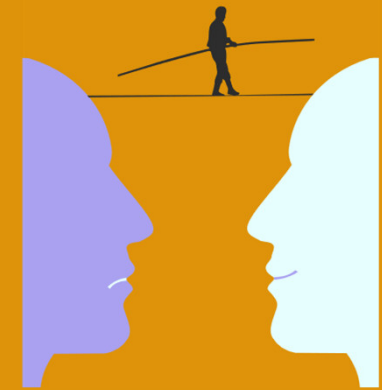
sont des variations hors normes de l'humeur

Elles empêchent de fonctionner normalement

Elles entraînent une souffrance psychique réelle chez les personnes qui vivent avec le trouble bipolaire et chez leurs proches.

Parlons-en !

Le Funambule



Troubles bipolaires Parlons-en!



Groupes de paroles
mensuels

Schaerbeek
Jette
Saint Gilles
Namur

Pour vous et vos proches

Membre de
Psytoyens

Avec le soutien de



Lauréat du Prix du Public
Reintegration Award 2014
du CRéSaM

Merci pour votre soutien
BE 08 0003 2550 4213

www.funambuleinfo.be

Newsletter / Ressources / Témoignages

Facebook : [LeFunambule.bipolaire](https://www.facebook.com/LeFunambule.bipolaire)

Help-line : 0492 / 56 79 31

Nos groupes de paroles en pratique

Ouverts aux personnes vivant avec un trouble bipolaire et leurs proches

Libre d'accès et SANS inscription
Participation de 2 € demandée

Le Funambule ne se substitue pas à votre suivi psycho-médico-social

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

Consultez un professionnel de la santé

Bruxelles Schaerbeek

2^{ème} jeudi du mois
De 19h30 à 21h30
Accueil dès 19h

Saint-Gilles (Pianofabriek)

3^{ème} jeudi du mois
De 19h30 à 21h30
Accueil dès 19h

Jette (Club Norwest)

1^{er} mardi du mois
De 14h30 à 16h30
Accueil dès 14h

Namur

Au CréSaM

4^{ème} jeudi du mois
De 14h00 à 16h00
Accueil dès 13h30

Attention : Pas les jours fériés !
Vérifiez les dates et modalités sur notre site
www.funambuleinfo.be

Vous êtes les bienvenus!

Un groupe de paroles C'est une rencontre des paroles de chacun

où on peut parler, écouter,
partager son vécu, s'informer...
sans être jugé

dans le **respect** de soi et des autres
dans la **bienveillance**
et la **confidentialité** du groupe

S'entraider pour

- sortir de l'isolement
- se (re)connaître et (se) comprendre
- mieux gérer son trouble bipolaire
- (re)prendre sa vie en main
- se rétablir