



“Occ’up et vous est un lieu de rencontre et de socialisation que je fréquente librement et régulièrement. Je m’y sens bien, il y a toujours un sourire, un café... des liens se créent.”

Patrick, 60 ans,
Villefranche-de-Rouergue



Avec le soutien de

“Il y a quelques années, j’ai été diagnostiqué bipolaire. Ce n’est pas facile de se mettre à nu, ce n’est pas ce que la société attend, il y a le regard des autres, on se sent diminué et on n’a pas d’espoir. Mais j’ai été suivi, accompagné, encadré, on m’a sensibilisé à l’importance de bien prendre le traitement médicamenteux. Aujourd’hui, je suis stabilisé, mais je sais où aller si j’ai un problème. [...] J’ai entendu parler de la pair-aidance et aujourd’hui, je suis prêt à prendre la parole sur le sujet, à expliquer ce que j’ai vécu, à témoigner de mon expérience, je pense que cela pourrait aider d’autres patients.”*

Retrouvez
l’interview
de Patrick
et des ressources
en flashant
ce QR Code



* La pair-aidance est une trajectoire de rétablissement qui repose sur une entraide entre personnes étant ou ayant été atteintes d’une maladie somatique, psychique ou vivant une problématique sociale.

A colorful banner for the 35th edition of the Semaines d'information sur la santé mentale (SISM). The banner features a light blue background with white clouds and various illustrations of people in green and white clothing engaged in different activities: a ballerina, a person at a desk, a person on a rocking horse, a person with a laptop, a person with a dog, a person with a cane, a person with a wheelchair, a person with a ladder, a person with a walking stick, a person running with a briefcase, a person on a bicycle, a person with a broom, and a group of people walking. The central text reads "EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE" in large blue letters, with "7 - 20 OCTOBRE 2024" in a white box below it. The SISM logo is in the top center, and the text "Sous le haut patronage du Ministère de la Santé et de la Prévention" is at the bottom center. The number "35^e EDITION" is in a circular badge on the left.