



ÊTRE SOI ET ENCHANter SA VIE PERSONNELLE ET PROFESSIONNELLE AVEC LA COMMUNICATION NONVIOLENTE

Introduction Module 3 : Les défis de la relation et la pratique du dialogue

Avec la Communication NonViolente (CNV), processus développé par Marshall Rosenberg, vous expérimenterez un nouvel art de vivre en accord avec vous-même et avec les autres qui vous permettra de vivre des relations plus authentiques et plus harmonieuses.

Ce module vous aidera notamment à :

- ♥ Reprendre du pouvoir sur votre vie
- ♥ Développer votre intuition et votre fluidité dans l'échange
- ♥ Sentir quand vous offrir de l'auto-empathie pour prendre du recul et retrouver l'élan d'aller vers l'autre
- ♥ Accroître votre capacité à sentir quand vous avez donné suffisamment d'écoute empathique pour revenir à l'expression de votre authenticité
- ♥ Utiliser les demandes de connexion comme l'huile qui nourrit les rouages de la relation,
- ♥ Sentir quand faire une demande d'action ou proposer des stratégies/solutions durables
- ♥ Garder le lien, intervenir dans des situations délicates et les désamorcer en réagissant de façon à faire baisser la tension
- ♥ Sentir et vivre « en plein » la beauté et l'énergie lumineuse des besoins, pour mieux Être au présent et ressentir la joie d'être vivant.e

Contenu :

- Pratiquer le dialogue équilibré de la CNV
- Apprendre à se désidentifier pour trouver les ressources de rester dans le dialogue malgré sa propre souffrance ou les difficultés extérieures
- Identifier puis transformer ou dépasser les difficultés rencontrées lors de situations de défi ; silence, critique, colère, agressivité...
- Ressentir l'art d'«être avec le vivant» sous toutes ses formes, même difficiles, afin d'en apprécier la beauté

Pratique du dialogue autour des situations de votre vie personnelle, familiale ou professionnelle. Une attention particulière est accordée à l'écoute des ressentis corporels et à une approche ludique ; jeux, marelle du processus ou les "6 chaises" ...

Quand? Le samedi 11 et dimanche 12 avril 2026 de 9h30 à 17h30.

Où? Les Orangers asbl ; Avenue des Orangers 24 à 1150 Bruxelles.

Prix : 240 € particulier – Facture : 340 € pour indépendants & si votre inscription est prise en charge par une association non assujettie à la TVA – 450 € HTVA pour une organisation/entreprise assujettie à la TVA.

**Formatrice : Anne Bruneau, 0472/ 735.633
www.annebruneau.be – annebruneaucnv@yahoo.fr**

Pour que l'inscription soit prise en compte :
Formulaire d'inscription à renvoyer à annebruneaucnv@yahoo.fr
en même temps que le paiement au minimum de l'acompte

NOM :

PRENOM :

ADRESSE :

EMAIL :

TEL :

PROFESSION :

OÙ ? (Lieu de

Pas nécessaire si déjà inscrit.e au cycle complet

GSM :

travail/Organisation) :

- s'inscrit au Module 3 d'Introduction à la Communication Non Violente
du 11 et 12 avril 2026. Prérequis : minimum 2 jours d'Introduction à la CNV avec un formateur certifié (module regroupé).
- **Si pas inscrit.e au cycle**, renvoie la fiche d'inscription et vire au minimum 90€ d'acompte sur le compte **n° BE71 9730 6287 8969** d'Anne Bruneau avec la communication : Acompte Intro CNV3 - 11-12/04/26.
- **Paie le solde du stage avant le 20 mars 2026** avec la communication : Solde CNV3 - 11-12/04/26 pour assurer l'inscription définitive.
- Note que **l'envoi de la fiche constitue un engagement d'inscription.** De ce fait, en cas de désistement, l'acompte de 90€ par module restera dû (à moins que vous trouviez un remplaçant). Pour tout désistement moins de 7 jours avant le début du stage, le solde restera dû. Pensez à faire le versement avant la date butoir, si vous voulez être certain.e d'avoir une place et pour faciliter mon organisation.
- **Si vous désirez une facture : 340 €** pour indépendants & si votre inscription est prise en charge par une association non assujettie à la TVA – **450 € HTVA** si votre inscription est prise en charge par une organisation/entreprise assujettie à la TVA, merci de m'envoyer les coordonnées complètes de facturation et **d'attendre la réception de la facture avant de payer.** La demande de facture et/ou signature d'une convention tient alors lieu d'engagement. En cas de désistement (à moins que vous trouviez un remplaçant), une facture de 120€/220€ par module sera envoyée et si c'est moins de 7 jours avant le début du stage, une facture du solde de la formation sera envoyée.

Merci pour votre bienveillante compréhension.

Signature :