

J'apprends à dire Non pour dire Oui à mes besoins



Qu'est ce qui m'anime ou me crame ?



9H00
A
11H00

VENDREDI
10

2025
OCTOBRE



*Karen RICHET en partenariat avec
Mylène DEFRANCE sage-femme*



Ouvert à tous et à toutes



77 avenue Jean Jaurès 38430 RIVES



prix/pers : 25€

tarif complice de notre collaboration, au lieu de 40€



Un atelier ludique construit sur les principes de la CNV, Communication Non Violente - pour ne plus être en froid avec vos besoins.

Apprendre à déapprendre pour :

- Dire Non sans culpabilité*
- Gagner en estime de soi en posant ses limites*
- Obtenir des outils*



6 pers
atelier collectif

Je me dis Oui !

*Réservez votre place auprès de Mylène 06 76 45 98 29
ou Karen 06 76 21 69 37 ou via le QR Code avant le 08.10.25 midi*

www.karen-richet.fr



facilitatrice de vos projets