Module d’Approfondissement de Communication NonViolente



[Cette photo](https://www.flickr.com/photos/johncrider/5938526327) par Auteur inconnu est soumise à la licence [CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/)

**«** **Rencontrer nos Compulsions et Addictions avec la CNV »**

**Animé par** : Marie Loison [marie.aerium@gmail.com](mailto:marie.aerium@gmail.com) 06 62 28 82 13

**Lieu : 9 impasse du pescadou 34410 Sérignan** (collé à Valras-Plage, à 500m de la plage)**Date**: 18, 19 et 20 décembre 2022

**Pré requis** : avoir participé à 4 jours des bases de la cnv avec un formateur certifié du CNVC

**Stage de 3 jours** à Valras-Plage Possibilité de dormir sur place

**« Rencontrer nos compulsions et addictions avec la CNV et retrouver un espace d'amour de soi et de libre-choix. »**

Gare la plus proche : Béziers puis bus E jusqu' aux "Portes de Valras"  
Pour dormir sur place : possibilité de louer un mobile-home (et de le partager avec d'autres participant(e)s), ou de planter sa tente dans un camping ouvert à l’année, à Valras-Plage : le mas des Lavandes <https://www.lemasdeslavandes.fr/>

​**Sinon, nombreux appartements en location en AirBnB, ou annonces sur le Bon Coin.**

**Ce stage est consacré** à la rencontre et à l’exploration des mécanismes de nos comportements compulsifs et addictifs et permettra un changement de regard sur eux, et sur soi. A partir de nos vécus concrets, nous verrons comment traduire nos comportements compulsifs ou addictifs grâce aux outils de la CNV. Ce qui nous permettra de retrouver de l'amour et du respect de soi, et surtout de la liberté de choix dans nos stratégies concernant nos besoins de sécurité, de soulagement, de paix etc...

**Le tout en douceur, en lien avec nos sensations corporelles, en mode CNV : avec Amour, bienveillance et empathie dans un cadre chaleureux et sécure 😊**

**Les objectifs de cette formation :**

* Rencontrer nos comportements addictifs et compulsifs, comprendre pourquoi nous les avons "adoptés" dans nos vies, qu’ils sont des stratégies que nous avons mis en place à un moment donné pour nous offrir du mieux-être, du soulagement quand nous en avions tant besoin.
* Dialoguer et entrer en amitié avec eux et surtout avec nous-mêmes quand nous avons eu et quand nous avons ces comportements !
* Nous libérer du cercle vicieux des jugements, de la culpabilité et/ou de la honte liés à nos compulsions et addictions grâce aux outils de la CNV
* Choisir et mettre en place d’autres stratégies plus adaptées à notre être d’aujourd’hui
* Retrouver le respect de soi, l’amour de soi et surtout notre libre-arbitre et notre puissance de vie !

**Déroulement du stage :**

Alternance d’exercices en groupe ou à deux, de jeux de rôles, d’échanges collectifs et d’apports théoriques. Nous travaillerons sur des exemples du quotidien, de préférence sur vos propres expériences**.**

Inscription et réservation **:** Veuillez envoyer le bulletin ci-dessous accompagné de vos arrhes de 100€

Votre inscription sera confirmée par mail à réception de vos arrhes

**Merci de remplir ces champs… 😊**

**Rencontrer nos Compulsions et Addictions avec la CNV »**

**Date du Stage** 18, 19 et 20 décembre 2022 **Tarif** : 3 jours de formation**:** 330 €

**Adresse du lieu de stage** 9 impasse du pescadou 34410 Sérignan ( collé à Valras-Plage)

Je suis un particulier qui paie ma formation et cette formation m’apporte un « plus » dans ma vie personnelle, dans mon activité professionnelle actuelle ou future, ou encore dans mon activité de bénévole. Je verse des arrhes d’un montant de **100€ qui valent réservation et validation de mon inscription** (Montant dû après le délai de rétractation de 10 jours prévus par la loi).

* Par chèque, à envoyer à : Marie Loison, 9 impasse du pescadou, 34410 Sérignan
* par virement : MARIE HELENE LOISON **IBAN** FR76 3007 7048 1610 7655 0030 030
* par Paypal [**marie.aerium@gmail.com**](mailto:marie.aerium@gmail.com) **(« entre proches », pour ne pas payer de taxes à Paypal, merci )**
* Nom, Prénom :
* Adresse :
* Tel et Mail :

**Le solde du stage (230€)** est à régler soit quelques jours avant le stage soit le 1er jour du stage.

Annulation : Au-delà du délai de rétractation de 10 jours prévu par la loi (ou le jour du 1er jour du stage si inscription dans les 10 jours précédents le stage ). Si par suite de force majeure dûment reconnue (avec preuve officielle écrite), le participant est empêché d'assister au stage, tout désistement implique de s’acquitter d’une facture d’un montant de 100 euros. Celle-ci correspond aux frais administratifs et logistiques engagés. Le chèque de réservation gardé en dépôt et valant réservation est alors encaissé au titre de l’acquittement de ladite facture. Autrement la totalité de la somme reste due

En cas d’annulation de la formation de notre fait, vos arrhes de 100€ vous seront remboursées.

Le nombre de places étant limité à 8 participants, les inscriptions seront prises par ordre d’arrivée