

# LA COMMUNICATION NONVIOLENTE (CNV) : UN ART DE VIVRE AVEC SOI-MÊME ET AVEC LES AUTRES

## Stage d'introduction à la CNV à Toulon 6 jours (4+2) pour en acquérir les bases

**Module 1\* :**  
**Introduction**  
**A la CNV\***  
03 et 04 (J+V)  
octobre  
2024

**Module 2\* :**  
**Ouverture**  
**Au dialogue\***  
05 et 06 (S+D)  
octobre  
2024

**Module 3 :**  
**Pratique**  
**Du dialogue**  
16 et 17 (S+D)  
novembre  
2024

Nous avons tous expérimenté des manières joyeuses, authentiques et constructives d'être en relation avec nous-mêmes et avec les autres.

Nous vivons également des situations moins satisfaisantes où nous sommes en conflit, où nous n'arrivons pas à nous exprimer clairement, où nous doutons de notre capacité à créer du lien et à trouver avec l'autre une relation harmonieuse.

Le processus de la Communication Non Violente élaboré par Marshall B. Rosenberg nous permet de :

- Prendre conscience de ce qui se passe en soi, à tout moment.
- Nous exprimer clairement et écouter l'autre sans jugement.
- Dialoguer avec l'autre mais aussi avec soi-même, pour créer des solutions satisfaisantes pour chacun.
- Prendre soin de ses besoins et aussi trouver plaisir à contribuer à la satisfaction des besoins des autres.

## A qui s'adresse ces stages Et quels sont les thèmes principaux ?

Ces stages s'adressent à toute personne qui dans sa vie professionnelle, sociale ou familiale souhaite :

- Vivre des relations de qualité avec ses collègues, ses enfants, son conjoint, ses amis.
- Prévenir et gérer les conflits en recherchant la satisfaction de toutes les parties en présence.
- Savoir amorcer des conversations délicates avec aisance.
- Apprendre à dire "non" et à savoir entendre un "non".
- Créer des relations fondées sur le respect mutuel et le plaisir, et génératrices de créativité partagée.

**Thierry Mourman, formateur certifié CNVC est à votre disposition pour tout renseignement au 06 82 12 86 43, ou par courriel [clemencesarl@gmail.com](mailto:clemencesarl@gmail.com). Chaque stagiaire inscrit (voir formulaire joint, à compléter et renvoyer) recevra 15 jours avant le stage, un courrier ou courriel avec les informations pratiques et utiles.**

**Thierry Mourman se réserve la possibilité de reporter le stage si le nombre de participants est insuffisant.**

*\* Module 1 et module 2 regroupés, priorité est donnée aux candidats participant aux deux modules.*



Thierry Mourman  
Clémence Formations



Tél : +33(0)6 82 12 86 43  
[clemencesarl@gmail.com](mailto:clemencesarl@gmail.com)  
24 rue Basse  
13320 Bouc bel Air

## Bulletin d'inscription

Je soussigné-e, **NOM** ..... **Prénom** .....  
Adresse .....  
Code postal ..... Ville, Commune .....  
Tél ..... Tél portable .....  
Email ..... @ .....  
**Profession/occupation** .....  
J'ai déjà suivi des formations à la Communication NonViolente : **Oui Non**  
Lesquelles, et avec quel.le formateur.trice ? .....

Je souhaite m'inscrire aux formations d'introduction à la Communication NonViolente à **Toulon** :  
(Je coche la case correspondant à mon choix)

- Aux 3 modules : M.1 + M.2 du jeudi 3 au dimanche 6 octobre 2024**  
**+ M.3 des samedi et dimanche 16 et 17 novembre 2024**  
**3 chèques : 1 chèque d'arrhes de 70 € + un chèque de 370 € + un chèque de 235 €.**
- Aux 2 premiers modules : M.1 + M.2 du jeudi 3 au dimanche 6 octobre 2024**  
**Chèque d'arrhes de 70 € + un chèque de solde de 370 €.**
- Au seul 1<sup>er</sup> module : M.1 des jeudi et vendredi 3 et 4 octobre 2024**  
**Chèque d'arrhes de 70 € + un chèque de solde de 165 €.**
- Au seul 2<sup>ème</sup> module : M.2 des samedi et dimanche 5 et 6 octobre 2024** (Pré-requis : module 1)  
**Chèque d'arrhes de 70 € + un chèque de solde de 165 €.**

Je prends note qu'une préférence est donnée aux candidats s'inscrivant à 2 ou/et 3 modules. Les inscriptions sont enregistrées par ordre d'arrivée.  
Si le stage est complet je serai prévenu par le prestataire. Je prends note des horaires : 9h30 à 18h les 3 premiers jours, fin à 17h le dernier jour.

- o À compter de la date de signature du présent bulletin, je sais que j'ai un délai de 10 jours pour me rétracter. (Tout désistement implique d'en informer le prestataire par écrit). Au-delà de ce délai de rétractation :
- o En cas d'annulation de mon fait entre le 45<sup>ème</sup> et le 21<sup>ème</sup> jour avant le début de la formation, le montant de l'acompte est dû au titre des frais administratifs de gestion de réservation. Le chèque correspondant est remis à l'encaissement. (sauf cas de force majeure dûment reconnue).
- o En cas d'absence partielle ou totale du stagiaire ou en cas d'annulation de mon fait dans les 20 jours précédant le stage, l'intégralité du montant du stage est due. Le chèque correspondant au solde est alors encaissé. (sauf cas de force majeure dûment reconnue).
- o Si je suis empêché-e de suivre la formation pour un motif de force majeure dûment reconnue, seules les prestations dispensées par le prestataire sont dues au prorata temporis de leur valeur prévue dans ce document.
- o En cas de cessation anticipée de la formation du fait du prestataire, seules les prestations effectivement dispensées sont dues.

**Je m'engage à envoyer le présent bulletin dûment daté et signé, et accompagné des chèques suivants :**

- du chèque d'acompte, ET du (ou des) chèque(s) de solde. **Voir ci-dessus. (Les chèques sont gardés en dépôt et encaissés au plus tôt le premier jour du stage concerné).**
- Les chèques sont à libeller à l'ordre de « **Thierry MOURMAN Pro** » et à envoyer à l'adresse suivante :
- **Thierry MOURMAN, 24 rue Basse, 13320 BOUC BEL AIR.**

### Tarifs de formation (hors repas – hors hébergement) :

**Tarif « particuliers » : les 3 modules = 675 € (235 € = 2 jours, 440 € pour 2j. +2j.)**

Associations locales, professions libérales, entreprises, Collectivités, Institutions : merci de consulter Thierry Mourman

Je coche les cases correspondant à mes choix :

- Pour favoriser les occasions de covoiturage et/ou d'hébergement, je marque mon accord pour la diffusion de mes coordonnées aux autres inscrits du stage qui pourraient alors me contacter.
- Je marque mon accord pour recevoir par mail la lettre d'information mensuelle de l'association des formateurs CNV de France et de Thierry Mourman.

Je soussigné déclare avoir pris connaissance de l'intégralité de ce document et je m'engage à respecter les modalités financières et d'annulation qui y sont mentionnées. Je confirme ainsi mon inscription à ce stage :

À .....

Signature :

Le .....