

# Trouble bipolaire

## Adresses de Liens utiles

Vous trouverez ci-dessous une liste non exhaustive de site disposant d'informations au sujet de la bipolarité.

- > France Dépression  
Association française contre la dépression et la maladie maniaco-dépressive.
- > HANDROIT  
Ressources et conseils sur les aides et prestations.
- > UNAFAM  
Mutualisation des ressources, toutes les familles de l'UNAFAM se mettent au service des autres familles concernées par les maladies psychiques.
- > Bipol Entreprises  
L'action de Bipol a pour ambition de modifier l'approche du handicap au sein de l'entreprise.
- > Psycom 75  
Il a été créé afin de mieux faire connaître la réalité des maladies mentales et le dispositif de soins offert par le service public. Il s'adresse aux patients et à leur famille, mais aussi aux médecins généralistes, psychiatres, soignants et travaille
- > Schizo ?...oui  
Faire face à la schizophrénie - Avec 10000 nouveaux cas chaque année en France, est parmi les maladies, les premières causes de handicap des jeunes adultes.
- > Ministère de la Santé  
Portail d'accès à toutes les agences nationales dans le domaine de la santé.
- > SERPSY  
Soin études et recherche en psychiatrie - Tout ce que vous avez voulu savoir sur la psychiatrie... dans la rubrique "Levons le voile".
- > Troubles-bipolaires.com

Un site d'information médicale destiné aux professionnels de santé, aux patients et à leur entourage. Inscription obligatoire pour accéder à l'ensemble du site (forum, sondages, informations complémentaires).

- > Maison des Usagers du Centre Hospitalier Sainte Anne

Un lieu d'accueil et d'information sur la santé, ouvert à tout public. Permanences assurées par 14 associations de patients ou de proches.

- > Revivre

Association d'aide aux patients Québécoise. Excellent site, très complet sur tout ce qui touche les troubles bipolaires, avec de nombreuses rubriques.

## **Liens utiles**

France-Dépression a le plaisir de vous indiquer une série de sites et de contacts qui pourront vous être utiles.

Cependant, nous revendiquons toute indépendance vis-à-vis des contenus et des activités des organismes ou associations cités ici.

Assistance Publique - Hôpitaux de Paris

Association Clubhouse France

*Initialement nommée Cap'cités, Clubhouse a pour objet de faciliter la réinsertion sociale et professionnelle de personnes fragilisées par des troubles mentaux, favoriser la création de lieux d'accueil, d'échange et d'activités, informer les malades, les familles, les entreprises et plus généralement l'opinion publique sur les troubles mentaux et lutter contre toute forme de discrimination à l'égard des personnes souffrant de maladies psychiatriques.*

Association Française de Thérapie Comportementale et Cognitive

*Fondée en 1971, l'objectif de l'AFTCC est de promouvoir la pratique, l'enseignement et la recherche en matière de thérapie comportementale et cognitive. Le site de l'association recense plus de 1300 membres, répartis sur tout le territoire, et dont la majorité est formée de praticiens (psychiatres, psychologues, médecins).*

Association Médiagora Paris, phobies et anxiété

*Mediagora accueille les personnes souffrant de phobie sociale, d'anxiété sociale, d'agoraphobie, de trouble panique, de Troubles Anxieux Généralisés (TAG) et/ou d'angoisses diverses, pour rompre l'isolement et le silence, se rencontrer et faire connaître les thérapies qui marchent.*

Advocacy France

*L'Advocacy est un mode d'aide à l'expression par l'intervention d'un tiers, d'une personne qui s'estime victime, mal écoutée et insuffisamment respectée par ses interlocuteurs institutionnels ou qui rencontre des obstacles à l'exercice de sa pleine citoyenneté. Il s'agit*

*notamment de soutenir toutes les formes de recours dans les situations d'exclusion, de ségrégation, de mesures privatives de libertés individuelles.*

#### Club rTMS

*Parrainée par l'Association Française de Psychiatrie Biologique (AFPB), son but est de promouvoir l'étude clinique, physiologique et thérapeutique des effets des techniques de stimulation transcrânienne (rTMS, ECT, tDCS ...) appliquée aux troubles psychiatriques.*

#### Collège National de la Qualité des Soins en Psychiatrie

*Affirmer la nécessité d'une approche structurée et coordonnée des actions de promotion de la qualité, tel est l'objectif du CNQSP.*

#### European Depression Association

*L'EDA est une alliance d'associations, de patients, de chercheurs et de représentants du corps médical issus de 19 pays européens dont la mission est une information et une meilleure connaissance de la maladie psychique, ainsi que l'amélioration de l'ensemble des traitements.*

#### FNAPSY, Fédération Nationale des Associations d'Usagers en Psychiatrie

*Fédération Nationale des Associations d'(ex) patients en psychiatrie qui regroupe actuellement une cinquantaine d'associations.*

#### Fondation Pierre Deniker

*la Fondation Pierre Deniker souhaite apporter des réponses concrètes face à la maladie mentale et mieux faire connaître les déterminants de la santé mentale.*

#### GAMIAN Europe

*"Global Alliance of Mental Illness Advocacy Networks-Europe" est une organisation d'usagers européens ayant pour but de représenter les intérêts et les droits des personnes affectées par la maladie psychique.*

#### Groupes d'Entraide Mutuelle ou GEM :

Union Nationale des GEM de France

GEM en Région Parisienne

#### Info-Dépression, INPES. La dépression, en savoir plus pour s'en sortir

*Ce site vous permettra de mieux comprendre la dépression, de connaître ses symptômes et ses traitements et de savoir où et à qui s'adresser.*

#### Isatis, intégration de personnes souffrant de troubles psychiques

*Association pour l'intégration, le soutien, l'accompagnement au travail et l'insertion sociale, basée dans le Sud-Est de la France.*

#### Le Forum des Bipotes

*Forum d'information, de psychoéducation et forum d'entraide pour les personnes avec un trouble bipolaire et leurs proches.*

#### Fondation FondaMental

*Instrument de médiation à la croisée des préoccupations de tous les acteurs (patients, familles, associations, praticiens, chercheurs, ...), la Fondation incarne une promesse de*

*réelle modernité en offrant de dépasser les croyances et de progresser vers une société bien traitante.*

L'Institut Douglas, Institut Universitaire en Santé Mentale (Canada) recense la Santé Mentale de A à Z

La Maison des Usagers

*Information santé. Un lieu d'accueil et d'information pour les patients et leurs proches au Centre Hospitalier Sainte-Anne, 1 rue Cabanis, 75014 Paris. Reçoit du lundi au jeudi, de 12h30 à 17 h > Tél : 01 45 65 74 79*

Mindfulness, Association pour le développement de la Pleine Conscience

*Promouvoir et diffuser auprès du grand public les actions autour de l'utilisation de la pleine conscience comme outil de mieux être, en dehors de tout contexte religieux.*

Observatoire des suicides

*Pour renforcer la prévention, la France doit se doter d'une meilleure connaissance du suicide : connaître pour agir.*

Psycom75 : information et santé mentale

*Syndicat interhospitalier qui regroupe les 4 établissements de santé mentale du département de Paris et l'association de santé mentale du 13<sup>e</sup> arrondissement. Si vous êtes parisien, leur site Internet permet de trouver un lieu où consulter, le secteur dont vous dépendez, les associations locales, les rencontres et conférences...*

*Pour tout le monde, le site du Psy-Com 75 propose aussi de l'information générale, notamment sur les droits des patients, les traitements, l'organisation des soins...*

Santé Mentale Europe

*ONG européenne qui travaille à la promotion de la santé mentale positive et du bien-être, à la prévention des troubles mentaux, à l'amélioration des soins, à la défense de l'inclusion sociale et à la protection des droits fondamentaux des (ex)usagers des services de santé mentale, de leurs familles et de leurs aidants.*

**Erreur ! Référence de lien hypertexte non valide.**

*Espace de réflexion et d'échanges autour de la relation soignant / soigné.*

Souffrance et Travail

*Site et magazine d'information, d'actualités et de soutien sur la souffrance au travail, au moment où harcèlement et stress sont devenus des termes commodes pour exprimer de façon lapidaire les difficultés que nous rencontrons dans le monde du travail et leurs conséquences sur notre santé psychique et physique.*

UNCPSY, Union Nationale des Cliniques Psychiatriques de France

UNAFAM : Union Nationale des Amis et Familles de Malades Psychiques : 01 53 06 30 43

*Les bénévoles des 97 sections départementales accueillent, soutiennent les familles et défendent leurs droits, afin d'aider les proches confrontés à la maladie psychique. Des réunions, groupes de parole, conférences-débats, congrès ainsi qu'une revue et des brochures, participent également à cette mission de formation et d'information à laquelle des*

*spécialistes, psychiatres, psychologues, juristes et assistantes sociales apportent leur concours.*

***Ecoute et soutien :***

Écoute-famille : 01 42 63 03 03 (prix d'un appel local)

*Ligne d'écoute créée par l'Unafam est destinée aux familles ayant un proche en souffrance psychique.*

SOS Amitié : Numéro Paris et Ile-de-France : 01 42 96 26 26

SOS Dépression : 08 92 70 12 38 (appel payant = 0.33 cts/min)

**Info Suicide**

*C'est le site du Centre Popincourt spécialisé dans l'information, la prévention, la recherche sur le suicide et dans l'aide aux suicidaires et à leur entourage.*

**SOS Suicide Phénix :**

Numéro national : 0825 120 364 (appel payant 15 cts / min)

Numéro régional Île-de-France : 01 40 44 46 45 )

Suicide Ecoute : 01 45 39 40 00