

## Les Troubles Bipolaires

Chacun peut être par moment  
énergique et enthousiaste.  
Chacun peut avoir un « coup de blues ».  
Chacun a « des hauts et des bas ».

Mais, chez certaines personnes,  
ces fluctuations d'humeur  
sont plus intenses et plus longues  
et ne peuvent pas toujours être  
reliées à un événement particulier.  
Elles sont parfois hyperactives,  
euphoriques, voire exaltées...  
mais aussi irritables et impulsives.  
Elles sont parfois sans énergie,  
profondément tristes,  
voire désespérées...

**Ces variations trop importantes  
de leur humeur les empêchent  
de fonctionner normalement  
et entraînent une souffrance  
psychique réelle chez elles  
(et chez leurs proches).**

Dans la **maniaco-dépression**,  
la forme la plus connue, l'élévation  
de l'humeur peut être spectaculaire;  
dans les autres formes, elle est  
plus modérée. Dans toutes les formes,  
on note la présence d'épisodes réguliers  
de dépression modérée ou majeure.

0492 56 79 31

[info@funambuleinfo.be](mailto:info@funambuleinfo.be)

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

[www.facebook.com/funambule.bruxelles](http://www.facebook.com/funambule.bruxelles)

Abonnez-vous à notre **newsletter**  
à partir de notre site, envoyez-nous  
un e-mail avec vos coordonnées  
pour recevoir **nos brochures**.

**Pour nous soutenir:**

BE08 0003 2550 4213

Lauréat du Prix du Public  
Reintegration Award 2014 du CRéSaM

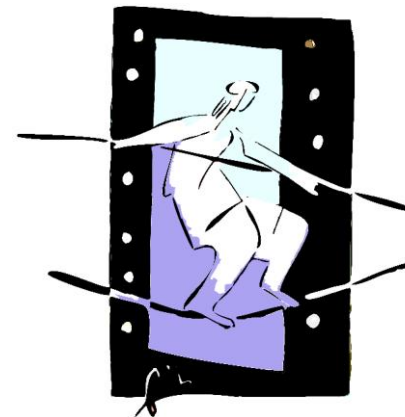
Nos groupes de parole sont organisés en partenariat  
avec le Nouveau Centre Primavera & le Club Norwest,  
le Projet 107 sur Bruxelles-Est, le CRéSaM  
et le Club Psychosocial La Charabiolo.

Avec le soutien de

Membre de



## Les Troubles Bipolaires « Parlons-en ! »



**Le Funambule**  
groupe d'entraide pour personnes  
vivant avec un trouble bipolaire  
et leurs proches

**organise  
des groupes de parole**

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

Édition: Novembre 2016

## **Un Groupe de Parole, c'est une rencontre**

où chacun 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.

Cela permet de **s'entraider**

pour, notamment :

- sortir de la solitude (ou de l'isolement)
- se (re)connaître
- (se) comprendre
- mieux gérer son trouble bipolaire
- (re)prendre sa vie en main
- faire chemin vers le rétablissement

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.

- 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 sur notre site Web.
- Nous vous accueillons 1/2 heure avant le début de la réunion.
- Pas de réunions les jours fériés !

## **NAMUR**

### **Namur-centre** **(CRÉSaM)**

Boulevard de Merckem 7, 5000 Namur

(5' à pied de l'arrière de la gare)

**Chaque 4<sup>ème</sup> jeudi du mois,  
de 14h à 16h, accueil dès 13h30**

### **Saint-Servais** **(Club La Charabiole)**

Rue de Gembloux 179, 5002 St-Servais

(20' à pied de l'arrière de la gare; le Club se trouve en retrait,  
traversez la cour en laissant un bâtiment à votre gauche)

**Chaque 2<sup>ème</sup> mardi du mois,  
de 19h à 21h, accueil dès 18h30**

## **BRUXELLES**

### **Schaerbeek**

Chaussée de Louvain 399, 1030 Schaerbeek

(entre les places Dailly et Meiser)

**Chaque 2<sup>ème</sup> jeudi du mois,  
de 19h30 à 21h30, accueil dès 19h**

### **Jette** **(Club Norwest)**

Avenue de Sermon 93, 1090 Jette

(à proximité de la place du Miroir)

**Chaque 1<sup>er</sup> mardi du mois  
(sauf en juillet),  
de 14h à 16h, accueil dès 13h30,  
facilité par Jean-Marc Priels (psychologue)**

### **Saint-Gilles** **(Pianofabriek - salle Calcutta)**

Rue du Fort 35, 1060 Saint-Gilles

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

**Chaque 3<sup>ème</sup> jeudi du mois  
(sauf en juillet-août),  
de 19h30 à 21h30, accueil dès 19h**