

## POUR QUI ?

Agricultrices et  
salariées agricoles



## POURQUOI ?

- Gérer la communication dans des situations de tension du quotidien
- S’initier à l’autodéfense verbale, mentale et émotionnelle
- S’approprier des outils de médiation pour initier des échanges positifs

## OÙ ?

128 rue Saint André d’Ornay  
85000 La Roche sur Yon

## QUAND ?

J1 le **jeudi 18 janvier 2024**

J2 le **jeudi 22 février 2024**

**9h30 - 16h00**



Intervention de Anne Van Hyfte Morel  
Formatrice en autodéfense mentale,  
émotionnelle et verbale, en communication  
Ericksonienne et bienveillante.

## PROGRAMME



J1 :

- Décryptage des mécanismes de conditionnement du langage et du sexisme
- Identifier ses limites
- Expérimentation d’outils de communication
- Décryptage de situation conflictuelles

J2 :

- Outils de médiation pour gérer un désaccord
- Savoir gérer sa posture pour limiter les conflits
- Savoir clarifier les attentes de notre interlocuteur·rice
- Mise en pratique à partir de situations vécues

## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

- Marie JACQUELINE GRAPEA : 06 46 36 74 76  
grapea.civam85@gmail.com
- Alice CAPELLE Solidarité Paysans 85 : 06 17 85 03 97  
solidarite.paysans85@gmail.com

