

GROUPE DE PRATIQUE EN COMMUNICATION BIENVEILLANTE

basé sur la **Communication Non Violente**
de M.Rosenberg

- Exprimer ses sentiments sans faire de tort
- Ecouter l'autre et s'écouter soi avec empathie
- Transformer la colère et la culpabilité
- Découvrir le processus de deuil
- Apprivoiser ses peurs
- Poser ses limites : le NON
- Transformer les conflits
- Se parler avec compassion

DATES

Un Jeudi par mois
De Nov. 23 à Oct. 24
2H en soirée
De 20h30 à 22h30
Espace Eclosion
14 route de Clermont
63670 Le Cendre

MODALITÉS

Débutant ou non
Engagement pour 10 ateliers
Participation financière consciente
et libre




TIPHAINE
NOISETTE