

L' AFC d'Angers propose
une formation sur la

Communication Non Violente en Famille

8 et 9 mars 2019, 9h – 17h

Salle du Presbytère, 2 rue de l'Arzillé
49120 CHEMILLÉ-EN-ANJOU

Prix adhérent AFC : 70€
Prix couple adhérent AFC : 130€
Prix non adhérent : 100€

Inscription et
renseignements
(places très limitées):

Myrtille Bourez
bourez@mailoo.org
06 51 55 52 26

Agathe Royal
agatheroyal@aol.com
06 23 69 54 63



Cette formation est réalisée par une formatrice de l'IEDH et s'appuie également sur :

- L'écoute empathique développée par Carl ROGERS,
- La logique émotionnelle de Catherine AIMELET-PÉRISSOL.

Dans cette démarche, il s'agit de :

- Prendre en compte ses besoins propres.
- Comprendre que la solution est en soi et ne dépend pas de l'autre.
- Se comprendre pour mieux vivre avec ses émotions.
- Être soi en toutes circonstances : ralentir et se poser, agir avec confiance, s'affirmer avec bienveillance, résoudre positivement les conflits.

