



Les groupes de paroles

MARDI à 18h

3 rue Marie Magné, 31300 Toulouse.

Tel : 09.54.80.19.00 / Mail : gem.bipoles31@gmail.com

AVRIL

- **Mardi 2** Être jeune avec un trouble bipolaire ou borderline
- **Mardi 9** Bipolarité et vie professionnelle
- **Mardi 16** Est-ce que la spiritualité augmente en phase hypomaniaque, manique ?
- **Mardi 23** Comment gérer son planning avec un trouble psychique : temps d'activités et temps de repos ?
- **Mardi 30** Comment détecter les signes précurseurs des crises up et down ?

Ce programme peut subir des modifications, merci