

# METTRE EN PRATIQUE UNE COMMUNICATION POSITIVE

## POUR QUI ?

Agriculteur·ices ou  
salarié·es amenés à  
communiquer entre  
eux ou vers du public  
extérieur



## POURQUOI ?

- Développer une communication positive
- Améliorer l'ambiance au travail
- Gérer ses émotions
- Initier des échanges positifs et constructifs
- Mieux communiquer sur son métier

## OÙ ?

104, la Payraudière  
85310 Chaillé sous les Ormeaux

## QUAND ?

J1 le **mardi 12 décembre 2023**

J2 le **mardi 30 janvier 2023**

**9h30 - 17h30**



Intervention de Mathilde Lepeu,  
association ALUNA (85)

Accompagnement individuel et collectif sur  
la communication consciente

## PROGRAMME



J1 :

- La communication non violente (CNV) c'est quoi ?  
Historique, processus,...
- Les "drogues dures de la communication"
- L'empathie
- Mise en pratique à partir de situations vécues

J2 :

- Mieux comprendre la colère pour mieux la gérer en cas de désaccord
- Une gouvernance éthique et efficace : savoir se faire entendre, donner des instructions, fixer ses limites
- Mise en pratique à partir de situations vécues

## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

- Solène Rousselet GRAPEA : 07 76 05 94 56  
grapea.civam85@gmail.com

