

Adapter sa communication avec un proche souffrant de bipolarité

FORMATION BIPOLARITE SAMEDI 7 JUIN JOURNEE ET 14 JUIN MATIN CHAMBERY

PROGRAMME

OBJECTIFS :

Cette formation a pour objectif de permettre aux proches de personnes souffrant de [troubles bipolaires](#) d'acquérir des connaissances sur ces troubles, d'apprendre à utiliser les leviers de communication adaptés pour échanger quelle que soit la phase de la maladie dans laquelle est la personne souffrant de troubles bipolaires, d'acquérir quelques outils pour se distancer, se préserver et se ressourcer.

Formation en deux parties, avec 1 module en ligne (E-learning) puis une journée ½ en groupe en présentiel, coanimée par un psychologue accompagnant des personnes souffrant de troubles bipolaires et un bénévole de l'Unafam proche aidant d'une personne souffrant de troubles bipolaires. (**réservée aux adhérents de la délégation UNAFAM Savoie**)

Déroulement

Partie à distance |Durée de 3h en E-learning sur la plateforme Form'aidants]

- ▶ Acquérir des connaissances sur les troubles bipolaires (les manifestations de la maladie, les conséquences - vie quotidienne, vie sociale, sphère émotionnelle-, la prise en charge et le rétablissement) ;
- ▶ Acquérir les grands principes de communication pour adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires ;
- ▶ Dans quelques situations ciblées, expérimenter des outils concrets de communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires.

Partie présentielle |Durée : 1 jour et demi] les 7 juin la journée et le 14 Juin matin .

- ▶ Exploiter le savoir expérientiel et acquis dans le module e-learning et au quotidien sur les troubles bipolaires et les outils de communication pour communiquer avec un proche souffrant de troubles bipolaires ;
- ▶ Expérimenter plusieurs outils et méthodes de communication dans des situations précises, et quelques techniques de ressourcement.

Inscription obligatoire par mail 73@unafam.org

- ✓ Toute personne,, (couple ou 2 membres de la famille possible) confrontée à la maladie psychique d'un proche. (non ouverte aux professionnels et réservée aux adhérents .)
- ✓ 12 personnes maximum.
- ✓ Formation gratuite financée par la CNSA
- ✓ Inscription obligatoire par courriel au : 73@unafam.org ou par courrier postal à la délégation. (L'inscription vous sera confirmée après un entretien par tel de la bénévole animatrice de la formation Bipolarité .)

Formation coanimée par une psychologue accompagnant des personnes souffrant de troubles bipolaires et une bénévole de l'Unafam Savoie proche aidant d'une personne souffrant de troubles ipolaires. ____

Bulletin d'inscription "formation Bipolarité" le 7 et 14 JUIN 2025 à CHAMBERY à envoyer par mail

73@unafam.org ou par courrier postal .

Nom :

Tél. : e-mail

Adresse :

Mon lien avec le proche : parent - conjoint – ami – fratrie – grand parent – enfant (à entourer)

Je m'engage à respecter les valeurs de l'Unafam : confidentialité – pas de jugement – écoute – respect et souci de la personne.

Je m'engage à participer à la journée ½ sur les 2 samedis . En cas d'impossibilité je m'engage à prévenir au moins 8 jours avant afin de laisser sa place à une personne en liste d'attente .

Adapter sa communication avec un proche souffrant de bipolarité

Je suis avertie que la formation ne pourra s'ouvrir qu'avec un nombre minimum de 8 personnes -