



# Association Bipolarité Stable

Association d'aide  
Association de pair-aidants, usagers et/ou proches

## Domaines d'activités principaux

Entraide, soutien par les pairs

## Coordonnées

MONTCEAU 38300 RUY-MONTCEAU

[contact@bipolaritestable.fr](mailto:contact@bipolaritestable.fr)

06 95 26 52 59

<https://bipolaritestable.fr/>



## Zones géographiques d'exercice

Voir la liste des intercommunalités concernées

## Modalités d'accès

Qui peut solliciter la structure ?

Professionnel  
Particulier  
Proche

Comment la solliciter ?

Contacter Thierry GRASSET (par mail si possible):  
<https://bipolaritestable.fr/contacts/>  
[contact@bipolaritestable.fr](mailto:contact@bipolaritestable.fr)

Gratuité

## Statut Juridique

## Présentation

Bipolarité Stable est une initiative animée par Thierry GRASSET, un usager de la psychiatrie et un ex-bipolaire stabilisé depuis 11 ans. Pair aidant bénévole. Cette initiative est ouverte à tous les usagers de la psychiatrie porteurs du trouble bipolaire et qui veulent se stabiliser et le rester. Elle s'appuie sur une méthode générique et pragmatique qui a fait ses preuves. Centrée sur le rétablissement personnel et sur les outils de la réhabilitation psychosociale.

## Objectifs & Missions

Suivi individuel, ateliers, intervention dans le cadre de programmes de psychoéducation et dans le but de se stabiliser et de le rester.

Interventions en collaboration avec d'autres pair aidants.

les activités sont résumées sur cette page: <https://bipolaritestable.fr/et-concretement/>

Les chroniques donnent le ton de cette initiative:  
<https://bipolaritestable.fr/chroniques/>

Des témoignages de stabilisés. ce sont eux qui en parlent le mieux:  
<https://bipolaritestable.fr/temoignages/>

Et bien sur la méthode explicitée: <https://bipolaritestable.fr/modele/>

## Documents téléchargeables



[CV Thierry GRASSET, Pair aidant spécialisé bipolarité](#) • PDF



[Signaler une erreur](#) >