

Animateurs et animatrice du programme



Sylvie MORA
Infirmière et
Coordinatrice de parcours



Johan LEON
Ergothérapeute et
Coordinateur de parcours



Victor ROUFFIE
Infirmier et
Coordinateur de parcours

CONTACTEZ LE SECRÉTARIAT DU C3R

Par téléphone au **04 56 58 88 00**

Ou

par mail à l'adresse :

SECMED_C3R@ch-alpes-isere.fr

Centre Référent de Réhabilitation
psychosociale et de Remédiation
cognitive (C3R)

**8 place du conseil national de la
résistance
38400 Saint Martin d'Hères**



Communiquer avec mon proche



A qui s'adresse ce programme ?

Pour toute personne souhaitant améliorer sa communication avec un proche adulte ayant un diagnostic dans le champ de la santé mentale (sauf trouble du spectre de l'autisme)

Comment est dispensé le programme ?

Apports de compétences relationnelles.

Entraînements via des jeux de rôles en partant de situations fictives mais aussi personnelles

Mises en pratiques des compétences relationnelles entre les séances

Interventions d'une neuropsychologue et de pairs-aidants.

Témoignages



Espace apaisant et convivial où l'on apprend sans être jugés.

C'est bien plus que "communiquer avec mon proche", c'est aussi apprendre à se faire confiance.

Sandrine

Communiquer pour faire une pause

Communiquer pour comprendre

Communiquer dans le respect

Michèle

Un espace d'échange tolérant pour apprendre à vivre avec son proche plus sereinement.

Marie Laurence

Et concrètement ?

- Les mercredis de 16h00 à 19h00 au C3R
- Du 8 octobre au 3 décembre 2025
- 8 séances hebdomadaires + 1 séance à distance (1 mois)
- Un entretien individuel pré groupe pour recueillir vos attentes.
- Groupe composé de 10 personnes maximum

