

Découverte de la communication consciente et constructive

8 et 9 janvier 2022 à Delémont

Dispensée par Luciano Musitelli (formateur d'adulte, praticien certifié en accompagnement individuel par la CNV) et co-animée avec Virginie Siffert (coach chez ESPACE PARENTS).

Une grande partie du cours repose sur l'utilisation d'outils de développement personnel inspirés par la Communication non-violente (CNV) et la Maïeusthésie.

Ce cours va vous permettre :

- D'apprendre à nommer ce qui se passe à l'intérieur de vous, de mieux connaître vos émotions, vos besoins et valeurs ;
- De vous exprimer de manière constructive en respectant ce qui se vit en vous (expression authentique et assertivité) ;
- D'offrir une écoute « sans filtre » aux autres (écoute empathique) ;
- D'acquérir des clés pour prendre soin de vous, de vos relations humaines au quotidien ;
- D'exercer votre aptitude à dialoguer pas à pas, tout en vous autorisant à ne pas toujours y arriver.

Activés proposées :

- Points théoriques suivis d'activités (exercices) qui vous donneront des clés pour le quotidien.

Prix: CHF 300.—pour les deux jours (incluant enseignement et support de cours)
20 % de réduction pour les familles et les personnes venant d'une même entreprise.

Un **acompte de CHF 150** est demandé. L'inscription est validée dès la réception du montant sur le compte suivant :

Virginie Siffert

Rue de la Fenaison 41

2800 Delémont

Mention : cours communic. 01.22

CH06 0078 9042 56 34 0724 8

Le remboursement complet du cours pourra se faire jusqu'au 31 décembre 2021. L'acompte sera retenu dès cette date. Merci de faire le paiement final le 1er jour du cours.

Nombre de participants : 5 à 10 personnes

Horaires : samedi et dimanche : 9h – 12h / 13h15 - 16h30

Lieu : rue Jolimont 30 à **Delémont**

Repas : selon le nombre de personnes, un repas canadien pourra être mis en place. Aussi plusieurs restaurants à proximité.

Transport : Possibilité d'être véhiculé à 8h50 depuis la gare jusqu'au lieu du cours (5 min.) ou 20 min de marche.
5 places de parc à côté du magasin de musique et possibilité de se parquer dans la rue montante.

POUR DES MESURES SANITAIRES, LE PORT DU MASQUE, LA DISTANCIATION ET LA DÉSINFECTION DES MAINS SERA DEMANDÉE.

Un mail vous sera envoyé le 20 décembre pour confirmer la tenue du cours.

Au plaisir de vous rencontrer !