

La rencontre des aidants

Sensibilisation à la Communication Non Violente



Venez (ré)apprendre à comprendre vos émotions pour mieux verbaliser vos besoins et poser vos limites avec bienveillance.

Proposée par Sylvie ALLONNEAU
(médiatrice et conférencière).

La communication non violente (CNV) est une méthode de communication fondée sur l'écoute empathique et le respect mutuel. Elle repose sur l'expression claire des besoins et émotions de chacun, tout en restant ouvert et respectueux de ceux de l'autre.

Cet outil est un véritable atout pour mieux gérer les situations de tension, réduire les malentendus et contribuer à renforcer la qualité de la relation avec la personne aidée ou les professionnels en instaurant un climat de confiance. Cela contribue à réduire le stress, à prévenir l'épuisement et à favoriser un environnement plus serein et harmonieux pour tous.

Nous vous proposons une conférence « 4 étapes pour sortir du conflit ou ne pas y entrer », suivie de 4 ateliers pour expérimenter cet outil.

Quand ?

Conférence le mardi 20 mai de 14h30 à 16h30

4 Ateliers de 14h30 à 16h30 les mardis : 27 mai, 4, 10 et 17 juin 2025

A la résidence Hector Malot, 74 avenue de Stalingrad à Fontenay-sous-Bois

La participation est gratuite et sur inscription :

Au 06 27 82 58 88

ou sur aidant@mri94.fr



Maison de retraite Intercommunale
Fontenay, Vincennes, Saint mandé, Montreuil

