

Les groupes de paroles

OCTOBRE

2026

MARDI à partir de 17h30

Mardi 6 S'affirmer et nourrir son estime de soi
Comment se faire respecter, savoir dire « non »
et renforcer son estime de soi malgré les troubles
psychiques ?

Mardi 13 Les erreurs commises pendant une crise
Comment vivre avec les erreurs commises lors
d'une crise maniaque, hypomaniaque,
psychotique ou anxieuse ?

Mardi 20 Troubles psychiques et justice
Échanges autour des difficultés et des situations
qui peuvent conduire à avoir affaire à la justice.

Mardi 27 Cacher ses symptômes à ses proches
Quelles raisons peuvent nous y pousser ? Quels
bénéfices et quels risques cela peut-il
présenter ?

Ce programme peut subir des modifications, MERCI