

5 ou 8 jours de Communication Non-Violente

Méditation, exploration corporelle et apprentissage des bases de la CNV.
module 1 et 2 (5 jours) + module 3 (3 jours)

Avec **Laurent Charbonnier** (Formateur certifié en CNV)
Et **Xavier Lequarre**, enseignant Méditation, Yoga et mouvements conscients.

En bref:

- 5 / 8 jours pour soi en lien avec ce qui nous unit tous: le Coeur
- Découverte des bases de la CNV permettant une communication authentique et harmonieuse.
- Des moments de silences et d'assise
- Des moments de rire et de partages

Où et Quand?

Du 23 au 30 Mai 2021

Au Château de Longeval, Saint-Just-d'Avray

Plus d'info:

Laurentcharbonnier.cnv@gmail.com
Xavier@hridaya-yoga.fr