

Programme 2024-2025

Samedi 26 octobre 2024 de 13h à 20h

Maison Saint-Sever, 10 et 12 rue Saint Julien
76100 ROUEN Rive gauche

La passivité

Nous faisons souvent l'expérience de cette forme de passivité qui consiste à ne rien dire, à ne rien faire alors que l'attitude adaptée à la situation serait toute autre...

Ce n'est pas la seule forme que prend la passivité. Il y en a d'autres, les reconnaître et en prendre conscience, c'est mieux se connaître pour trouver des axes pour sortir de cette impasse et aller de l'avant, voilà l'objectif de cet atelier.

Ouvert pour 10 personnes.

Inscription : <https://www.helloasso.com/associations/la-vie-nouvelle-caen/evenements/atelier-sur-rouen-la-passivite>

Dimanche 27 octobre 2024 de 13h à 20h

Maison Saint-Sever, 10 et 12 rue Saint Julien
76100 ROUEN Rive gauche

Les parades de protection en communication

Que dire, que faire quand des propos où des actes d'une autre personne nous dérangent, nous mettent mal à l'aise ? Dans cet atelier, nous verrons différentes parades, simples à mettre en pratique, pour s'affirmer tranquillement dans le respect de soi et de l'autre. **Ouvert pour 10 personnes**

Inscription : <https://www.helloasso.com/associations/la-vie-nouvelle-caen/evenements/atelier-lvn-caen-sur-rouen-les-parades-de-protection-en-communication>

Dimanche 10 novembre 2024 de 13h à 20h

Maison Saint-Sever, 10 et 12 rue Saint Julien
76100 ROUEN Rive gauche

Estime de soi

L'estime de soi, un énorme atout dans la vie, se construit dans la jeune enfance. Mais il est vraiment possible de la renforcer tout au long de sa vie.

Cet atelier, comme tous les autres, est proposé à partir de 15 ans. Il peut être bénéfique d'y revenir plusieurs fois. Cela vous permettra de vous sentir de plus en plus à l'aise dans toutes les situations de vie. **Ouvert pour 8 personnes.**

Inscription : <https://www.helloasso.com/associations/la-vie-nouvelle-caen/evenements/atelier-lvn-caen-sur-rouen-estime-de-soi>

Samedi 16 novembre 2024 de 13h à 20h

Maison Louis Poterat, 29 rue Émile Masqueray
76100 ROUEN Rive gauche

L'écoute, la communication bienveillante

Écouter et être centré-e sur ce que dit son interlocuteur-trice n'est pas si simple mais c'est la base de la communication ! La communication, ce n'est pas de donner des solutions ni de vouloir apaiser l'autre. Dans cet atelier, vous pourrez mesurer l'importance et l'efficacité de l'écoute bienveillante.

Ouvert pour 10 personnes

Inscription : <https://www.helloasso.com/associations/la-vie-nouvelle-caen/evenements/atelier-lvn-caen-sur-rouen-l-ecoute-la-communication-beinveillante>

Chantal Prioul, une formatrice expérimentée

Les ateliers sont animés par Chantal Prioul, ex-cadre supérieur dans une entreprise, présidente d'une association, formatrice confirmée depuis 30 ans, diplômée d'UTC Compiègne.

Contenu, mode d'animation

Dans chaque atelier il y a un temps important de mises en situation afin que les participant(e)s repartent avec des axes pour la suite de leur vie. Une partie théorique est prévue quand elle correspond aux problématiques apportées dans le groupe. Les participant(e)s et l'animatrice s'engagent sur la confidentialité des échanges interpersonnels.

LVN, mouvement d'éducation populaire qui œuvre à la transformation

LVN, mouvement d'éducation populaire, regroupe des hommes et femmes animés par une même volonté d'agir et de peser sur l'évolution de la société. LVN a la conviction que la formation est un formidable levier de cette transformation, elle encourage chacun à se former.

Participation financière

La contribution demandée est de 50 € par atelier.

Si vous êtes adhérent(e) à LVN, elle est de 30 € par atelier. Petit budget, merci de prendre contact.

Ces ateliers peuvent être proposés à ces tarifs grâce à l'engagement bénévole de Chantal Prioul, la formatrice.

Les bénéficiaires de ces ateliers sont versés à l'association LVN.

Inscription et contact

Elle se fait via le site HelloAsso (suivre le lien sous la description de l'atelier). Il vous sera demandé 20 € d'acompte par atelier où on s'inscrit, le reste sera à régler le jour de l'atelier. Notez bien que l'horaire inclut **un repas partagé**. Il fait partie intégrante de l'atelier et favorise ainsi les échanges entre les participants.

Contact : LVN-Caen@laposte.net

Site fédéral : www.lvn.asso.fr

Adhérer à LVN

L'adhésion au mouvement LVN permet de participer aux ateliers de LVN Caen, de bénéficier de réduction sur les formations ou sessions organisées par LVN Caen ou LVN Fédéral (Paris, Lyon, universités d'été...).

Son montant de 60 € donne lieu à un justificatif fiscal (permet une réduction de 66% des 60 €). Si vous n'êtes pas imposable, le montant de l'adhésion est de 10 €.

Adhésion : <https://www.helloasso.com/associations/la-vie-nouvelle-caen/adhesions/2024-2025>

Sur rendez-vous en visio

Accompagnements

LVN propose aussi des accompagnements (coaching) pour avancer dans les domaines personnels ou professionnels. La participation est de 45 € par entretien (20 € si vous êtes adhérent(e) à LVN). Compter en moyenne entre 5 et 10 entretiens.

Contact : LVN-Caen@laposte.net