



Les groupes de paroles

MARDI à 18h

3 rue Marie Magné, 31300 Toulouse.

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

OCTOBRE 2024

- **mardi 1** L'angoisse de l'abandon, comment elle évolue selon les phases et comment la gérer ?
- **mardi 8** Le sommeil
- **mardi 15** Troubles psychiques : épisodes de détresse (idées noires, tentatives de suicide) comprendre et prévenir
- **Mardi 22** Le silence : le fuir ? Le rechercher ? Comment on le vit ?
- **Mardi 29** Est-ce que les phases up changent le caractère ? Timidité ---> expansivité

Ce programme peut subir des modifications