



ASBL Similes Wallonie

Rue Lairesse, 15

4020 Liège

Tél. 04/344.45.45

Mail : [wallonie@similes.org](mailto:wallonie@similes.org)

[www.similes.org](http://www.similes.org)



"Familles et troubles bipolaires"

## Calendrier de la session 2017 – 2018 à Similes Wallonie ASBL

Ce module se déroulera le jeudi (à raison d'une séance tous les 15 jours) de 17h00 à 21h00 dans les locaux de Similes Wallonie, Rue Lairesse, 15 à 4020 Liège

Animé par Fabienne Collard et Catherine Jadin de l'ASBL Similes Wallonie

23.11.2017	L'accueil
07.12.2017	Les troubles bipolaires : ses causes, ses manifestations et son pronostic
21.12.2017	Les traitements : hôpital, médication et thérapies
11.01.2018	Signes précoces et prévention de la rechute
25.01.2018	Développer des habiletés à communiquer avec le proche en phase maniaque
08.02.2018	Développer des habiletés à communiquer avec le proche en phase dépressive
22.02.2018	Développer des habiletés à établir des limites
08.03.2018	Révision collective des séances 5, 6 et 7
22.03.2018	Développer des habiletés à gérer la culpabilité et l'anxiété
19.04.2018	Développer des habiletés à repérer et à gérer ses émotions
03.05.2018	Développer des habiletés à gérer ses pensées parasites et une bonne estime de soi
17.05.2018	Développer des habiletés à avoir des attentes réalistes
31.05.2018	Développer des habiletés à savoir de l'aide efficacement
14.06.2018	Développer des habiletés à se construire un réseau de soutien