



UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES

DELEGATIONS Unafam Haute Marne en partenariat avec Unafam Meuse et GRAND-EST

FORMATION POUR L'ENTOURAGE FAMILIAL

Atelier

COMMUNIQUER AVEC BIENVEILLANCE POUR VIVRE EN HARMONIE AVEC SON ENTOURAGE

Animation : Nathalie JAEGGY, formatrice

Avec le soutien de l'Agence Régionale de Santé Grand-Est

Vendredi 12 décembre 2025 de 9h30 à 17h30

(Déjeuner en commun pris en charge)

à SAINT DIZIER

(IFSI – 1 rue Albert Schweitzer)

PRÉSENTATION

OBJECTIFS :

La manière dont nous communiquons a un effet non négligeable sur l'ambiance familiale, amicale, professionnelle. Les troubles psychiques impactent les habiletés à communiquer avec autrui. C'est pourquoi il est important que l'entourage adapte son mode de communication, faute de quoi des tensions risquent d'apparaître au sein de la cellule familiale.

Cette formation a pour but d'améliorer la qualité de votre relation avec le proche affecté de troubles psychiques, de créer plus d'harmonie et d'améliorer votre qualité de vie.

Tous les points abordés seront mis en application sous forme de cas pratiques à résoudre, d'exemples issus de l'expérience des participants, de jeux de rôle, de réflexions personnelles.

CONTENU :

- ▶ Qu'est-ce qu'une manière de communiquer satisfaisante ?
- ▶ Les problèmes de communication liés aux troubles psychiques : comment s'y adapter ?
- ▶ Mieux se connaître pour mieux communiquer (valeurs, représentations)
- ▶ Apprendre à identifier et à exprimer ses émotions
- ▶ Prendre de la distance par rapport à ses représentations pour mieux écouter et mieux comprendre les autres
- ▶ La communication bienveillante
- ▶ Comment gérez-vous la détresse émotionnelle ?
- ▶ L'empathie
- ▶ Mieux gérer ses propres émotions
- ▶ La communication non verbale

MODALITES DE LA FORMATION :

- Apports théoriques et pédagogiques permettant l'identification d'une communication bienveillante sous la forme d'un atelier
- Jeux de rôle, cas pratiques

PUBLIC CONCERNÉ

- Les aidants familiaux de proches vivant avec des troubles psychiques adhérents ou non à l'UNAFAM situés sur les territoires de la Meurthe-et-Moselle et de la Moselle
- Minimum : 5 participants _ Maximum 15 participants

DURÉE

- 1 jour : 9h30-17h30 (pause déjeuner en commun prise en charge).

INSCRIPTIONS

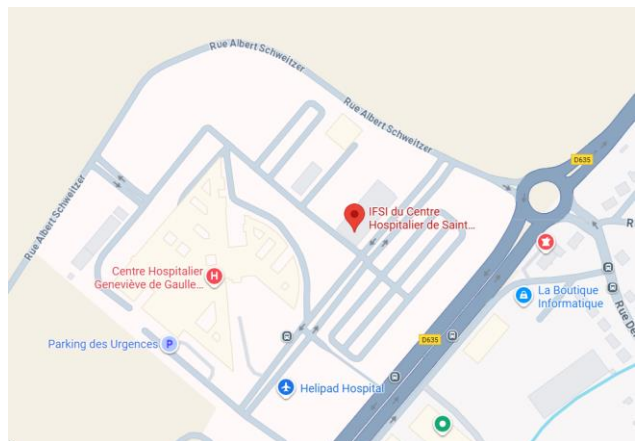
Pour l'Unafam Haute Marne :

- par mail à 52@unafam.org
- par téléphone au 06.48.39.38.52

Pour l'Unafam Meuse :

- par mail à 55@unafam.org
- par téléphone au 06.70.70.75.81

INFOS PRATIQUES



i Accès véhicules : sur la D635 reliant Saint-Dizier à Bar-le-Duc, au rond-point de Bettancourt-la-Ferrée, prendre la sortie "Hôpital". L'entrée se situe 1 rue Albert Schweitzer.
Les visiteurs disposent d'un parking gratuit situé à gauche après l'entrée des véhicules.
Un dépose-minute est situé devant l'entrée principale. Des fauteuils roulants sont disponibles.

Accès bus : bus Ticéa, ligne n°2 arrêt "hôpital"

Accès piétons : l'entrée piétons se situe au niveau de l'arrêt de bus, route de Bar-le-Duc.

Accès vélos : piste cyclable depuis la gare de Saint-Dizier jusqu'à l'entrée piétons du centre hospitalier



Union nationale de familles et amis
de personnes malades et/ou
handicapées psychiques

Schizophrénies, Bipolarité,
Dépression sévère, TOC...
Face à la maladie de vos proches,
vous n'êtes pas seuls.

Retrouvons ensemble la force d'avancer.