



## Cercles de parole & Pratique de la Communication NonViolente



---

### INSCRIPTIONS 2023-24

---

1 rencontre par mois, à Landerneau, se septembre à juin

#### Description de l'atelier

- Donner et recevoir de l'empathie au sein d'un cercle bienveillant et sans jugement
- Participer à un espace d'écoute et d'expression de nos vécus et émotions
- Déposer sa parole en toute liberté. Partager. Se faire du bien
- S'entraîner avec d'autres à la Communication bienveillante, par la pratique
- Dénouer des situations de la vie quotidienne avec le soutien du groupe

Les séances sont animées avec des exercices pratiques corporels, expérientiels, dynamiques, des cercles de parole, des jeux de rôles ou mises en situations.

Groupe limité à 15 personnes

#### Facilitatrice

Ces cercles sont animés par Jessica Banks, consultante, formatrice et coach. Elle est facilitatrice en intelligence collective, médiatrice formée aux techniques de Communication NonViolente et praticienne en réinformation cellulaire.

#### A qui s'adresse ces cercles ?

A toutes personne qui :

- > souhaite améliorer sa pratique de la Communication NonViolente
- > ressens le besoin de trouver des espaces sans jugements d'écoute et d'expression
- > souhaite mieux comprendre et utiliser ses émotions et retrouver le pouvoir de sa parole
- > aspire à améliorer sa relation à Soi et aux autres

#### Pré-requis :

Dans l'idéal : avoir suivi les 3 modules de bases de la CNV ou équivalent

A minima : avoir lu le livre « les mots sont des fenêtres ou bien ce sont des murs de Marshall B Rosenberg et s'être documenté sur la cnv à travers des vidéos, audios ou ateliers d'initiation.

	<b>Carte 10 séances</b>	<b>1 séance découverte</b>
<b>TARIF SOLIDAIRE</b> <i>Me permet juste de couvrir mes frais* :  *location de salle, impôts URSSAF, frais de déplacement  et frais pédagogiques</i>	250€ soit 25€ /séance	35€
<b>TARIF NORMAL</b> Me permet de dégager une petite marge	300€ soit 30€/séance	40€
<b>TARIF SOUTIEN</b> Me permet de pérenniser mon activité	350€ soit 35€/séance	

**Si difficulté de paiement, me contacter, je souhaite garder l'esprit du prix libre en conscience.**

## Conditions

Afin de favoriser

- Une énergie de groupe idéale
- Une progression, un travail sur l'année
- Un climat de sécurité garantissant la confidentialité et l'intimité de chacun,  
> il est souhaitable de s'inscrire à l'année.
- Vous pouvez venir aux trois premières séances pour découvrir. Votre engagement à l'année vous sera demandée à l'issue de ces séances découverte. Au tarif « découverte », si vous ne poursuivez pas, au tarif de votre choix (solidaire, normal ou soutien) si vous choisissez d'intégrer les cercles à l'année.

## Dates & lieu

<b>LANDERNEAU</b>					
Chez Marie - 21 bis route de Quinquis Leck					
<b>14h &gt; 17h</b>					
<b>1</b>	<b>SEPTEMBRE</b>	Vendredi 15 septembre	<b>6</b>	<b>FÉVRIER</b>	Vendredi 09 février
<b>2</b>	<b>OCTOBRE</b>	Vendredi 13 octobre	<b>7</b>	<b>MARS</b>	Vendredi 15 mars
<b>3</b>	<b>NOVEMBRE</b>	Vendredi 17 novembre	<b>8</b>	<b>AVRIL</b>	Vendredi 05 avril
<b>4</b>	<b>DÉCEMBRE</b>	Vendredi 08 décembre	<b>9</b>	<b>MAI</b>	Vendredi 24 mai
<b>5</b>	<b>JANVIER</b>	Vendredi 19 janvier	<b>10</b>	<b>JUIN</b>	Vendredi 14 juin

## -----Bulletin d'inscription-----

> A renvoyer par mail : [j.banks@conseil-facilitation.eu](mailto:j.banks@conseil-facilitation.eu)

> Avec ton paiement \*payable en plusieurs fois à ta convenance, par virement bancaire, liquide ou chèque

**Ton NOM, Prénom :**

**Mail :**

**Téléphone :**

**Adresse :**

**Profession :**

**Formule choisie : (solidaire, normal ou soutien)**

**Modalités de paiement : (en 10 fois max)**

**Bagage en CNV :**