

## Prochains séminaires professionnels : d'Introduction à la *Communication NonViolente*



**animé par Anne-Cécile Annet**  
**formatrice certifiée par le CNVC**  
***Maison de L'Ecologie de Namur***

A quoi peut nous servir le fait de développer notre assertivité?

- à être en accord avec nous-même ;
- à développer une clarté par rapport à ce que nous vivons, à ce que nous voulons et à ce que nous disons ;
- à développer notre capacité à formuler les choses de manière assertive et respectueuse en vue de susciter la coopération
- à nous ressourcer et à nous clarifier par rapport à des situations difficiles ;
- à créer davantage d'harmonie et de sécurité dans nos relations avec les autres (collègues, supérieurs hiérarchiques, subalternes) ;
- à désamorcer et transformer l'agressivité et la colère ;
- à gérer les conflits en recherchant la satisfaction de toutes les parties en cause ;
- à mieux écouter et comprendre l'autre ;
- à prendre position avec précision et authenticité ;
- à apprendre à dire "non" et à entendre un "non".

**1. Les dimanches 4 et 11 novembre 2018**  
***Maison de L'Ecologie à Namur : complet***

**2. Les vendredi, samedi et dimanche 23, 24 et 25 novembre 2018**  
***Centre la Thébaïde à Longueville (près de Wavre) : complet***

**3. Les samedi et dimanche 30 et 31 mars 2019**  
***Maison de L'Ecologie à Namur***

**4. Les samedis et dimanches 27 et 28 avril 2019**  
***Pazapa à Eghezée***

#### **4. Les samedis et dimanches 11 et 12 mai 2019** ***Pazapa à Eghezée***

**En pratique:**

- Pré-requis: aucun
- Horaire: de 9h00 à 17h
- Minimum 8 participants – 12 maximum
- Lieu: Namur (Maison de l'Ecologie), Longueville (Centre Thébaïde) ou Eghezée (Pazap asbl)
- Tarif particulier: **110 euro/jour (\*)**,
- Tarif indépendant, profession libérale, asbl et associations : **135 euro/jour (\*)**,
- Tarif entreprises et institutions: **250 euro/jour (\*)**,

Ces prix comprenant un syllabus, un document récapitulatif, les boissons et collations aux pauses

- Acompte : 100 euros à verser au compte: BE86 001 7816234 50, + communication: NOM – dates
- Repas: prendre son pic-nic (si pas possible, nombreuses possibilités de manger dans les environs)
- Inscription: par mail ou par téléphone huit jours avant la formation au plus tard  
annet.ac@belgacom.net - 081/21 62 43 - 0497/022 344

(\*) Formations professionnelles exonérées de TVA (article 44)

