

Bonjour,

« On ne voit bien qu'avec le cœur ; l'essentiel est invisible pour les yeux ». Antoine de Saint Exupéry.

« Les mots sont des fenêtres ou des murs »

Marshall Rosenberg

Cette petite lettre pour vous annoncer mon intention de créer un nouveau groupe de pratique de la Communication Non Violente à Luttre. Enseignante dans le secondaire, maman d'une famille nombreuse (mère et belle-mère), j'ai découvert la cnv en 2013 et celle-ci m'a amené à un chemin de rencontre de moi par l'auto-empathie, qui m'a vraiment donné une nouvelle compréhension de ma vie, et une plus grande compréhension des relations humaines. Je me suis alors formée et continue à me former avec plusieurs formateurs certifiés afin de développer une pratique régulière. La cnv est devenue petit à petit un art de vivre que j'essaie d'appliquer dans tous les domaines de ma vie.

Voilà ; la cnv, ce n'est pas miraculeux mais c'est une pratique que j'ai eu la chance de croiser dans ma vie et qui m'a et me transforme chaque jour vers une plus grande joie de vivre. Cet élan, j'ai eu à cœur de le partager depuis trois ans avec Stéphanie, en créant avec elle un groupe de pratique.

Après trois ans de pratique avec un petit groupe chaleureux et convivial, j'ai eu envie de créer un nouveau groupe au Centre Thérapeutique de Luttre où je travaille depuis un an comme psychologue. J'y ai choisi le grenier, un lieu agréable et assez spacieux pour pratiquer à plusieurs...

Alors, si vous trouvez près de Charleroi, à Luttre (Pont-à-Celles), je vous invite à me rejoindre une fois par mois pour construire ensemble un groupe convivial, chaleureux, bienveillant où l'on apprend à se respecter soi et dialoguer à partir des bases de la Communication Non Violente : l'auto-empathie, l'expression honnête, l'écoute empathique... On y apporte un vécu, une réussite, un échec, une bonne nouvelle ou on vient comme on est pour redécouvrir les bases de la cnv.

Les règles du groupe sont la liberté, la cocréation, la responsabilité, la confidentialité. La réunion a lieu une fois par mois, en principe le deuxième jeudi du mois, de 20h à 22h. La participation financière est de 15 euros par séance. Pour participer, il est nécessaire d'avoir suivi deux jours de formation avec un formateur certifié.

Les dates prévues sont les suivantes : le 14 février, le 21 mars, le 11 avril, le 9 mai et le 13 juin 2019.

Alors, vous êtes décidé ou avez envie d'en savoir plus ? Appelez-moi au 0496/873780 pour vous avoir des infos et/ou vous inscrire (max 9 participants).

Au plaisir de pratiquer ensemble,

Pascale Thumelaire.