



Association FLORAISANCE

Formations - Ateliers - Coaching

N° de déclaration d'activité : 98 97 04092 97 - DataDock

SIRET : 53517128400016



51 A. Allée des Lataniers - 97424 PITON SAINT-LEU  
Tel. : 0692 44 31 85

Mail : [associationfloraisance@gmail.com](mailto:associationfloraisance@gmail.com)  
Site : [association-floraisance.org](http://association-floraisance.org)

## La Communication NonViolente au féminin

### 1 PRESENTATION DE L'ASSOCIATION

Notre association a été créée en septembre 2011, a obtenu son numéro de déclaration d'activité en 2013 et est référencable dans le DATADOCK depuis 2018.

Elle a pour objectif principal d'accompagner toute personne souhaitant un mieux-vivre personnel et professionnel. Pour ce faire, nous proposons des ateliers collectifs, des formations et des accompagnements individuels avec des outils de coaching de vie et d'Hypnothérapie.

Depuis 7 ans, nous accompagnons des demandeurs d'emploi et les salariés, avec des financements publics et privées (Contrats de Ville, Pôle Emploi, Pôles Insertion, C.A.F., O.P.C.A.). En collectif et en individuel.

L'une de nos activités est de proposer des formations en lien avec la communication. Depuis 2018, notre souhait est de travailler en partenariat avec Noëlle LEROUX, médecin de formation et première formatrice certifiée en Communication NonViolente à La Réunion : elle anime les trois modules de bases en Communication NonViolente de Marshall B. Rosenberg depuis 2016. De ce partenariat est né la formation « Cycle d'introduction à la Communication NonViolente - CNV® ».

### 2 PRESENTATION DE LA COMMUNICATION NONVIOLENTE

Le processus de la Communication NonViolente a été élaboré dans les années 1960 par le psychologue américain Marshall B. Rosenberg, inspiré lui-même de Carl Rogers.

La Communication NonViolente est un mode de communication basé sur l'observation et la prise de conscience de ce qui facilite et entrave la communication.

Ce processus permet d'améliorer tant ses relations personnelles que professionnelles, que ce soit à l'écrit qu'à l'oral. Il facilite une communication bienveillante avec soi-même donc une meilleure gestion de ses émotions et du stress pouvant entraver la communication avec autrui.

En entreprise, il favorise la clarté des échanges, la coopération, la créativité, l'implication de chacun et l'implication collective dans un environnement de travail plus serein.

La formation proposée permet d'acquérir les bases de la Communication NonViolente et de savoir l'utiliser dans des situations concrètes.

Cette action de formation s'inscrit dans la catégorie 2 des articles L.6313-1 et suivants du code du travail « **Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés** ».

### 3 OBJECTIFS GÉNÉRAUX

- Acquérir les bases de la CNV
- Prendre conscience par la pratique de ce qui favorise ou entrave la communication avec soi-même et avec les autres
- Aller vers une écoute de soi et des autres
- Trouver un terrain d'entente dans les conflits

### 4 PUBLIC ET PRÉ-REQUIS

#### Public

Cette formation s'adresse aux femmes sans emploi et professionnelles du secteur privé et public.

Maximum 12 participantes.

#### Pré-requis

L'inscription est souhaitée à partir d'un élan personnel et non à partir d'une « obligation ».

### 5 CONTENU, DURÉE

Contenu et durée - formation collective

Module 1 : Les bases de la CNV®

Module 2 : Ouverture au dialogue

Module 3 : Pratique du dialogue

3 modules de 14h par module soit un total de 42h.

En semaine, de 8h30 à 16h30, avec une pause d'1h le midi.

### 6 DATES ET LIEUX

PERIODE	DATES	LIEU
Février/mars/mai 2021	Module 1 : 22 et 23 février	Hôtel Austral 20, rue Charles Gounod 97400 SAINT-DENIS
	Module 2 : 15 et 16 mars	
	Module 3 : 17 et 18 mai	

Une fiche d'informations pratiques est envoyée à chaque participant avant le démarrage de la formation.

Ce programme permet d'acquérir les bases de la CNV®, nécessaires pour suivre une formation d'approfondissement par la suite. Cela facilite aussi l'intégration à un groupe de pratique (plusieurs groupes existants en métropole et à La Réunion).

Chaque module est complémentaire, avec une suite logique des modules précédents pour le 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> module. Nous conseillons de suivre au moins les 2 premiers modules qui couvre la totalité du processus de la C.N.V..

Nous précisons que ce n'est pas une formation de formateur et que ce stage n'a pas de visée thérapeutique.

#### Module 1 : Les bases de la CNV®

- Présentation des éléments de base de la CNV® : observation/ sentiment/ besoin/ demande
- Cadre d'utilisation de ces éléments de base
- Les 4 manières de recevoir un message : 2 façons habituelles et 2 nouvelles façons avec la CNV®
- Le remerciement exprimé avec la CNV®

#### Module 2 : Ouverture au dialogue

- L'empathie pour soi
- L'écoute empathique de ce qui se passe chez l'autre
- La formulation d'une demande
- La danse du dialogue

#### Module 3 : Pratique du dialogue

- Le rythme du dialogue
- Nos défis en communication : apports de la CNV®
- Le « Non » en CNV® : le recevoir et l'exprimer.
- Le pouvoir de la célébration

Noëlle LEROUX

**Médecin du travail & formatrice certifiée du CNVC**

Le Dr Noëlle LEROUX utilise la pédagogie participative et active afin de favoriser les échanges et l'implication dans le parcours de formation. La formation se veut résolument interactive et encourage la créativité pour une meilleure intégration.

Elle s'adapte aussi à ce qui est présent dans le groupe « ici et maintenant ».

Après avoir défini en commun le cadre de fonctionnement, elle alterne entre apports théoriques, exercices pratiques en grand groupe et petits groupes, et études de cas pratiques. Avec le souci que chacun ait son espace de parole, dans un cadre sécurisant et bienveillant.

« J'ai travaillé 27 ans en tant que médecin du travail. J'ai découvert la CNV® en 2004 en lisant « les mots sont des fenêtres ou bien ce sont des murs » de Marshall B. Rosenberg. J'ai envie de partager ma passion

de la CNV avec vous. Partager ce qui m'a permis d'accéder à ce à quoi j'aspirais au plus profond de moi : une relation vraie, profonde, respectueuse avec moi-même et avec l'autre.

Je suis également le parcours d'accompagnement individuel avec la CNV® ( AH-CNV avec Anne Bourrit , Hélène Domergue Tappolet et Vinciane Marlière). »

Florence DROUARD

---

### Directrice & Formatrice

Florence DROUARD, créatrice et coordinatrice de l'association depuis 2011, a le souci de proposer des contenus adaptés aux besoins des stagiaires et des structures. Ces contenus sont co-crésés avec les intervenants et les financeurs pour plus de cohérence et d'efficacité.

Elle est responsable de l'organisation de la formation et de son déroulement dans les meilleures conditions (locaux adaptés, choix de formateurs/trices formé(e)s et expérimenté(e)s, planification, gestion administrative des inscriptions, respect du règlement intérieur, coordination, accompagnement des stagiaires).

## 9 SUPPORTS REMIS

Documents pédagogiques avec bibliographie.

Attestation de formation nominative remise en fin de formation, signée par la formatrice et la coordinatrice de l'association.

## 10 SUIVI ET EVALUATION

Florence DROUARD assure la coordination et la gestion des absences des participants. La formatrice signera et fera signer un état de présence par demi-journée de formation à chaque stagiaire.

Les participants auront à compléter une feuille d'évaluation à la fin de la formation. Les acquis seront évalués tout au long de la formation pendant les exercices pratiques et les temps d'échanges.

## 11 TARIFS

500€ les 3 modules pour les particuliers (financement personnel).

750€ les 3 modules pour les professions libérales, associations, entreprises, OPCO...

Ce tarif inclus, le déplacement de la formatrice, les supports pédagogiques, la préparation et l'animation de la formation, la location de la salle, collation incluse.

Si le/la participante annule son inscription au module 3, le tarif appliqué est celui des deux premiers modules soit 400€ (particulier), 600€ (professionnel). Voir fiche d'inscription pour les modalités.

## 12 CONTACTS

- **Florence DROUARD (inscription, suivi administratif et comptable) :**

Téléphone : 0692 44 31 85 - Mail : [associationfloraisance@gmail.com](mailto:associationfloraisance@gmail.com)

- **Noëlle LEROUX :**

Téléphone : 06 92 04 86 93 - Mail : [leroux.noelle@gmail.com](mailto:leroux.noelle@gmail.com)