

Animatrice/teur

Sylvie MORA
smora@ch-alpes-isere.fr

Johan LEON
jleon@ch-alpes-isere.fr

Pour vous inscrire, contacter :
Secretariat du C3R
04 56 58 88 00
SECMED_C3R@ch-alpes-isere.fr

Centre Référent de
Réhabilitation Psychosociale
et de Remédiation cognitive



CASM, 8 place du Conseil
National de la Résistance
38400 St Martin d'Hères



Atelier Communiquer avec mon Proche

POURQUOI CE GROUPE ?

- Mieux identifier mes facteurs de stress et agir dessus.
- Identifier et développer mes facteurs de protection.
- Maintenir une attitude positive et conserver l'espoir du rétablissement de notre proche ayant eu un épisode de psychose.

COMMENT ?

- Mieux comprendre les difficultés de mon proche.
- Améliorer la communication avec mon proche.
- Échanger avec des personnes vivant une situation similaire et partager nos stratégies et nos expériences.
- Utiliser des stratégies cognitives et comportementales pour accompagner mon proche.

CONCRETEMENT

- **De Avril à Juin 2024 :**
03/04, 10/04, 17/04, 24/04, 15/05, 22/05, 29/05, 05/06, 12/06 + 1 séance à 1 mois.
- **Les mercredis de 16h30 à 18H30** au C3r
- 10 séances au total, au rythme d'une séance par semaine
- Un entretien individuel pré groupe pour recueillir vos attentes
- Groupe composé de 10 personnes maximum

POUR QUI ?

Pour toute personne souhaitant améliorer sa communication avec un proche ayant eu un épisode psychotique.

