

Ateliers pour les 12 à 17 ans

Fermette médicale Bibi inc.



Formatrice

Jacinthe Thériault-Fortier

Co-formatrice

Nancy Rouillard

Téléphone

581-980-7793

E-mail

info@espacecroissens.ca

- **Nature des ateliers :** Initiation aux éléments de base de la communication par le biais de la Communication NonViolente (CNV) et du contact avec les animaux en collaboration avec des spécialistes équestres et animaliers.
- **Objectifs :** Notre programme vise à permettre aux enfants et aux adolescents de découvrir le monde de la communication par les mots et au-delà. Développer leur capacité à entendre ce qui se vit derrière ce qui se dit ! En allant à la découverte de l'impact que nous avons les uns sur les autres et en explorant les modalités de la CNV pour entrer en lien, choisir de nourrir et maintenir des liens de qualité ou de quitter d'une manière respectueuse.
- **Dates et durée :**
 - o 4 blocs de 2 heures
 - o 19h à 21h
 - o Les mardis 11, 18 et 25 octobre ainsi que le mardi 1er novembre
- **Thème des ateliers :**
 - o Premier atelier : L'intention
 - Quand l'intention est claire, la posture change et les chances augmentent de créer quelque chose qui réponde à mes besoins.
 - o Deuxième atelier : L'attention
 - Maîtriser l'attention, c'est maîtriser où vont nos ressources et c'est à partir de nos ressources que nous pouvons exprimer notre pouvoir créateur. Quand le « muscle » de l'attention se renforce, on a plus de contrôle pour choisir où déployer son énergie... pour soi, pour l'autre, pour le nous !
 - o Troisième atelier : Les besoins VS les stratégies
 - Les besoins sont ce qui nous relie les uns aux autres, ils sont universels. Que nous vivions au Québec, en Argentine ou ailleurs, que nous soyons humains ou animaux, nous avons tous les mêmes. Ce sont les stratégies que l'on met en œuvre qui nous distinguent, qui disent comment je choisis de répondre à mon besoin. Et autant les besoins universels sont en nombre réduits, autant les stratégies sont illimitées !
 - o Quatrième atelier : La demande VS l'exigence
 - C'est là qu'on se met en action, en allant vers l'autre. En osant entrer dans la danse de la communication tout en ayant de la clarté sur nos limites, nos non-négociables. Savoir aussi recevoir un « non » et entendre à quel besoin l'autre dit « oui » quand il me dit « non ».