

## TROUBLES PSYCHIQUES

### **Anorexie Boulimie Occitanie Pyrénées Méditerranée (ABO)**

Association régionale de familles et de proches de personnes souffrant de Troubles des Conduites Alimentaires (TCA) : Anorexie mentale - Boulimie - Hyperphagie boulimique  
Association composée de bénévoles.

Année de création : 2003

Reconnue d'intérêt général : 2006

Présidente : Mme BOIS Claude

Missions :

- Ecouter, Informer, Orienter, Aider et Soutenir les personnes souffrant de TCA ainsi que leurs familles et leurs proches.
- Sensibiliser le public, le milieu scolaire, les soignants aux TCA pour un repérage et une prise en charge précoce.

Permanence d'accueil :

Tous les jours toute l'année

- Par téléphone et par courriel
- Accueil en présentiel ou en visioconférence sur rendez-vous

Groupes de parole

Conférences - Rencontres thématiques – Interventions (sur demande)

Assure des permanences au sein de l'Espace Association - Usagers de Rangueil et de Purpan

Adresse : Anorexie Boulimie Occitanie - 2, rue Malbec - 31000 Toulouse

Contacts

Téléphone : 06 44 23 32 14

Courriel : abopm31@gmail.com

Site internet : [www.aboccitanie.fr](http://www.aboccitanie.fr)

### **Anxiété Entraide 31**

Objectif : favoriser l'entraide entre personnes adultes souffrant de Troubles Anxieux et Dépressifs, en dehors de tout cadre thérapeutique. Elle se fixe aussi comme objectif de changer le regard sur l'Anxiété pathologique et les Troubles Dépressifs

Elle prévoit de :

- Favoriser l'entraide entre personnes adultes souffrant de Troubles Anxieux et Dépressifs par l'écoute, l'échange, l'entraide et la compréhension,
- Permettre ainsi de dépasser ses difficultés, le plus tôt possible, pour que cette souffrance ne s'installe pas de manière durable et profonde,
- Changer le regard sur l'Anxiété pathologique et les Troubles Dépressifs en informant les familles, les proches, le grand public et les professionnels sur les répercussions et les souffrances que les troubles anxieux et dépressifs peuvent générer dans la vie quotidienne

Président : Monsieur Joachim VICENS

Siège social : Lieu-dit « Caire Sud » - 31450 LES VARENNES

Tél. : 06.49.55.56.54

Mail : [contact@anxiete-entraide31.org](mailto:contact@anxiete-entraide31.org)

Site internet : <https://www.anxiete-entraide31.org>

### **REVIVRE-France**

Association d'usagers qui propose un espace d'accueil, d'écoute, d'entraide et de compréhension, à visée non-thérapeutique, aux personnes souffrant de troubles anxieux, au moyen de Groupes de Parole Libres et Thématiques, Ateliers, Sorties et conférences.

Tél. : 05 61 81 89 93

contact@revivre-france.org  
www.revivre-france.org

### **Solidarité Réhabilitation- antenne Occitanie**

L'association a pour vocation de venir en aide aux personnes souffrant de troubles psychiques ainsi qu'à leurs familles et à leurs proches. Elle promeut et organise l'accès aux méthodes de soutien innovantes dont l'efficacité est évaluée, en vue du rétablissement des personnes. Solidarité Réhabilitation Occitanie propose le programme psycho-éducatif Profamille aux proches de personnes souffrant de schizophrénie, et la formation "Premiers Secours en Santé Mentale" PSSM à tout public.

Téléphone : 06 77 53 05 28

mail :

profamille-occitanie@solidarite-rehabilitation.org

formations-occitanie@solidarite-rehabilitation.org

<https://solidariterehabilitationoccitanie.wordpress.com>

### **Toutes Voiles Dehors**

Association d'usagers de la psychiatrie dynamique et chaleureuse tournée sur l'extérieur dans le but de se réappropriier la cité. Nous nous encourageons mutuellement pour développer notre personnalité, reprendre du pouvoir sur nos vies et vivre une vie digne de ce nom au-delà de la maladie. Les adhérents sont invités à proposer des activités.

Accueil sur rendez-vous à la maison des associations : 06 25 43 16 73

toutesvoilesdehors@gmail.com

<http://toutesvoilesdehors31.free.fr>

### **Union Nationale de FAMILLES et Amis de personnes Malades et/ou handicapées psychiques Haute-Garonne (UNAFAM 31)**

Objectif : L'UNAFAM de Haute-Garonne accueille les familles confrontées à la maladie psychique, les écoute, les renseigne et leur propose un soutien dans la durée (groupes de parole, ateliers spécifiques). Déclarée d'utilité publique, l'UNAFAM représente les usagers « patients » et les usagers « familles » dans les instances de concertation des établissements sanitaires et médico-sociaux. Elle mène des actions pour donner toute leurs places citoyennes aux personnes en situation de handicap psychique (logement, accompagnement, activités,...).

Au plan national, l'UNAFAM est consultée par les instances chargées de définir la politique de santé mentale et encourage la recherche en psychiatrie.

Présidente Déléguée Départementale : Madame Sabine IGLESIAS

Adresse : 5, rue Michel Ange - 31200 TOULOUSE

Tél. : 05 61 48 11 56

Mail : 31@unafam.org

Site internet : [www.unafam31.org](http://www.unafam31.org)

### **Vivre Autrement ses Conflits (AVAC)**

Objectif : Accompagnement thérapeutique ou psychothérapie des malaises psychiques en lien avec les malaises sociaux et, en particulier, les violences familiales et conjugales. L'association s'adresse aussi bien aux hommes qu'aux femmes.

L'AVAC intervient dans des situations de violence entre conjoints, viols, incestes, maltraitance aux enfants ou aux parents. Elle intervient également aux niveaux de la prévention, information, formation, auprès des populations de quartier, des jeunes scolarisés, des écoles de travailleurs sociaux.

Président : Monsieur Patrick MICHEL

Adresse : 17, rue Peyras - 31000 TOULOUSE

Tél. : 05 61 21 05 28

Mail : [avac.toulouse@online.fr](mailto:avac.toulouse@online.fr)

Site : <http://avac.toulouse.online.fr>

### **Les principaux groupements d'entraide mutuelle**

Les groupements d'entraide mutuelle (GEM) sont des associations, ateliers, clubs et lieux de loisirs et de rencontres, par et pour les usagers et ex- usagers en psychiatrie. Les GEM sont avant tout des lieux de convivialité et de lutte contre la solitude.

#### **BON PIED BON ŒIL**

Association pour la réadaptation et la réinsertion sociale.

Présidente : Madame Armelle AYRAL

Adresse siège: 32, Allées Jules Guesde - 31000 TOULOUSE

Adresse des activités : 7, rue Louis Plana -31500 TOULOUSE

Mail : bonpiedbonoeil@orange.fr

Tél : 06 42 97 19 39

Site Internet : en construction

#### **BI-PÔLES 31**

Association d'usagers qui accueille des personnes en souffrance psychique et leur entourage, afin de :

- recréer du lien social au travers d'échanges entre pairs autour d'un café ou d'un repas
- reprendre l'envie de faire dans le cadre d'ateliers conviviaux et de sorties
- s'informer sur les troubles bipolaires et l'incidence de la maladie psychique sur la vie de tous les jours, par la participation à des groupes de parole et des conférences
- les accompagner vers les structures sociales ou de soin correspondant à leur situation, afin de se remettre dans une dynamique de projets

Nous représentons également les usagers auprès des instances locales.

3, rue Marie Magné 31300 TOULOUSE (métro St Cyprien)

Tél. : 09 54 80 19 00 - bipoles31@free.fr - <http://www.bipoles31.fr>

#### **LE PASSE-MURAILLE**

Des usagers de la psychiatrie se sont associés pour faire vivre un lieu convivial, un café associatif. On peut venir y prendre un verre, jouer aux cartes ou aux dames, rencontrer, discuter, plaisanter.

C'est un lieu de création. Des artistes animent des ateliers ouverts à tous.

Ouvert tous les jours y compris le week-end et les jours fériés .

Lundi, mardi, jeudi : 14h00 à 17h30,

Mercredi, vendredi, samedi, dimanche : 14h00 à 18h00.

18 rue Benoît Arzac

31100 Toulouse

[lepassmurail@gmail.com](mailto:lepassmurail@gmail.com)

Tél. : 05 34 51 36 45

<http://gemlepassmuraille.simplesite.com>

#### **MICROSILLONS**

Association d'usagers dont l'activité essentielle est l'accueil d'adhérents en situation de souffrance psychique autour de la production de contenus radiophoniques.

1 rue Francis Lopez

31200 Toulouse.

[association.microsillons@gmail.com](mailto:association.microsillons@gmail.com)

Tél. : 09 50 55 99 35

<http://microsillons.free.fr>

**GEM NO MAD**

Association d'usager-es spécialisée dans les troubles alimentaires  
32 allées Jules Guesde  
31000 Toulouse  
Tél. : 06.58.86.33.93  
nomad31@orange.fr