explicite
L'authenticité au service des talents

Formations en *Communication NonViolente*
Animées par Anne-Cécile ANNET
formatrice certifiée par le CNVC

A quoi peut nous servir le processus de *Communication NonViolente* ?

- 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"

Introduction à la CNV
Maison de l'Ecologie (Namur)
Les dimanches 11 et 18 avril 2027
Les samedi et dimanche 16 et 17 octobre 2027

Cycles longs d'intégration
Thébaïde - Longueville
niveau 1
(Cycle indissociable de 14 journées)
Du 10 septembre 2027 au 18 février 2028
Prérequis : avoir suivi un atelier d'Intro

niveau 2
(Cycle indissociable de 13 journées)
Du 31 août 2027 au 22 janvier 2028
Prérequis : avoir suivi un cycle 1 d'intégration

explicite
L'authenticité au service des talents

Journées de pratique à thème

Explorer notre relation à la colère : date à déterminer

Thébaïde - Longueville *(document d'info sur demande)*
Prérequis : avoir suivi un atelier d'Intro

La CNV au service de notre relation de couple

Thébaïde - Longueville *Pas de prérequis*
Les 13 et 14 février 2027
Les 12 et 13 février 2028

Randonnée chamelière dans le désert tunisien

Du 27 février au 6 mars 2027
Bienveillance avec soi-même et avec les autres
Pas de prérequis (document d'info sur demande)

La posture du formateur avec la CNV avec Guy et Anne-Cécile

Thébaïde - Longueville *Prérequis : 15 jours de CNV*
Les 11, 12 et 13 novembre et 16 et 17 décembre 2027

En pratique:
- **Prérequis:** aucun pour les introductions – Une intro suivie avec un formateur certifié pour tous les approfondissements, le cycle long et les journées de pratique
- **Horaire:** de 9h00 à 16h45
- **Taille du groupe:** entre 8 et 16 personnes max
- **Lieu:** Namur (Maison de l'Ecologie), Longueville (Thébaïde), Eghezée (Pazapa) ou Forville
- **Tarifs :** * particulier: **140 euro/jour**, * indépendant, profession libérale, asbl et associations : **210 euro/jour** ,* entreprises et institutions: **430 euro/jour** **(*)** Formations professionnelles exonérées de TVA (article 44). Ces prix comprennent un syllabus, un document récapitulatif, les pauses
- **Acompte:** 100 euros à verser au compte: BE86 001 7816234 50, + communication: NOM + dates (acompte non remboursable).
- **Repas:** prendre son pic-nic (si pas possible, possibilités de manger dans les environs)
- **Renseignements:** annet.ac@belgacom.net ou 081/21 62 43 - 0497/022 344
- **Inscriptions:** par mail : annet.ac@belgacom.net, celles-ci étant prises en compte par ordre d'arrivée des acomptes.