



Mouvement pour une Alternative Non-violente

# Ateliers 2018/2019

Régulation des  
conflits,  
Non violence,  
Parentalité

Coopération  
Communication  
bienveillante,  
Théâtre forum

Des formations destinées aux parents, enseignants, professionnels de santé, travailleurs sociaux, et à tous les citoyens désireux d'y voir plus clair et de s'approprier des outils pour choisir une autre voie que la violence.



# Frères et sœurs sans rivalité



Ces ateliers proposent de découvrir des attitudes et des comportements efficaces pour atténuer la rivalité qui oppose souvent les enfants. Il permet de prendre conscience de l'impact qu'ont leurs paroles et leurs attitudes sur les enfants et de découvrir comment ils peuvent, concrètement, changer les choses de manière à favoriser une relation plus sereine entre les enfants.

- Comprendre d'où vient la rivalité entre les enfants
- Apprendre comment aider les enfants à mieux vivre « ensemble » au quotidien
- Apprendre comment intervenir utilement pour réduire l'agressivité quand les enfants se disputent
- Comprendre comment la comparaison alimente la rivalité et comment l'éviter
- Donner aux enfants des outils pour résoudre leurs conflits

**Précision :** Il s'agit d'une démarche progressive, par étapes. Participer à l'ensemble des ateliers est donc nécessaire.

**Intervenantes :** Anne JOLY et Delphine PIERREJEAN, du MAN Nancy

**Inscriptions :** [anne.joly2015@gmail.com](mailto:anne.joly2015@gmail.com) ou 07 50 29 07 42

**Tarifs :** 70 € par personne ou 100 € pour un couple ; gratuit pour les adhérents du MAN depuis plus d'un an. Il faut y ajouter 14 € pour le fascicule de travail, payables à l'inscription.



Samedis 12 et 26 janvier 2019,  
9 février  
et 2, 16 et 30 mars,  
de 9 h 30 à 12 h



MJC Nomade, 8 rue de Norvège à  
VANDOEUVRE-LES-NANCY

# Apprendre à vivre les conflits avec sérénité, avec l'approche ludique et interactive du théâtre forum

Dans votre vie professionnelle et sociale, vous êtes parfois en situation de désaccord et de conflits...

Nous vous proposons d'explorer vos réactions et leurs impacts sur le problème et sur la relation, et de développer votre coopération pour aller vers une approche respectueuse et bienveillante pour soi, pour l'autre.

Le théâtre forum a été inventé par Augusto BOAL au Brésil dans les années 70 dans le cadre de son «théâtre de l'Opprimé». Il permet de :

- Mettre en scène les difficultés de la vie quotidienne (ou les problèmes de société).
- Jouer à plusieurs reprises les scènes préparées pour les transformer.
- Expérimenter des solutions, des pistes aux problèmes posés.
- Partir du vécu et des besoins de chacun.
- S'appuyer sur les ressources propres des individus et sur le processus du groupe.
- Intégrer apport théorique et approche pratique.
- Alternier des modalités de travail variées.

L'objectif est d'essayer de trouver des solutions aux conflits en respectant les besoins de chacun et en maintenant une cohérence entre objectifs et moyens.

**Intervenante :** Catherine DAVID, formatrice à l'IFMAN Lorraine

**Inscriptions :** [man.nancy@nonviolence.fr](mailto:man.nancy@nonviolence.fr)

**Informations :** 03 55 10 25 07



**Tarifs :** 100 € ; 70 € pour les adhérents du MAN depuis plus d'un an ; gratuit pour les moins de 25 ans (hors service civique et sur présentation de la carte d'identité).



MJC des Trois Maisons,  
12 rue de Fontenoy à NANCY



Lundi 17  
et mardi 18 décembre 2018

nouvelle session les jeudi 14 et  
vendredi 15 mars 2019  
de 9 h à 17 h

# Choisir l'action non-violente

Organiser une action spectaculaire, un rassemblement, une action anti pub, une vélorution, une occupation pour mettre en lumière une injustice,... c'est mobiliser des forces citoyennes en se revendiquant de la non-violence.

Mettre en place une action non-violente c'est : clarifier ses objectifs, analyser le contexte dans lequel elle se déroule, la préparer en amont, connaître les personnes qui en sont les principaux organisateurs, établir des relations de confiance et une communication efficiente.

Nous aborderons tous ces éléments de manière conviviale et parfois ludique, sans oublier les indispensables apports théoriques, à partir d'exemples historiques et d'autres vécus par les participants.

**Intervenant :** Denys CROLOTTE, du MAN Nancy

**Inscriptions :** [man.nancy@nonviolence.fr](mailto:man.nancy@nonviolence.fr)

**Informations :** 07 83 38 18 58

**Tarifs :** 10 €, gratuit pour les moins de 25 ans



Samedi 20 janvier 2019  
de 10 h à 17 h



à préciser (dans  
l'agglomération de Nancy)

# Connaître le MAN : son histoire, son présent, ses projets



Vous pensez que la non-violence, sa force, la cohérence de son projet, la diversité de ses champs d'action, résonnent avec vos valeurs et vos aspirations ? Prenez le temps de découvrir le MAN, ce mouvement qui s'engage pour une société juste, durable, solidaire et tolérante.

Cet atelier se veut un moment convivial pour partager ce qui a fait son histoire, éclairer son fonctionnement et approfondir ses propositions.



**Intervenants :** Patricia CARTIGNY et Denys CROLOTTE, du MAN Nancy

**Inscriptions :** [man.nancy@nonviolence.fr](mailto:man.nancy@nonviolence.fr)

**Informations :** 07 83 38 18 58

**Tarif :** gratuit



à préciser (dans  
l'agglomération de Nancy)



Dimanche 3 mars 2019  
de 14 h 30 à 17 h 30

# Apprendre à communiquer avec bienveillance

Vous pourrez vous exercer à :

- Apprendre à écouter, sans interprétation ni jugement
- Identifier et canaliser vos émotions
- Reconnaître et exprimer vos besoins
- Ajuster vos demandes



Expression des attentes individuelles et ajustement du programme

Recensement des situations de communication par des exercices adaptés tête-cœur-corps : Identification des 4 étapes du processus de communication selon les travaux de Marshall Rosenberg.

**Intervenant :** Delphine PIERREJEAN, formatrice à l'IFMAN Lorraine

**Inscriptions :** [man.nancy@nonviolence.fr](mailto:man.nancy@nonviolence.fr)

**Informations :** 07 70 77 82 20

**Tarifs :** 100 € ; 70 € pour les adhérents du MAN depuis plus d'un an ; gratuit pour les moins de 25 ans (hors service civique et sur présentation de la carte d'identité)



Samedi 11 et  
dimanche 12 mai 2019  
de 9 h à 17 h



MJC des Trois Maisons,  
12 rue de Fontenoy à NANCY

# BULLETIN D'INSCRIPTION

À renvoyer obligatoirement au-moins 10 jours avant le stage,  
avec le règlement à MAN Nancy  
22 rue Mozart—54600 VILLERS LES NANCY

NOM.....

Prénom.....

Adresse.....

Téléphone.....

Courriel.....

Je suis adhérent(e) au MAN : oui  non

Je m'inscris	(cocher)	arrhes
Frères et sœurs sans rivalité Samedi 12 et 26 janvier 2019, 9 février et 2, 16 et 30 mars		30 €
Apprendre à vivre les conflits avec sérénité, avec l'approche ludique et interactive du théâtre forum Lundi 17 et mardi 18 décembre 2018		30 €
Apprendre à vivre les conflits avec sérénité, avec l'approche ludique et interactive du théâtre forum Jeudi 14 et vendredi 15 mars 2019		30 €
Choisir l'action non-violente		10 €
Connaître le MAN : son histoire, son présent, ses projets Dimanche 3 mars 2019		gratuit
Apprendre à communiquer avec bienveillance		30 €
Au total, j'envoie un chèque d'arrhes à l'ordre du MAN Nancy d'un montant de ..... Les arrhes sont encaissés dès lors que la formation a eu lieu. Le solde sera à verser au début du stage.		

**Nous vous enverrons une confirmation par courriel environ une semaine avant chaque stage, avec les informations pratiques.**





**L'IFMAN Lorraine : Institut de recherche et de Formation  
du Mouvement pour une Alternative Non-violente**

**03 55 10 25 07**

**[ifman.lorraine@laposte.net](mailto:ifman.lorraine@laposte.net)**

**[www.ifman.fr](http://www.ifman.fr)**

Les Instituts de Recherche et de Formation du Mouvement pour une Alternative Non-violente (IFMAN) proposent des stages et des interventions s'adressant aux professionnels actifs dans les domaines éducatif, social et culturel, dans le cadre de la nouvelle réglementation sur les organismes de formation, ainsi qu'aux parents et militants associatifs.

Ils s'appuient sur 35 ans de réflexion et d'action du MAN pour promouvoir la régulation des conflits interpersonnels, sociaux ou internationaux.

L'IFMAN Lorraine, propose aussi des actions de formation et d'accompagnement d'équipe sur site à la demande d'une structure sur les questions de conflit, d'agressivité, de violence et d'éducation à la non-violence.

L'IFMAN Lorraine intervient également à la demande de toute structure intéressée pour des formations élaborées sur mesure.

N'hésitez pas à nous contacter pour tout renseignement complémentaire.





Le Mouvement pour une Alternative Non-violente a été créé en 1974. Il a soutenu les paysans du Larzac, la lutte pour la modification du statut des objecteurs de conscience, la mobilisation contre le racisme et pour l'égalité des droits, la lutte contre l'implantation des euromissiles et contre le nucléaire militaire au sein de ICAN qui a reçu le prix Nobel de la Paix 2017.

Depuis plus d'une quinzaine d'années, il mène un travail en profondeur dans les domaines de l'éducation et de la formation à la régulation non-violente des conflits.

La non-violence se vit tout autant dans les relations interpersonnelles que dans les relations sociales et internationales.

La non-violence permet la rencontre des autres dans une relation fondée sur un respect mutuel, même dans les situations de conflit.

C'est aussi une stratégie qui permet une efficacité dans l'action collective



Renseignements complémentaires  
et inscriptions :

**MAN Nancy**

22, rue Mozart  
54600 VILLERS-LES-NANCY  
07 69 34 85 86  
man.nancy@nonviolence.fr  
<http://www.nonviolence.fr>

Association agréée  
« Jeunesse et éducation populaire ».

