

Conférence - salle Saint Paul 20h30, Maison des œuvres de l'église St Léon, 1 place du cardinal Amette,
75015 Paris

mardi 23 novembre 2021

Ateliers-formation
les samedi 8 et 29 janvier 2022

Assertivité

S'affirmer et retrouver
confiance en soi.



LES
ASSOCIATIONS
FAMILIALES
CATHOLIQUES
SAINT LEON PARIS XV

Développer des relations positives avec tous, c'est possible !

Rester calme dans une situation conflictuelle, ne plus subir les comportements des personnes difficiles, garder une sérénité bien utile pour comprendre les autres et se faire comprendre.

L'assertivité est une méthode de communication non violente qui permet à chacun de mieux communiquer avec son entourage (privé ou professionnel), de s'affirmer quand cela est nécessaire et de (re)trouver confiance en soi. Elle vous offre la possibilité d'être vous-même dans le respect des autres.

Développer cette attitude naturelle est possible et même facile.
Venez découvrir comment lors de la **conférence AFC du mardi 23 novembre** - conférence gratuite et ouverte à tous : jeunes et moins jeunes ,

Nous vous proposons aussi deux ateliers pratiques, pour se former et expérimenter :

samedi 8 janvier 2022,

Assertivité - Mieux communiquer - Inscription <https://bit.ly/assertAFC1>

samedi 29 janvier 2022,

Assertivité - Résoudre les conflits - Inscription <https://bit.ly/assertAFC2>

salle St François-Xavier 9h30-12h - Tarif 15€ - 5€ si adhérent AFC

Les deux ateliers sont différents et peuvent être suivis indépendamment

Dominique Charmes,
notre conférencière, a
publié de nombreux
articles sur l'assertivité et
un livre : « Et maintenant
ça suffit, Guide de survie
en milieu hostile »

