



Les bases de la Communication NonViolente

Module 1

Du samedi 11 au dimanche 12 juillet 2026 à Aix les Bains

Animé par Manibhadri, formatrice certifiée du CNVC® - www.manibhadri.fr

Parce que trop souvent, nous n'arrivons pas à :

- Etre à l'écoute de nos aspirations sans passer pour des idéalistes ou de doux rêveurs
- Faire les choix qui sont bons pour nous sans paraître égoïste
- Apprendre de nos erreurs sans nous juger ou nous blâmer
- Trouver notre place par crainte de nous affirmer
- Gérer les conflits au quotidien, dans nos relations personnelles et professionnelles.

Pourtant, il est possible d'apprendre à :

- S'écouter et poser des actions en adéquation avec nos envies profondes
- Etablir des relations au sein desquelles nous pouvons prendre soin de nous sans que ce soit au détriment des autres.
- Vivre des relations harmonieuses où chacun trouve sa place
- Accueillir et prendre appui sur nos limites pour développer notre confiance en nous.

Pour cela, nous vous proposons de venir **découvrir la Communication NonViolente (CNV)**, un processus simple qui vous permettra de mieux vivre avec vous-même et avec les autres. Grâce à des exercices pratiques accessibles à tous, ces deux jours sont une opportunité de se rencontrer autrement et d'acquérir des outils utilisables au quotidien.

Développée par **Marshall Rosenberg**, la CNV (cnvformations.fr) nous invite à mettre en mots nos ressentis de façon à prendre conscience de ce qui nous habite et poser des actions et des paroles ajustées à nous-mêmes et à l'autre.

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.

Stage animé par :

Manibhadri, formatrice en relations humaines, certifiée du CNVC. Après un début de carrière en milieu hôtelier, puis dix ans d'expérience internationale en ONG et en OI, elle pratique et transmet la CNV depuis une vingtaine d'années. Elle partage son expérience et son exploration de la relation à soi et à l'autre auprès du grand public, mais également en institutions et associations dans le cadre de stages et d'ateliers.

Modalités pratiques :

Dates et horaires : Samedi 11 (9h00-17h30) et dimanche 12 juillet 2026 (9h00-17h30)

Lieu : Espace Aurore - 31 bis rue Jacotot - 73100 Aix les Bains



Coût : 235€ pour les 2 jours - (si ce tarif est un obstacle pour vous, merci de nous contacter pour rechercher une solution ensemble)

La formation est confirmée dès que 7 personnes sont intéressées.

Hébergement : Le tarif n'inclut pas l'hébergement. Nous pourrions vous fournir une liste d'adresses possibles proche du lieu.

Renseignements et inscriptions :

Renseignement par mail à muriel.secretariatcnv@gmail.com

Inscription en envoyant le bulletin ci-après complété à l'adresse mail muriel.secretariatcnv@gmail.com accompagné d'une PREUVE DE VIREMENT de 70€ pour arrhes. Votre inscription sera confirmée par mail à réception du bulletin d'inscription et de votre preuve de virement pour 70€. Le solde, soit 165€, est dû par virement 10 jours avant le stage.

IBAN FR76 4255 9100 0008 0109 9598 423 – BIC : CCOPFRPPXXX – Desplats Barbara Laure

Conditions d'annulation :

En cas de désistement de votre part :

- A plus d'un mois de la formation, vos arrhes sont remboursées.
- Entre 30 et 15 jours avant la formation, vos arrhes sont encaissées.
- A moins de 15 jours de la formation, l'intégralité de la formation est due

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

Merci de noter que cette formation est un stage de développement personnel et ne peut en aucun cas être prise en charge dans le cadre de la formation professionnelle continue. Elle ne peut être financée que sur deniers personnels. Nous ne pouvons délivrer de pièces justificatives pour un remboursement par l'employeur ou une prise en charge par les OPCO.



Bulletin d'inscription au module 1 de CNV les 11 et 12 juillet 2026 à Aix les Bains

A envoyer par mail à muriel.secretariatcnv@gmail.com accompagné d'une PREUVE DE VIREMENT pour 70€ d'arrhes. Votre inscription sera confirmée par mail à réception du bulletin d'inscription et de votre preuve de virement pour 70€. Le solde, soit 165€, est dû par virement 10 jours avant le stage.

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal / Ville :

E mail :

Portable :