

ATELIER

AVOIR LE COURAGE D'ÊTRE SOI

Animé par **Géraldine Ange-Vanhaecke***

*Formatrice en communication relationnelle certifiée par l'Institut ESPERE® International

Avoir le courage d'être soi, c'est avant tout apprendre à être un bon compagnon pour soi-même ? Cela suppose que je puisse m'écouter avec bienveillance et dans le non jugement ; que je me respecte dans mes besoins fondamentaux ; que j'ose me montrer tel que je suis et pas tel que les autres voudraient que je sois... Que je me responsabilise dans mes propres choix.

L'atelier se compose :

- D'apports théoriques, constitués d'outils de communication, de repères structurants et des règles d'hygiène relationnelle pour améliorer notre communication et la qualité de nos relations.

- D'un travail à partir des situations concrètes, présentes ou passées, vécues par les participants.

En petit groupe de 10 personnes maximum, l'atelier se fait dans un cadre basé sur la confidentialité et le non jugement.



Vendredi 4 Mai 2018 de 18h30 à 22h



**La Maison Saint Anthelme
37 rue Sainte Marie
01300 Belley**



**La conférence s'adresse à toute personne
qui souhaite découvrir des outils pour
améliorer la qualité de ses relations**



**40€/personne
Réservation nécessaire par téléphone ou
par e-mail avant le 2 Mai 2018 à midi**

POUR TOUTE INFORMATION COMPLÉMENTAIRE

Tél : 06 16 86 29 02
contact@geraldine-vanhaecke.fr
www.geraldine-vanhaecke.fr

BULLETIN D'INSCRIPTION à renvoyer avant le 2 mai 2018

Nom :

Prénom :

Adresse :

Téléphone :

Email :

Je verse un acompte de 15 euros à l'ordre de « Géraldine Ange-Vanhaecke » à joindre au bulletin et à retourner à l'adresse : 305 route d'arbignieu - 01300 Belley