



## Objectifs du programme :

Cette approche en groupe vise à améliorer l'acceptation, la prévention, la gestion et la connaissance du trouble bipolaire.

## Intervenants

Mme Collignon Véronique  
Mme Byloos Christelle  
Mr Gérard Johan  
***Infirmier.e.s***

Mme Uyttersprot Audrey  
***Psychologue***

Docteur Jeunieaux Laurence  
***Psychiatre***

**Pour s'inscrire contacter :**

**Mr Gerard**

johan.gerard@humani.be

**Où ?**

**Pavillon Administratif :**  
Hôpital Vincent-Van-Gogh,  
1<sup>er</sup> Etage, Salle de réunion

**Adresse**

55, rue de l'Hôpital, 6030  
Marchienne-au-Pont



[www.humani.be](http://www.humani.be)

TE0080 - Trouble bipolaire



Programme psychoéducatif :  
**EPAULONS LE TROUBLE  
BIPOLAIRE**



## Les modalités

### ► **A qui s'adresse ce programme :**

Aux patients bipolaires et à leurs proches, désireux d'améliorer leurs connaissances et de s'impliquer pratiquement dans une meilleure gestion du trouble.

### ► **Le contenu ?**

Il s'agit d'un programme psychoéducatif enrichi de stratégies de gestion des symptômes inspirées du modèle cognitivo comportemental.

### ► **Quand ?**

Les jeudis de 17h30 à 19h30, sauf congés scolaires.

- *Programme de 24 séances*
- *Groupe fermé d'une vingtaine de participants, associant patients et proches (1 proche par patient).*

## Le programme

### **Voir Venir :**

Les 7 premières séances sont consacrées aux informations générales concernant le trouble bipolaire, aux symptômes généraux et personnels du trouble, aux déclencheurs, et enfin aux signes d'alarme précoces et à l'autoévaluation de ceux-ci (2 séances pratiques clôturent cette première partie).

### **Prendre des précautions :**

- 3 séances sont destinées aux traitements médicamenteux
- 1 séance est consacrée à l'acceptation de la maladie
- 2 séances sont consacrées à l'hygiène de vie
- 2 séances à la gestion du stress

### **Réduire les symptômes :**

4 séances sont destinées aux techniques comportementales et cognitives du trouble et enfin 2 séances sont consacrées aux contrats de prévention.

Chaque thème abordé est suivi d'une séance pratique

## Source principale

«*Le trouble bipolaire : Manuel pour une meilleure qualité de vie.*»

Monica Ramiez BASCO  
Traduction : Jeunieux Laurence  
SOCRATE Editions

