

PROGRAMME ÉTÉ 2017

EN LIEN AVEC SOI, L'AUTRE ET LA NATURE

- Activités nature
- Pratique de la Communication NonViolente (CNV)
- CNV et nature

Ce programme vous inspire un autre rêve ? Une envie ?
Je discute volontiers avec vous d'une offre sur mesure !

DÉTAILS ET INSCRIPTIONS
www.unmonde.ch/PROGRAMME



Gratitude et abondance !

samedi 3 juin
CNV

Une journée pour explorer des „merci“ qui n'ont rien d'une politesse, mais qui nous connectent au pouvoir de réaliser nos vies !

Neuchâtel - 80 à 160 CHF (selon possibilité de chacun)

Rando pleine lune

dimanche 9 juillet
Rando nature

Une randonnée nature qui passe par un corridor aux loups, une glacière et le coin du feu ?
C'est dimanche 9 juillet au départ de Couvet...
retour de nuit sous la pleine lune !

Val-de-Travers

35 CHF /adulte 25 CHF/enfant (min 12 ans)



CNV: journée découverte

vendredi 21 juillet

CNV en montagne



Une journée pour goûter aux bases de la Communication NonViolente. Le tout en plein air (ou dans une cabane si le temps le demande).
Le rêve !

Peut-être suivi par le week-end d'auto-empathie, les deux jours qui suivent, au même endroit.

Môtiers (NE) - 150 CHF pour la journée



Auto-empathie

samedi 22 et dimanche 23 juillet

CNV en montagne



Prendre soin de soi en profondeur avec l'auto-empathie...

Deux journées pour pratiquer l'auto-empathie, prendre soin de soi, oser vivre cet espace en profondeur, qui permet ensuite de s'ouvrir à l'autre autrement.

Peut-être précédé par la journée découverte qui a lieu le vendredi 21 juillet au même endroit.

Môtiers (NE) - 320 CHF pour les deux jours



Stage CNV famille

31 juillet au 5 août

CNV, vacances en famille



Des vacances différentes, à vivre en famille et par toute personne concernée par les relations familiales, désireuse de comprendre ce qui peut bloquer ou au contraire favoriser les échanges.

Randa (VS) - Infos en ligne sur www.cnvfamille.ch



Plongée en forêt : se libérer de nos croyances limitantes et oser vivre nos rêves !

vendredi 11 au dimanche 13 août

CNV et nature



Trois jours d'immersion dans une des plus grandes forêts de Suisse, en itinérance et en autonomie.
Un temps privilégié pour explorer comment nos croyances nous limitent parfois... et s'en libérer !

Forêt du Risoux

400 CHF pour les trois jours



La vie devant soi... j'en fais quoi ?

jeudi 17 et vendredi 18 août

CNV et nature - pour adolescents



Quand on a 13 ou 17 ans, comment mettre des mots sur ses rêves et aspirations ? Comment nourrir la confiance en soi pour faire quelques pas vers la réalisation de sa vie ?

Deux jours en forêt, en pleine nature pour un temps différent. 4^{ème} Episode de Nat'Aventures.

Infos en ligne sur www.nataventures.ch



Rando nouvelle lune

lundi 21 au mardi 22 août



Avec la nouvelle lune, voilà la vraie nuit, avec panorama sur les Alpes et les étoiles...

Deux jours de randonnée avec bivouac, en passant par quelques lieux magiques dont le massif jurassien a le secret...

Région de Saint-Cergues - 140 CHF pour les deux jours



unmonde.ch
en lien avec soi, l'autre et la nature