



## Bulletin d'inscription 2018 – ESPRIT D'ALLIANCE

Pour vous inscrire à l'un des stages organisés par Esprit d'Alliance, merci de compléter ce bulletin LISIBLEMENT et de le renvoyer à : **ESPRIT D'ALLIANCE - 22, rue Charles Baudelaire 75012 PARIS**

Nom, Prénom : .....
Adresse postale personnelle (pour convocation et facturation) : .....
Code postal : ..... Ville : .....
Courriel : ..... Téléphone : .....

Pour répondre à la législation, nous avons besoin de savoir dans quelle catégorie suivante (A ou B) vous êtes :

**Je suis un particulier qui paie ma formation (A)** afin d'acquérir un plus dans mon activité professionnelle (ou associative) actuelle ou future: **je remplis les cadres, paraphe et signe le contrat en p.2** ; je joins **deux chèques par module**, le premier d'acompte de .....€ soit 30% du montant (cf. Tableau Tarif @) *qui vaut réservation* et le second du solde de .....€ à l'ordre d'ESPRIT D'ALLIANCE, *encaissés à l'issue de la formation*. (RIB d'ESPRIT D'ALLIANCE : BIC : CRLYFRPP - IBAN : FR50 3000 2024 8600 0007 0181 B42 ; cf article 6 du contrat en p.2 )

**Je suis un professionnel qui demande une convention de formation (B)**- Préciser dans ce cas :

Nom et statut de l'organisation :

Ma fonction :

Adresse postale de l'organisation :

Nom et fonction de la personne qui signera la convention :

Adresse courriel de cette personne :

Dispositif :

Plan de formation

Contrat de professionnalisation

**Tableau des Stages :** (durée des stages sur la base de 7h de formation par jour)

Cycles	Merci de cochez les dates du stage choisi	Lieu	Horaires	Pré-requis
Les bases de la CNV	Pour tout professionnel : communiquer autrement pour mieux coopérer	Bordeaux / Artigues	De 9h30 à 18h le 1 <sup>er</sup> jour	Sans
				M1 suivi avec : Date :
				M2 suivi avec : Date :
	Pour les professionnels du coaching, de la relation d'accompagnement et de la santé	Lyon / Concer-tience	De 9h30 à 17h30 les autres jours	Sans
				M1 suivi avec : Date :
				M2 suivi avec : Date :

Tableau Tarif (@) (hors hébergement & restauration) Merci de cocher la case correspondant à votre situation	Prix par module de 2 jours consécutifs	Prix pour module M3 de 3j	Prix pour M1, M2 & M3 soit 2x2j + 3j = 7j
<input type="checkbox"/> Individuel (Financement sur deniers personnels) (A)	222€	333€	777€
<input type="checkbox"/> Professionnel (Indépendant, association, TPE) (B)	354€	531€	1239€
<input type="checkbox"/> Professionnel (Entreprise, organisations, institutions) (B)	860€	1290€	3010€

Nom, Prénom du stagiaire : .....

Métier du stagiaire : .....

Adresse postale personnelle (pour convocation et facturation) : .....

Code postal : ..... Ville : .....

Courriel : ..... Téléphone : .....

Intitulé de l'action de formation : .....

du ..... au ..... 2018, soit ..... jours et ..... heures (1jour=7h)

Lieu de l'action de formation: ..... Prix total : .....€, Montant de réservation (30%) : .....€

Je suis informé des pré-requis nécessaires à cette formation et confirme avoir suivi les stages associés :  oui  non applicable

**Entre les soussignés :**

Le stagiaire ayant le nom, prénom, adresse et fonction indiqués dans le cadre ci-dessus, ci-après désigné par « le stagiaire » d'une part,

Et l'entreprise ESPRIT d'ALLIANCE, 22 rue Charles Baudelaire, 75 012 PARIS, représentée par Laure Galvez, gérante, déclaration d'activité enregistrée sous le n° 11 75 46692 75 auprès du préfet de la région Ile de France, N° Siret : 528 790 678 00015, ci-après désigné « l'organisme de formation » d'autre part,

est conclu un contrat de formation professionnelle en application des articles L.6353-3 à L.6353-7 du code du travail.

**Article 1 : Objet de la formation**

En exécution du présent contrat, l'organisme de formation s'engage à organiser l'action de formation dont l'intitulé est donné dans le cadre de haut de page. Une convocation sera envoyée au stagiaire 10 jours avant le début de l'action de formation.

**Article 2 : Nature et durée de la formation**

L'action de formation entre dans la catégorie des actions de formation prévues par l'article L.6313.1 du Code du Travail « acquisition, entretien ou perfectionnement des connaissances ». Elle s'adresse à toute personne exerçant ou se destinant à exercer une activité professionnelle bénévole ou rémunérée.

La durée de l'action de formation est indiquée dans le cadre de haut de page. Le programme détaillé et les objectifs de l'action de formation sont joints dans l'Annexe au présent contrat.

**Article 3 : Niveau de connaissances préalables requis**

Dans le cadre de haut de page, le stagiaire confirme avoir pris connaissance des pré-requis demandés dans l'Annexe.

**Article 5 : Organisation de l'action de formation**

Le lieu de la formation est mentionné dans le cadre du haut de page. La salle ne comporte que des chaises, disposées en cercle afin de favoriser le travail régulier en sous-groupes. Pour garantir une animation interactive, les formateurs emploient un tableau papier ou un tableau noir. L'action de formation est organisée pour un effectif maximum de 16 stagiaires.

Les moyens pédagogiques et techniques mis en œuvre et les modalités de contrôle des connaissances sont précisées dans l'Annexe au présent contrat.

L'action de formation sera dispensée par Laure GALVEZ, certifiée par le CNVC. Son parcours professionnel en tant qu'ingénieur, manager, dirigeante, médiatrice et coach, enrichit son expérience de formatrice dans les entreprises, associations et institutions d'insertion de jeunes, auprès des couples et des particuliers, sur les thèmes de : « communiquer autrement pour mieux coopérer » & « manager les conflits ». En cas de force majeure, elle pourra être remplacée par des formateurs de qualification et expérience similaire. Elle pourra être assistée par des candidats à la certification de formateur en CNV.

**Article 6 : Délai de rétractation**

A compter de la signature du présent contrat, le stagiaire a dans un délai de 10 jours pour se rétracter, par lettre recommandée avec accusé de réception adressée à l'organisme de formation. Dans ce cas, aucune somme ne peut être exigée du stagiaire.

**Article 6 : Prix de la formation**

Le prix de l'action de formation est stipulé dans le cadre de haut de page.

Le stagiaire s'engage à verser la totalité du prix susmentionné selon les modalités suivantes : un règlement de 30% du prix total de la formation valant réservation et le règlement du solde par chèque, encaissés à l'issue de l'action de formation. Le paiement par virement bancaire est possible suivant des modalités à demander à ESPRIT D'ALLIANCE.

**Article 7 : Annulation, cessation ou interruption du stage**

En cas d'annulation et/ou de cessation anticipée de la formation du fait de l'organisme de formation, le contrat est résilié et seules les prestations effectivement dispensées sont dues au prorata temporis de leur valeur prévue au présent contrat.

En cas d'annulation par le stagiaire de sa participation entre 30 jours et 10 jours calendaires avant le début du stage, pour un autre motif que la force majeure dûment reconnue, le montant des frais de réservations (30% du prix total) sera acquis à Esprit d'Alliance.

En cas d'annulation par le stagiaire de sa participation à moins de 10 jours calendaires du début du stage, pour un autre motif que la force majeure dûment reconnue et en cas d'abandon en cours de formation, d'absence partielle ou totale (hors cas de force majeure dûment reconnue), l'intégralité du prix total est due à Esprit d'Alliance.

Si, par suite de force majeure dûment reconnue, le stagiaire est empêché de suivre la formation, le contrat est résilié et seules les prestations de formation effectivement dispensées sont payées à l'organisme de formation, à due proportion de leur valeur prévue au contrat.

**Article 8 : Propriété intellectuelle**

Tous les documents élaborés par l'organisme de formation dans le cadre du présent contrat et remis au stagiaire (documents pédagogiques, fichiers...) sont réservés uniquement à l'usage interne et personnel du stagiaire. Ils ne peuvent être diffusés à, ni utilisés par une tierce partie ou le public.

**Article 9 : Cas de litige**

Si une contestation ou un différend n'a pas pu être réglé à l'amiable, les tribunaux de Paris seront seuls compétents pour régler le litige.

**Article 10 : Qualité**

L'organisme de formation s'engage à délivrer une prestation de formation qualité, conformément au décret n° 2015-790 du 30 juin 2015.

Fait en deux exemplaires originaux à Paris, le .....

Pour le stagiaire (nom et prénom)  
Signature

Pour l'organisme de Formation  
Laure Galvez



ESPRIT D'ALLIANCE  
22 rue Charles Baudelaire  
75012 PARIS  
01 44 75 89 23 - 06 77 62 71 89

## Annexe

# Programme et Modalités de déroulement de l'Action de Formation Professionnelle « Les bases de la Communication NonViolente »

La Communication NonViolente (CNV) est un processus de communication pragmatique et efficace qui permet d'être clair, cohérent et congruent dans sa propre communication tout en étant dans l'ouverture et la compréhension de son interlocuteur. Il repose sur une pratique du langage qui renforce l'aptitude à conserver ses qualités de communication, même dans des conditions difficiles ou de stress. Cette approche favorise la coopération et la résolution de conflits. La CNV est une approche qui enrichit et potentialise les autres démarches professionnelles de management et de communication. Elle est enseignée et appliquée dans des domaines aussi divers que l'éducation, qui est notre priorité pour prévenir à long terme la violence, la médiation politique tout autant que familiale, les entreprises, administrations, structures sociales, les prisons, le système de santé. Elle met en lumière ce qui bloque ou au contraire facilite la communication, et génère la violence ou au contraire la désamorce et permet d'acquérir des compétences en communication qui favorisent la prise en compte des besoins de chacun et donc le climat social, la créativité et la performance globale. *Elle a été élaborée par Marshall B. Rosenberg, auteur du livre « Les Mots sont des Fenêtres (ou bien ce sont des murs) », Editions La Découverte.*

**Public visé:** Cette formation s'adresse à tout professionnel (ou bénévole, association) désireux d'optimiser sa communication et/ou occupant un poste requérant des compétences en communication interpersonnelle et souhaitant développer des relations humaines de qualité, et stimuler la coopération dans son activité.

**Pré-requis :** Pour s'inscrire au module 2, il est demandé au stagiaire d'avoir suivi un module équivalent au module 1, avec un formateur certifié en CNV par le CNVC. Pour s'inscrire au module 3, il est demandé au stagiaire d'avoir suivi un module équivalent au module 2 avec un formateur certifié en CNV par le CNVC.

### Les objectifs pédagogiques généraux de la formation en Communication NonViolente sont de :

- Construire et maintenir des relations constructives avec ses équipes, collègues, supérieurs hiérarchiques, aussi bien qu'en famille et à l'école
- Optimiser ses capacités de communication avec ses interlocuteurs quelles que soient leur place et statut dans la structure, en conjuguant confiance, clarté, respect, coopération et donc efficacité.
- Entendre les émotions et les besoins comme des leviers de motivation des personnes et des équipes
- "Dédramatiser" les situations de désaccord ou de conflit pour les transformer en opportunités de dialogues.
- Prendre du recul en clarifiant ce qui se passe en soi et se recentrer sur son intention

### Les objectifs pédagogiques spécifiques du cursus « les bases de la CNV » et les compétences visées

#### **A la fin du cursus, chaque participant sera capable de :**

- Améliorer l'efficacité de sa communication et de son savoir-être,
- Savoir amorcer des conversations délicates,
- Développer une écoute empathique,
- Favoriser participation et coopération

#### Les thèmes abordés seront :

- ✓ Les principes de la CNV et ses possibilités d'application au quotidien,
- ✓ Le déroulement des 4 étapes du processus : Observation/Sentiment/Besoin/Demande
- ✓ Le fonctionnement d'une communication claire, respectueuse et constructive
- ✓ Savoir dire « non » et accueillir un « non » en préservant la confiance et le lien
- ✓ Savoir exprimer reconnaissance et gratitude et des demandes visant à des améliorations
- ✓ Les éléments qui favorisent la pratique de ce processus (centrage, clarification, ...)

### **Le programme détaillé des 3 modules :**

#### **1. Introduction à la CNV (module1)**

Repérer les obstacles à la communication / Les bases de la Communication NonViolente / Les différenciations clefs : observations/évaluations : sentiments/interprétation / Identifier nos réactions habituelles et leur fonction / Différencier observations et interprétations / L'intention du processus de la CNV / La notion de besoins, identifier ses besoins à partir de ses réactions « à chaud » et du ressenti / L'étape de la demande / Exprimer ce qui se passe en soi de manière claire en enchaînant les 4 étapes / Exercices de base : écoute empathique de l'autre. Exemples de mise en pratique, à partir de situations concrètes, venant des participants ; jeux de rôle / Exprimer des appréciations en utilisant la CNV

#### **2. L'Ouverture du dialogue (module 2)**

Bilan des acquis / Clarifier ce qui se passe en soi avant de s'exprimer / Distinguer les besoins satisfaits dans l'urgence de ceux « à froid » pour une meilleure communication avec autrui / Faire des demandes claires sans exigence / Apprendre une manière simple et efficace d'exprimer son vécu / Les différentes manières de

« Pour que, des graines, qui germent en chacun, émergent de beaux fruits »

recevoir un message / L'empathie ; exercices de bases, voir ce qu'il y a de vivant dans les critiques et les jugements / Ecouter véritablement de ce qui se passe en l'autre et vérifier sa compréhension pour éviter les malentendus / Exprimer et recevoir des appréciations afin satisfaire les besoins de reconnaissance mutuelle et de davantage porter son attention sur ce qui va bien / Evaluation du stage en utilisant la CNV

### 3. La pratique du dialogue (module 3)

Révision et approfondissement des différenciations clefs de base, de la « grammaire » de la CNV / Ecouter, observer ce qui se passe en nous (colère, jugements, interprétations) dans les moments où il nous est impossible de poursuivre le dialogue avec l'autre afin de pouvoir le débloquent / Pratique du dialogue dans des jeux de rôle afin de dénouer des conflits. L'attention sera portée sur le rythme, l'alternance entre expression de soi et écoute de l'autre, et à l'intention : cherchons nous à convaincre, ou sommes-nous disposés à privilégier la qualité de la relation par rapport au résultat ? / Comment dire « non » et accueillir un « non » sans rompre le dialogue / Développer sa créativité pour la recherche de solutions dans des situations de conflits / Nourrir l'estime de soi et le plaisir de travailler en équipe en partageant de la reconnaissance / Entretenir les acquis au quotidien / Evaluation de la formation

### Moyens pédagogiques et techniques mis en œuvre

La formation a pour but pédagogique de permettre aux participants d'être auteurs de leur évolution afin qu'ils puissent transmettre cette expérience aux personnes qu'ils cotoient ou accompagnent. La formation est par nature très interactive, afin de permettre aux participants de vivre le processus de Communication NonViolente en le voyant en action à travers la dynamique de groupe.

Après une présentation du formateur et un recueil des attentes des stagiaires, les objectifs et le programme de l'action de formation sont exposés. Puis le cadre de l'action de formation est posé, et les règles de fonctionnement du groupe sont complétées si besoin et validées avec les stagiaires.

La formation se déroule ensuite selon le programme prévu, avec une alternance d'apport théorique et de mises en pratique. Tous les exercices proposés permettent aux participants de travailler sur des situations de leur vie professionnelle et d'intégrer rapidement ce qu'ils ont appris. Si besoin, un support pédagogique est remis aux stagiaires, contenant les bases théoriques et les fiches d'exercices pratiques. L'ordre des séquences prévues dans le programme peut être adapté selon ce qui se vit dans le groupe.

Le formateur a un rôle de facilitateur de la parole dans le groupe, Il veille à l'équilibre des temps d'expression de chacun, et au respect des horaires prévus afin de garder le cap des objectifs. A la fin de chaque demi journée, un temps d'évaluation par oral est pris afin de dégager les apprentissages, et de répondre aux questions le cas échéant. En cas de formation répartie sur plusieurs modules ou sessions, il est demandé aux stagiaires de mettre en pratique les acquis de chaque stage, dans les intersessions, de noter les mises en pratique réussies et les difficultés qu'ils ont rencontrées, et de revenir avec ces remarques.

### Modalités de contrôle des connaissances et sanction de la formation

L'évaluation que nous proposons se déploie tout au long de la formation permettant ainsi d'identifier les acquis des stagiaires et leurs compétences, d'adapter les exercices de la formation aux attentes spécifiques des stagiaires qui choisissent de s'engager dans ce processus de formation et de mesurer l'impact de la formation au regard des objectifs spécifiques attendus. Nous mettons en œuvre une évaluation coproduite avec les stagiaires eux-mêmes. Cet aspect a une fonction pédagogique en soi, car pouvoir reconnaître ses avancées et ses acquisitions est un puissant facteur d'intégration de nouvelles aptitudes. Le faire dans un groupe hétérogène, favorise le co-apprentissage.

A la fin de la formation, une feuille d'évaluation globale reprenant les questions des étapes intermédiaires sera remise aux stagiaires leur permettant d'évaluer leurs acquis. Les résultats de cette évaluation seront remis ou envoyés sous la forme d'une attestation à chaque stagiaire postérieurement à la formation, afin de permettre à l'organisme de formation de disposer de temps nécessaire pour analyser les acquis.

**Merci de retourner ce bulletin/contrat ET ses annexes dûment signés et paraphés, accompagnés  
PAR PERSONNE ET POUR CHAQUE MODULE CHOISI**

d'un chèque d'acompte de ( € ) et d'un chèque de solde ( € )  
(Acompte = 30% du tarif / Solde = Totalité - Acompte / Chèque de solde encaissé à l'issue de la formation)  
A l'ordre de ESPRIT D'ALLIANCE

**A l'adresse suivante : ESPRIT D'ALLIANCE -Laure Galvez - 22 rue Charles Baudelaire 75012 Paris**  
Pour toutes informations complémentaires : [secretariat@espritalliance.com](mailto:secretariat@espritalliance.com) / 06 77 62 71 89

**SEULS LES DOSSIERS COMPLETS SERONT PRIS EN COMPTE**

**Merci pour votre vigilance et à bientôt !**

**NB : Les inscriptions sont enregistrées par ordre d'arrivée des chèques et/ou des conventions signées, dans la limite des places disponibles. En cas de stage complet, vous serez prévenu dès réception de votre inscription !**