

Stage de Communication Consciente et Bienveillante selon les principes de la **C.N.V**



📍 À l'Atelier Trait d'Union – Lutzelbourg
3 week-ends pour expérimenter
une autre manière d'être en relation

🕒 Module 1 : **Se reconnecter à soi**

 26-27 septembre 2026

- Prendre conscience de ses émotions et de ses besoins et les exprimer avec justesse.
Découvrir les bases et l'intention de la CNV comme posture intérieure.

💡 Module 2 : **Écouter vraiment l'autre**

 7-8 novembre 2026

- Développer une qualité de présence et d'écoute
Expérimenter l'écoute empathique comme chemin vers la compréhension et le lien.

👉 Module 3 : **Dialoguer pour coopérer**

 5-6 décembre 2026

- Vivre un dialogue respectueux de soi et de l'autre.
Poser ses limites avec respect, formuler des demandes claires, et
nourrir des échanges vivants, respectueux et co-responsables.



🎯 **Pour qui ?**

Toute personne souhaitant :

- ✓ Mieux se comprendre et s'exprimer
- ✓ Améliorer ses relations (perso & pro)
- ✓ S'initier à une approche inspirée de la CNV, dans un cadre doux, accessible, expérientiel

Tarif

Particuliers : 200 € par module (2 jours)
550 € pour le cycle complet (3 week-ends)
Prise en charge employeur/OPCO : sur demande

Infos et inscriptions

📞 07 83 18 38 75

✉ contact@ateliertraitdunion.fr

🌐 www.ateliertraitdunion.fr



**Financement possible via votre
employeur ou votre OPCO**