

## Améliorer ses relations et son efficacité avec la communication non-violente - RENFORCÉ

*Mettre en capacité d'appliquer les principes de la communication non-violente et de l'écoute empathique dans ses relations et sa communication professionnelle.*

Durée	Financement	Tarifs
42 heures	- CPF - OPCO - AIF - Indiv	Sur devis

Modalité	Public
Collectif	Salarié.e., Etudiant.e, Personne en recherche d'emploi, Travailleur.se Non Salarié.e, Entreprise

Vos objectifs	Effectifs
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Découvrir et appliquer les bases de la Communication non-violente</li> <li>- Découvrir et appliquer l'outil Écoute empathique</li> <li>- Utiliser ces outils dans des contextes professionnels et personnels</li> <li>- Améliorer sa capacité d'expression, d'écoute et de mise en action</li> <li>- Utiliser la CNV dans toutes les étapes de son projet entrepreneurial ou intrapreneurial</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Découvrir la distinction entre faits et interprétation, émotion et évaluation, besoin et stratégie, demande et exigence.</li> <li>- Clarifier ses motivations, ses objectifs et les traduire en plans d'actions</li> <li>- L'émotion et la prise de décision</li> <li>- Traduire les jugements en expression des besoins</li> <li>- Utiliser ces outils dans des contextes professionnels et personnels</li> </ul>	<p><b>Mini:</b> 4 pers.</p> <p><b>Max:</b> 12 pers.</p>

Pré-requis	Modalités d'évaluation	Blocs de compétence
NA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Analyse de besoin et questionnaire de positionnement</li> <li>- Évaluation des acquis : activités et productions intermédiaires ; évaluation de fin de formation</li> <li>- Bilan de formation (individuel et général) et émargement</li> <li>- Certificat de réalisation de fin de formation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les principes de la Communication Non Violente (CNV)</li> <li>- Appliquer les outils et méthodes de la CNV</li> </ul>

**Tél : + 33 (0)5 59 52 56 03 info@alb-formation.eu www.alb-formation.eu**

Marcel Suarès Hiribidea 22, Errepublikako plaza – 64100 BAYONNE  
22 Allée Marcel Suarès, Place de la République – 64100 BAYONNE

Atelier Lan Berri – SCOP ARL à capital variable de 10100€ - R.C.S BAYONNE 408 583 821/APE 8559A / OF N° 72 64 01418 64

## Adresse - Accessibilité

**Résidence *Excelsior***  
**22 Allée Marcel Suarès**  
**Place de la République**  
**64100 BAYONNE**  
**Interphone : 31**

Locaux aménagés pour faciliter l'accès aux personnes à mobilité réduite.

Hébergement et restauration à proximité.



## Contact



**05 59 52 56 03**

(Accueil tous les matins de 9h30 à 13h00)



[info@alb-formation.eu](mailto:info@alb-formation.eu)



<https://www.alb-formation.eu/>



Suivez-nous !

## Modalités d'accès

### Transports en commun :

- . SNCF : Gare de Bayonne à proximité
- . Autocars régionaux et départementaux : Arrêt « Gare de Bayonne »

### . Réseau Chronoplus :

- Arrêt « Gare de Bayonne » : lignes T1, T2, 5, 30, 48, 110, 112, 114, 116, 118, 120, 130
- Arrêt « Alsace Lorraine » : lignes 4, 32, N2
- Arrêt « Echaugette-Museoak » : lignes 6, 50, 122

- . Navettes Ville de Bayonne : N1 et N2

### Vélos et cycles motorisés :

- . Parking cycles abrité à proximité
- . Station Vélib' à 100m

### Véhicules individuels :

- . Parkings payants à proximité (Gare : 1H gratuite)

**Nos formations sont accessibles toute l'année**  
**sous réserve d'une demande d'inscription au plus tard 15 jours avant le début de la session.**  
**Contactez-nous pour connaître le calendrier des formations**

**Tél : + 33 (0)5 59 52 56 03** [info@alb-formation.eu](mailto:info@alb-formation.eu) [www.alb-formation.eu](http://www.alb-formation.eu)

Marcel Suarès Hiribidea 22, Errepublikako plaza - 64100 BAIONA  
 22 Allée Marcel Suarès, Place de la République - 64100 BAYONNE

Atelier Lan Berri - SCOP ARL à capital variable de 10100€  
 R.C.S BAYONNE 408 583 821/APE 8559A / OF N° 72 64 01418 64