

Approfondissement en Communication NonViolente

stage résidentiel de 6 jours
13-18 juillet 2026, Saint-Brieuc (22)



- **vivre des relations de qualité dans un groupe**
- **approfondir son intégration de la CNV**
- **profiter du bord de mer**
- **participation financière libre et consciente**

animé par Christelle RUELLAN, formatrice certifiée du CNVC
et Sophie DANET, formatrice

<https://cnvformations.fr/formations/residentiel-saint-brieuc-2026/>

Les approfondissements essentiels

Les essentiels pas à pas

Stage résidentiel INTÉGRER LA CNV POUR MIEUX VIVRE ENSEMBLE

Dans ce stage, il y aura bien sûr le contenu, les pratiques, les temps dédiés. Il y aura chaque jour deux à trois grands temps de pratique pensés comme des repères pour graduellement mettre un pied dans ton expression, en prenant soin de la relation.

Il y aura aussi ce que, bien trop souvent on ne met pas en lumière et qui est si cher à nos coeurs : LE VIVRE-ENSEMBLE. Ce vivre-ensemble si puissant, quand il est vécu en conscience.

Tu seras invité.e à mettre la lumière sur ce qui est joyeux dans la relation et sur ce qui gratouille, si difficile à exprimer au quotidien, surtout quand le contexte est affectivement intense. Ces tensions/réactions qui nous apprennent tant sur nous, qui permettent de réparer les blessures du lien, qui réactivent des mémoires enfouies. Ce stage permettra d'expérimenter dans la sécurité et voir ce que la vie exprime à travers nous, simplement, dans le vivant.

Les maîtres-mots de ce stage sont : autonomie et interdépendance, authenticité et empathie, apprentissage et détente, joie et liberté.

Et si ce stage devenait un prétexte pour mettre en acte des clés du mieux vivre –avec soi, avec les autres, avec le vivant- pour incarner nos rêves et être acteurs et actrices de changement ?

Thèmes travaillés :

- auto-empathie
- expression authentique
- écoute empathique
- dialogue
- gratitude
- systèmes et cercles restauratifs.

Pédagogie :

Les apprentissages se vivront à partir du vivre-ensemble et des relations dans le groupe. Nous alternerons les temps collectifs, en sous-groupes, en binôme et les temps seul.

L'équipe :

Le stage est co-animé par :

- Christelle RUELLAN, formatrice certifiée du CNVC
- Sophie DANET, dans le parcours de certification

L'équipe cuisine est composée de :

- Marie-Laure HERPE, cuisinière expérimentée, passionnée de cuisine gastronomique et biologique, formée à la CNV
- Marie-Pascale MARTIN, cuisinière motivée, dans le parcours de certification CNV.

Dates :

du lundi 13 juillet 2026 (10h) au samedi 18 juillet (16h).
Possibilité d'arriver la veille, dimanche soir 12 juillet

Nombre :

Jusqu'à 12 stagiaires.

Lieu :

Le stage a lieu à Plérin (22190), tout proche de Saint-Brieuc, en bord de mer, en présence de la nature (terrain boisé d'un hectare) et avec une vue magnifique.

Le stage a lieu dans une maison au confort simple, de 100 m2.

Logement :

Nous proposons différents niveaux de confort et de tarif :

- sous votre tente, sur le terrain (5 € par nuit)
- dans votre van aménagé, sur le terrain (5 € par nuit)
- dans la maison, dans une chambre mansardée, avec un lit 140 cm (15 € par nuit)
- à l'hôtel tout proche, tarif autour de 80-90 € la nuit. Inscription à faire par vous-même : <https://www.manoirduroselier.fr/>

Voir les pages suivantes pour plus de détails sur la maison et le logement.

Repas :

- repas végétariens (oeufs, lait, pas de viande, pas de poisson)
- ingrédients biologiques
- fruits et légumes locaux et de saison
- Vous pouvez nous signaler une allergie alimentaire et nous verrons avec vous comment en tenir compte.

Photo du stage 2025 :

TARIFS

Ce stage est en participation financière libre et consciente, pour permettre à toute personne intéressée de participer. Cela ne signifie pas que ce stage est gratuit. Nous prendrons un temps pendant le stage pour aborder cette question et vous donnons ici des repères indicatifs.

Les coûts se répartissent en 3 catégories :

- frais de logement
- frais de repas
- frais pédagogiques

En tant que professionnelles, nous payons des taxes URSSAF à chaque rentrée d'argent. Pour éviter le surcout entraîné, nous vous demandons des paiements à 3 destinataires différents :

- les frais d'hébergement sont réglés directement auprès des propriétaires de la maison
- le frais de repas sont réglés directement auprès de Marie-Laure
- les frais pédagogiques sont réglés directement auprès de Christelle et Sophie.

1/ Frais de logement

Nous proposons différents niveaux de confort et de tarif :

- sous votre tente : 25 € pour les 5 nuits
- dans votre van aménagé : 25 € pour les 5 nuits
- dans la maison : 75 € pour les 5 nuits
- à l'hôtel tout proche, tarif autour de 80-90 € la nuit. Inscription à faire par vous-même : <https://www.manoirduroselier.fr/>

Les frais de logement seront payés sur place en espèces (sauf pour l'hôtel à régler directement à l'hôtel). Ils ne sont pas négociables.

2/ Frais de repas

Les repas coutent 20 € par jour et par personne. Ils comprennent petit-déjeuner, déjeuner, pause goûter et dîner. Tout est biologique, végétarien, local et de saison.

Le règlement pour la semaine est de 110 € (du déjeuner du lundi jusqu'au déjeuner du samedi inclus). Les frais de repas seront payés sur place en espèces ou en chèque (ordre Marie-Laure HERPE). Ils ne sont pas négociables.

3/ Frais pédagogiques

Les frais pédagogiques sont en participation financière libre et consciente. Vous pourrez contribuer sur place, pendant le stage, après un temps de dialogue sur la question de l'argent.

Le tarif journalier habituel lors d'un stage CNV de 2 jours est de 120 € (en moyenne), ce qui reviendrait à 720 € pour 6 jours, pour vous donner un repère. Vous choisirez ce que vous avez de la joie à offrir aux formatrices pour les remercier. Vous n'aurez pas à vous justifier. Nous demandons un minimum de 100 €, ce qui correspond à l'acompte versé à l'inscription. Si ce montant minimum vous pose problème, merci de nous contacter pour voir comment prendre en compte les besoins de chacun. Merci d'avance pour votre soutien financier qui nous permettra de poursuivre nos propositions CNV !

Les frais pédagogiques seront à payer sur place en chèque ou virement ou espèces.

4/ Acompte

Pour valider votre inscription et confirmer votre engagement, nous demandons un acompte de 100 € sur les frais pédagogiques, à verser à l'inscription. RIB donné par mail à l'inscription.

5/ Annulation

En cas d'annulation de notre part, l'acompte de 100 € vous est entièrement remboursé.

En cas d'annulation de votre part :

- 14 jours (ou plus) avant le stage, 50 € vous sont remboursés, 50 € restent dûs pour les frais de dossier.
- 13 jours (ou moins) avant le stage,
 - maladie/accident (sur justificatif) : 50 € vous sont remboursés, 50 € restent dûs
 - autres cas : 0 € remboursés, 100 € restent dûs

Logement pointe du Roselier

Adresse :

Ker Avel
122 pointe du Roselier
22190 Plérin

Couchages :

A l'étage : 4 chambres avec lit double (140 cm)
RDC : chambres pour l'équipe organisatrice

Sanitaires :

2 WC
2 salles de douche

Accès :

Si vous venez en train, choisissez la gare de Saint Brieuc.
Si vous venez en Blablacar, choisissez le Centre Leclerc de Plérin.

A proximité :

sentiers douaniers pour des balades avec de magnifiques vues sur mer
panorama depuis la pointe du Roselier à 200 m
plage « Martin escalier » Attention : l'accès se fait après 500 m de sentier douanier un peu abrupte et un escalier de 50 marches.



