



“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.



35^e EDITION

Semaines d'information sur la santé mentale

EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE

7 - 20 OCTOBRE 2024

Sous le haut patronage du Ministère de la Santé et de la Prévention