



Marche et communication bienveillante

du jeudi 8 mai - 17 h 00
au dimanche 11 mai - 12 h 00

M/ Mme/ Mlle/ Religieux (se)/ Prêtre

Nom
 Prénom
 Date de naissance
 Secteur d'activité
 Adresse

 Ville
 Code postal :

Courriel :

Téléphone fixe :

Téléphone portable :

Heure d'arrivée

Moyen de transport

- proposez-vous le covoiturage ?
non oui places

- je recherche un covoiturage
oui non

Membre de la CVX OUI / NON
Communauté de vie chrétienne

Si inscription en couple, merci d'ajouter les renseignements pour le conjoint.

Prénom
 Date de naissance
 Secteur d'activité

Session
2,5 jours

Marche et communication bienveillante

À partir d'un chalet de montagne, allier la découverte de la communication bienveillante et les bienfaits de la marche. S'écouter, écouter les autres. Marcher, ralentir, se poser.

La communication bienveillante est un outil de communication qui aide à prendre conscience de nos besoins et de ceux de notre entourage, en portant un regard bienveillant sur les uns et les autres. Elle prend le temps de définir avec précision l'objet des différents, ressentir ce qu'ils provoquent en soi et formuler des demandes concrètes.

Cette formation vise à trouver une résolution constructive des conflits, en créant les conditions du dialogue. Cette formation s'adresse à des adultes. Elle permet de travailler à partir de situations personnelles apportées par les participants dans le respect de la confidentialité.

Programme :

- jeudi à 17h00 Accueil et présentation de la communication bienveillante
- vendredi et samedi : marche le matin, atelier de communication bienveillante (de 15 à 18h30) et veillée le soir.
- dimanche matin atelier de communication bienveillante jusqu'à midi.

Marches proposées : environ 3h30 pour un dénivelé de 500 mètres, dans le cadre somptueux du Vercors.

Les diners de jeudi et vendredi soir seront préparés par le groupe, faisant l'objet d'un atelier spécifique

Accompagnement spirituel et humain possible.

du jeudi 8 mai
17h00
au dimanche 11 mai
12h00

Animation

Etienne Séguier, journaliste à *La vie et coach*,
Brigitte et Pierre Kern, cvx

Chaque session ou retraite est donnée selon la pédagogie des Exercices spirituels de saint Ignace

Conformément à la loi *Informatique et libertés*, vous avez droit d'accès aux données vous concernant.

Je refuse la diffusion de mon adresse à un organisme partenaire

Je refuse de recevoir les informations du centre Saint-Hugues

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

Un site exceptionnel

Saint Martin en Vercors se trouve en plein milieu du Vercors, à 750 mètres d'altitude dans un cirque verdoyant ceinturé de forêts et exposé en plein midi.

Hébergement en chambres de 2 à 4 personnes.

Matériel à apporter

De quoi écrire, linge de toilette, draps.

De bonnes chaussures pour la marche.

Participation financière

Votre participation comprend l'hébergement, la restauration, l'animation.

Coût de la session : 300 € / personne

Draps en supplément : 5 €

Ce coût ne s'impose pas comme un prix. C'est un repère qui correspond au prix de revient courant d'un centre offrant un style d'accueil simple et familial.

Si l'aspect financier vous pose problème, n'hésitez pas à nous en parler. Cependant, si vous le pouvez, merci de faire jouer la solidarité en majorant votre participation.

Pré-inscription sur notre site :

www.st-hugues-de-biviers.org

Inscription :

Remplissez le bulletin d'inscription et envoyez-le avec votre chèque de 35€ d'arrhes / personne à l'ordre de « Association Saint-Hugues » à :

Saint-Hugues de Biviers
313, chemin de Billerey
38330 BIVIERS

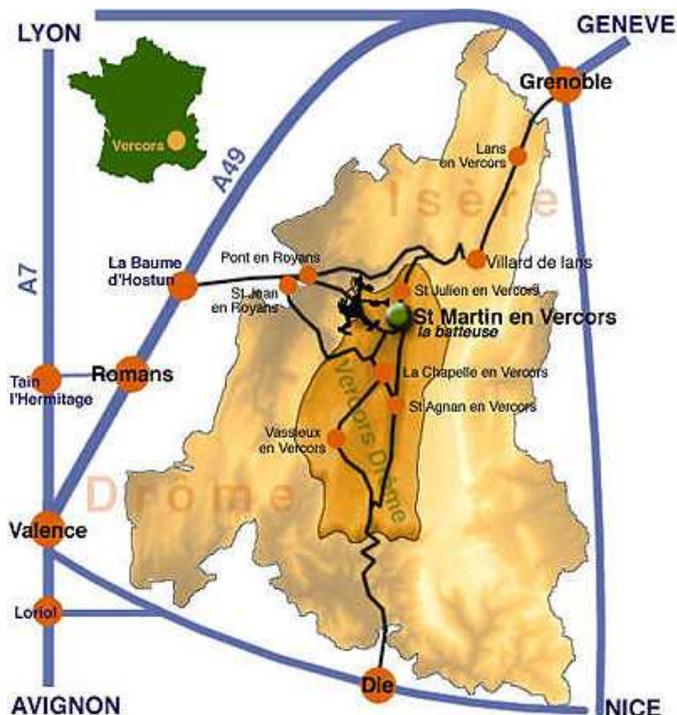
Tél : 04 76 90 35 97
accueil@st-hugues-de-biviers.org

Accès à Saint-Martin en Vercors

Par l'autoroute :

- * A49 en venant du Grenoble ou de Lyon -> sortie "St Marcellin" puis Parc du Vercors.
- * A49 en venant de Valence -> sortie "La Baume d'Hostun" puis Parc du Vercors.
- * A42 en venant de Lyon -> sortie au péage de Grenoble direction Villard-de-Lans.
- * A42 en venant de Sisteron ou de Chambéry -> sortie direction Villard-de-Lans.

Co voiturage : si vous souhaitez venir en co-voiturage ou si vous êtes prêts à accueillir une personne dans votre voiture, nous le signaler lors de l'inscription.



Année
2013 -2014

Marche et communication bienveillante

du jeudi 8 mai

17h00

au dimanche 11 mai

12h00

Animation

Etienne Séguier, journaliste et coach
Brigitte et Pierre Kern, cvx

Saint-Hugues de Biviers

Centre spirituel ignatien animé par des laïcs
de la Communauté de Vie Chrétienne