

FORMATION



CDOS

ORNE

Réussir au féminin pour une association en mixité

Samedi 30 mars 2019

de 9h à 17h

à Alençon

Intervenant : association FEMIX



Formation gratuite.

Inscription auprès du CDOS 61

02.33.80.27.63 - cdos61@wanadoo.fr

<http://cdos61.fr>



p.a.v.a.
Normandie
Point d'appui à la vie associative

Réussir au féminin pour une association en mixité

Pour contribuer à renforcer l'équilibre femmes / hommes, ainsi que l'impact des femmes dans les instances dirigeantes :

- Développez votre potentiel individuel
- Optimisez votre efficacité en équipe
- Bénéficiez d'accompagnement personnalisé dans l'exercice de vos responsabilités

OBJECTIFS :

Renforcer la présence des femmes dans les instances dirigeantes

S'engager dans les responsabilités associatives

Valoriser et développer les compétences des femmes et des hommes qui s'engagent

A l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- Mieux vous connaître dans l'exercice de votre activité de dirigeant.e
- Comprendre la part des émotions dans nos relations pour créer l'empathie
- Comprendre la dynamique des changements
- Etablir une communication constructive, même lorsqu'il faut « dire non »

PUBLIC VISE :

Cette formation s'adresse à tout type de personne motivée et impliquée dans le mouvement associatif, souhaitant se développer en termes de responsabilités.

CONTENU DE LA FORMATION :

- Nos perceptions... et celles des autres (la réalité dépend du point de vue de l'observateur)
- Les 7 phases de la courbe du changement
- Les émotions
- La communication verbale et non verbale: les mots, le ton et l'intention, les postures et le non-dit
- La communication non violente : le modèle OSBD
- Oser dire non... sans nuire à la relation, et en construisant l'avenir