



## Cultiver ses talents

« A titre professionnel, je suis journaliste à l'hebdomadaire La Vie, au sein du service "Religions" »

« A titre personnel, je me suis formé à plusieurs techniques de développement personnel, notamment la Communication non violente. »

« Ces formations m'ont donné envie de réfléchir à la rencontre entre foi chrétienne et développement personnel : comment les deux approches peuvent se nourrir mutuellement ? »

« Cette réflexion a donné lieu à un livre qui s'appelle « Cultive tes talents, nourrir sa foi avec le développement personnel », paru chez Desclée de Brouwer et à un blog que vous pouvez consulter à l'adresse suivante : <http://cultivetestalents.over-blog.com> »

« Ce week-end organisé à Saint Hugues de Vivier les 16 et 17 janvier vise à faire découvrir à des chrétiens la communication non violente à travers des exercices pratiques, tout en partageant le lien que l'on peut faire entre cette technique et la vie de croyants. »

## INDICATIONS PRATIQUES

## Développement personnel

### Le coût de la session est de 150 euros

- Ce prix comprend l'hébergement la nuit du samedi au dimanche
- Trois repas samedi midi, samedi soir, dimanche midi et le petit déjeuner
- Je souhaite que la question financière ne soit pas un obstacle pour participer à cette session. En cas de difficultés, merci de m'en parler en toute simplicité lors de l'inscription.

### ■ Les horaires :

Du samedi 16 janvier à 9H30  
au dimanche 17 janvier 17H00

### ■ Le lieu

La session se tient au centre Saint Hugues de Biviers, Chemin de Billerey 38330 Biviers, (à 10 km de Grenoble), un centre spirituel animé par la communauté vie chrétienne (proche des jésuites)

### Renseignements et inscription

Etienne Séguier

Mail : [cultivetestalents@live.fr](mailto:cultivetestalents@live.fr)

Téléphone : 06 20 95 82 40

### ■ Plan d'accès

Pour recevoir le détail des bus en partance de la gare de Grenoble ou l'accès par la route, me contacter ou aller sur le site de Saint Hugues



<http://www.st-hugues-de-biviers.org/acces/acces.htm>

# Cultiver une communication bienveillante

(Avec soi-même et avec les autres)



Formation animée par Etienne Séguier



## Session de 2 jours

Samedi 16 et dimanche 17 janvier 2010

Centre Saint Hugues de Biviers (38)  
À 10 km de Grenoble

# Qu'est ce que la communication bienveillante ?

Cette communication est dite bienveillante car elle aide à prendre conscience de nos besoins et de ceux de notre entourage, en portant un regard bienveillant sur les uns et les autres. Elle entend favoriser des relations de qualité en apprenant à sortir des reproches mutuels.

Cette méthode est aussi connue sous le nom de communication non violente car elle reconnaît que nous sommes habités par de la violence, mais que l'on peut agir pour qu'elle n'ait pas le dernier mot. Elle a été mise au point par l'américain Marshall Rosenberg qui la présente dans son livre "Les mots sont des fenêtres (ou des murs)". (Editions La Découverte)

Cette formation intègre aussi un regard chrétien sur la mise en œuvre de cette communication bienveillante avec soi-même et les autres, en montrant comment cette technique peut être utilisée dans une vie de croyant.

Le week-end alterne apports théoriques et exercices pratiques en présentant les quatre étapes de la communication non violente (Observation, sentiment, besoin, demande).

Plus de renseignements sur le blog :

<http://cultivetestalents.over-blog.com>



## BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom (s) : \_\_\_\_\_

Prénom (s) : \_\_\_\_\_

Age (s) : \_\_\_\_\_

■ S'inscrit (s'inscrivent) au Week end du 16 au 17 janvier

Adresse : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_

Ville : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_

E-mail : \_\_\_\_\_

■ J'ai entendu parler de ce stage par :  
\_\_\_\_\_

■ Ci joint en guise d'acompte de 30 euros,  
à l'ordre de Cultive tes talents

(le chèque ne sera pas débité avant le 16 janvier)

**Ce bulletin est à renvoyer à l'adresse suivante**

**Etienne Séguier  
44 rue de fécamp  
75012 Paris**