

# La Communication Consciente

## ATELIER D'INTRODUCTION

Apprendre des outils puissants et simples pour développer votre capacité d'empathie, d'expression, et de communication à l'intérieur de vous-mêmes et avec les autres. Que ce soit pour accompagner les émotions de vos clients, vos conjoint-es, vos collègues de travail, vos enfants ou de votre famille. Une base pour la vie.



### Tarif

225\$ par personne  
400\$ inscription en couple

### Horaire

de 19h à 21h30 chaque soir  
Arrivez dès 18h30.

### Réservations

514-609-0896  
[juliechampagneg@gmail.com](mailto:juliechampagneg@gmail.com)  
[www.juliechampagneg.com](http://www.juliechampagneg.com)

### Si vous lisez ceci, probablement vous cherchez à :

- ▶ Accroître votre capacité de rester bienveillant avec vous même, même dans des conversations stressantes où l'autre est très émotif
- ▶ Prévenir les conflits, par la compréhension et l'action concertée
- ▶ Apprendre à vous affirmer davantage dans le respect de soi comme de l'autre
- ▶ Prendre conscience de l'impact de vos mots, de vos actions et de vos attitudes
- ▶ Développer plus de cohérence entre ce que vous vivez, ce que vous voulez et ce que vous dites
- ▶ Bonifier votre lien avec vous-même, instant par instant développer votre intelligence émotionnelle

*Les habilités explorées lors de la formation vous permettront de comprendre, et surtout expérimenter des situations concrètes de votre vie pour gagner en clarté et en conscience, selon le modèle de communication issue du psychologue renommé Marshall Rosenberg [www.cnvc.org](http://www.cnvc.org)*

### Offert par Julie Champagne Grenier



Passionnée de la conscience et de la transformation intérieure et sociale, Julie est formatrice certifiée en Communication NonViolente et guide en Focusing de la Relation intérieure, en plus d'être médiatrice et animatrice culturelle de formation. Elle accompagne aujourd'hui et depuis 9 ans les individus, les entreprises, les couples et les familles à développer des habitudes de communications qui transforment positivement leur vies avec sens et intégrité.

[www.juliechampagneg.com](http://www.juliechampagneg.com)