

Bulletin d'adhésion ou de don

A retourner à **Le Phare des 2 Pôles**
c/o Mme Labedade

Le Nobel, 127 av Henry Dunant 06100 Nice

- Adhésion membre actif
- Adhésion membre bienfaiteur
 - Don, montant libre

par chèque libellé à l'ordre de
Le Phare des 2 Pôles ou par virement
IBAN : FR76 1831 5100 0008 0068 8338 647
Code BIC : CEPAFRPP831

Nom : _____

Prénom : _____

Date de naissance : _____

Adresse : _____

Ville : _____

Code postal : _____

Téléphone : _____

Email : _____

Date et signature



lepharedes2poles@outlook.fr



06 74 36 13 67



Le Phare des 2 pôles



Site web

lepharedes2poles.com

Ouvrage collectif de l'Association



**Venir en aide aux
personnes vivant avec un
trouble bipolaire**



Rompre l'isolement

**Mettre des mots sur
ses émotions**

Association Loi 1901
SIRET : 821 631 702 00023

Les troubles bipolaires (ou psychose maniaco-dépressive)

Les troubles bipolaires sont des troubles de l'humeur. Ils se caractérisent par une variation anormale de l'humeur : alternance de périodes d'excitation (manie ou hypomanie) et de dépression, voire de mélancolie profonde, entrecoupées de périodes de stabilité.

Les troubles bipolaires sévères touchent 1 à 2 % de la population, et trois fois plus dans leurs formes moins graves. Selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), ils comptent parmi les dix maladies les plus invalidantes. Le taux de mortalité des personnes atteintes est 2 à 3 fois plus élevé que celui de la population générale. Le risque suicidaire est important. Le diagnostic est souvent posé tardivement (8 à 10 ans d'évolution), ce qui aggrave le pronostic.

Ces troubles peuvent avoir des conséquences importantes sur la vie affective, familiale, professionnelle et sociale.

La maladie peut être stabilisée par une prise en charge thérapeutique, adaptée à chaque personne en fonction du contexte clinique, biologique et social.

Source : Extraits de la brochure Psycom sur les troubles bipolaires
www.psycom.org



Nos valeurs

Entraide, partage et solidarité

Nos groupes de parole

sont ouverts à toute personne vivant avec un trouble bipolaire.

Ils se tiennent une fois par mois, soit le mercredi après-midi, soit le samedi matin pour les actifs.

Nos ateliers thématiques

animés par des intervenants extérieurs bénévoles (réinsertion, travail, santé, bien-être, logement, addictions, etc.) ont lieu un lundi par mois.

Les groupes de parole et ateliers thématiques sont réservés aux membres actifs, à jour de leur cotisation.

Ils se tiennent à la Maison des Associations Nice Garibaldi.

Nos missions

- Offrir un espace de rencontre et d'échange, où la parole est libre pour rompre l'isolement et mettre des mots sur ses émotions.**
- Favoriser le partage d'expériences avec des personnes ayant le même vécu.**
- Soutenir dans les moments difficiles.**
- Proposer de l'information.**
- Participer à des événements permettant de mieux faire connaître et appréhender les troubles bipolaires.**
- Lutter contre la stigmatisation.**
- Représenter les usagers dans les diverses instances de la cité.**
- Offrir à ses adhérents une excursion culturelle annuelle ainsi que des moments de convivialité et des ateliers thérapeutiques.**