

### UN OBJECTIF pour tous :

#### *Le bonheur d'être soi au milieu des autres*

Nous séparons trop souvent le développement personnel et la vie en société.

Comme si, pour être bien, il fallait s'isoler en soi et se méfier des autres...

Comme s'il fallait renoncer à être soi pour répondre aux attentes des autres...

Séparer « être soi » et « vivre au milieu des autres » consisterait à marcher à cloche-pied !

#### NOTRE AMBITION : ÊTRE SOI AU MILIEU DES AUTRES

il s'agit de marcher sur deux jambes :

l'affirmation de soi ET l'empathie.

Le vrai bonheur est à ce prix !

#### *S'accorder à soi* ← → *S'accorder à l'autre*

Mes ressources et capacités

Confiance en soi

Dépassement des obstacles

Se protéger

Etc.

Construire des relations sincères

Oser dire, savoir écouter

Traiter les conflits

Promouvoir la solidarité

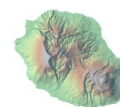
Etc.

### Pas de la théorie ! Mais **S'EXERCER** pour savoir comment faire et réussir :

- **Des ateliers** : « comment faire pour... » et « au cœur de soi »  
<https://competences-relationnelles.com/les-ateliers-competences-relationnelles/>
- **Des conférences** interactives  
<https://competences-relationnelles.com/conferences-grand-public/>
- **Des formations** individuelles et professionnelles  
<https://competences-relationnelles.com/ocean-indien/formations-ocean-indien/>
- **Des accompagnements** personnels et d'équipes professionnelles  
<https://competences-relationnelles.com/ocean-indien/accompagnement-ocean-indien/>

« Nous ne pouvons inculquer directement à autrui un savoir ou une conduite ; nous pouvons tout au plus faciliter son apprentissage » (Carl Rogers)

Site Internet sécurisé <https://competences-relationnelles.com>



#### Dans l'Océan Indien à partir de Réunion



Nom d'enseigne : **Compétences relationnelles Océan Indien**

SIRET : 488 147 786 00039 - Code APE : 8559A - Formation professionnelle : n° 98 97 04280 97

#### Marc THOMAS, Dirigeant de Compétences relationnelles Océan Indien

Résidence Le Grand Bleu – B6

3 chemin de la Ferme Avicole - 97419 LA POSSESSION

Tél : 02 62 47 07 04 - Mob. 06 93 41 96 62 - [reunion@competences-relationnelles.com](mailto:reunion@competences-relationnelles.com)



#### Dans la Caraïbe à partir de la Martinique



Nom d'enseigne : **Compétences relationnelles Caraïbe**

SIRET 488 147 786 00039 – Code APE : 8559A – Formation professionnelle en cours

#### Laetitia ARIBO, Dirigeante de Compétences relationnelles Caraïbe

Tél : 05 96 60 36 30 – Mob : 06 96 55 31 59 - [caraiibe@competences-relationnelles.com](mailto:caraiibe@competences-relationnelles.com)



#### En France hexagonale à partir de la Lorraine



Nom d'enseigne : **Compétences relationnelles**

SIRET : 80397794100019 - Code APE : 7021Z - Formation professionnelle : n° 44 54 03584 54

#### Delphine PIERREJEAN, Dirigeante de Compétences relationnelles

66 avenue du 69<sup>ème</sup> RI – 54270 ESSEY LES NANCY

Tél portable Delphine PIERREJEAN : 07 70 77 82 20

[dpierrejean@competences-relationnelles.com](mailto:dpierrejean@competences-relationnelles.com)

