

ESPERANCES et BIENVEILLANCE

2800 Rte d'Apt – Quartier les Hermitants -
84 580 Oppède (Luberon)

www.esperancesetbienveillance.com



Organise tout au long de l'année

des stages ou des cycles de formation en Communication relationnelle à la Méthode ESPERE®

(Energie Spécifique Pour une Ecologie Relationnelle Essentielle).

Ils sont animés par **Isabelle Thurel**, formatrice et consultante en relations humaines, praticienne en communication relationnelle ESPERE et formée avec Jacques Salomé. Elle est agréée par l'Institut ESPERE international (www.institut-espere.com) depuis 2002.

Ils s'adressent à toute personne qui souhaite apprendre à mieux communiquer avec elle-même et avec autrui, dans la bienveillance, oser changer de regard, apprendre à se positionner, à se responsabiliser au quotidien de leur vie, pour des relations plus vivantes, plus sereines et plus épanouissantes.

Programme 2026

11 avril, 2 mai (après-midi) et 6 juin (après-midi) 2026 en visio - Stage de 3 x 1 j en we

Découvrir la Méthode ESPERE®, pour mieux communiquer et épanouir ses relations

21 avril 2026 en visio - "les Mardis de la communication"

Apprendre à communiquer avec bienveillance pour des relations plus épanouies

8 et 9 mai 2026 à Toulouse – Stage de 2 j

Nourrir sa vie et ses relations, en approfondissant la Méthode ESPERE®

12 mai 2026 en visio - "les Mardis de la communication"

Apprendre à communiquer avec bienveillance pour des relations plus épanouies

2 juin 2026 en visio - "les Mardis de la communication"

Apprendre à communiquer avec bienveillance pour des relations plus épanouies

23 juin 2026 en visio - "les Mardis de la communication"

Apprendre à communiquer avec bienveillance pour des relations plus épanouies

16, 17 et 18 juillet 2026 à Lumières (84) - Stage d'été de 3 j

A l'écoute de notre histoire, pour que notre passé soit un levain à notre présent

17, 18 et 19 août 2026 à Lumières (84) - Stage d'été de 3 j

Clarifier ses relations essentielles, par une communication responsable et positive

19 et 20 septembre 2026 en visio - Cycle de formation 4 x 2 j en we

Développer une pleine conscience relationnelle, par une communication vivante et bienveillante

17 et 18 octobre 2026 à Toulouse - Cycle de formation 4 x 2 j we

Se former en Méthode ESPERE® et devenir un interlocuteur(trice) relationnel(le) bienveillant(e)

23 et 24 octobre 2026 à Lumières (84) - Stage d'automne de 2 j

Communiquer en conscience positivement, pour épanouir ses relations

Deux nouveaux cycles de formation débiteront :

***Un cycles de 4 x 2 j/ en we :**

- 17 et 18 octobre 2026 à **Toulouse**

Thème : « *Se former en Méthode ESPERE® et devenir un interlocuteur(trice) relationnel(le) bienveillant(e)* ».

***Un cycles de 4 x 2 jours en we :**

- 19 et 20 septembre 2026 **en visio**

Thème : « *Développer une pleine conscience relationnelle, par une communication vivante et bienveillante* ».

Les cycles de formation sont destinés à toute personne qui souhaite apprendre à mieux communiquer, se former ou approfondir la méthode, dans leurs relations personnelles et professionnelles, ainsi qu'à celles qui pratiquent la relation d'aide et d'accompagnement.

Si vous souhaitez recevoir le contenu détaillé des formations, nous vous remercions de nous envoyer un mail à l'adresse ci-dessous.

Isabelle Thurel répondra également à vos demandes de renseignements ou d'organisation de stages ou d'organisation de sessions de formation .

L'objectif des sessions étant de développer des communications plus vivantes, pour des relations stimulantes et bienveillantes, permettant à chacun d'utiliser au mieux ses ressources dans le monde du travail.

Nouveau : Possibilité d'organiser également une conférence ou un atelier en ligne si vous le souhaitez avec un thème défini.

Nouveau : Les rendez-vous individuels, en couple sont possibles **en ligne**.

Pour toute information, consultez le site www.esperancesetbienveillance.com ou pour toute inscription ou demande de rendez-vous, nous vous remercions de contacter l'Association au mail suivant esperancesetbienveillance2@orange.fr - Tél n° 06 08 45 10 19.

**SI VOUS SOUHAITEZ DIFFUSER LE PROGRAMME, C'EST POSSIBLE.
D'AVANCE UN GRAND MERCI.**
