

# METTRE EN PRATIQUE LES PRINCIPES DE LA COMMUNICATION NON VIOLENTE

 J1 le jeudi 12 janvier

J2 le mardi 31 janvier



Lieu à définir selon participants

 de 9 h à 17 h



## POUR QUI ?



Agriculteur rices ou salariées amenés à communiquer entre eux ou vers du public extérieur



## POURQUOI ?

- Développer une communication positive
- Améliorer l'ambiance au travail
- Gérer ses émotions
- Initier des échanges positifs et constructifs
- Mieux communiquer sur son métier

## PROGRAMME

### Jour 1

- ✓ La communication non violente (CNV) c'est quoi ? historique, processus, ...
- ✓ Les « drogues dures de la communication »
- ✓ L'empathie
- ✓ Mise en pratique à partir de situations vécues

### Jour 2

- ✓ Mieux comprendre la colère pour mieux la gérer en cas de désaccord
- ✓ Une gouvernance éthique et efficace : savoir se faire entendre, donner des instructions, fixer ses limites
- ✓ Mise en pratique à partir de situations vécues



Intervention de Mathilde LEPEU, association ALUNA (85)  
accompagnement individuel et collectif sur la communication consciente

Inscription et renseignements auprès de Tiphaine Terres,  
[grapeacivam85@gmail.com](mailto:grapeacivam85@gmail.com) – 07 76 05 94 55