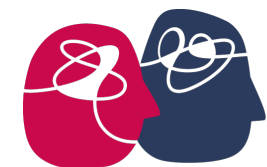




# Présentation

- Vincent MARQUIS 47 ans
- Je ne suis pas bipolaire

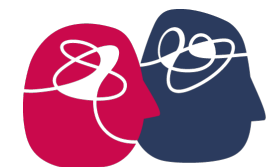


**F2RSM Psy**

Fédération régionale de recherche  
en psychiatrie et santé mentale Hauts-de-France

# Expérientiel

- 26 ans d'errance
- Un traitement qui marche
- Et ne marche plus
- Un nouveau traitement qui aide un peu mais ne marche pas vraiment



# Je ne suis pas résistant au traitement

- C'est les traitements qui ne sont pas adaptés

# La psy est la branche la moins avancé de la médecine

- Le cerveau est un organe complexe et difficile à explorer
- Tout le monde s'en fiche donc il n'y a pas d'argent pour la recherche
- Les psychiatres ne sont pas responsables, donc on ne leur en veut pas

MAIS ...

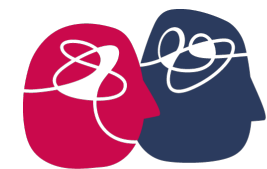


**F2RSM Psy**

Fédération régionale de recherche  
en psychiatrie et santé mentale Hauts-de-France

# La saignée

- Praticqué pendant des millénaires
- Quel rapport avec la psychiatrie?



# Comment j'arrive à bien vivre avec un traitement pas top

- Psychoéducation
- TCCE
- Directives anticipées
- Méditation pleine conscience, cohérence cardiaque

