

“Hacia una transformación personal y colectiva desde la NoViolencia”

Caminos desde la Comunicación NoViolenta para el cambio social



**Nota: utilizamos el femenino genérico para referirnos a “personas”*

¿Cuál es el propósito de la formación?

Queremos explorar cómo la mirada de la CNV y de las prácticas restaurativas nos pueden ayudar a avanzar hacia una transformación personal y social-colectiva.

Queremos compartir perspectivas y herramientas para comenzar a liberar los condicionamientos que nos afectan en el día a día a nosotras mismas, a nuestras relaciones y al entorno que nos rodea.

Queremos hablar de estructuras sociales que nos atraviesan, como son el racismo, el clasismo o el machismo entre otros, y transitar caminos, diferentes a los de la culpa o la vergüenza, que nos lleven a la posibilidad de su transformación.

¿Dónde y cómo tendrá lugar la formación?

Este es un formato mixto preencial-online. Los encuentros presenciales se realizarán cada dos meses. Para mantener la conexión entre nosotras y seguir dándonos apoyo en nuestro camino, realizaremos sesiones online de 3h entre retiro y retiro.

Formación presencial

Ofrecemos tres encuentros de fin de semana en Can Verdura, donde nos reuniremos desde el sábado por la mañana hasta el domingo después de comer.

Fechas y temas:

1º Encuentro: 21 y 22 de enero 2023

- **Mi mundo interno:** queremos poner conciencia en cómo percibimos nuestro ser en el mundo, mientras comenzamos a entrar en contacto con los diferentes sistemas sociales en los que estamos inmersas y que influyen en nuestra identidad y creencias. Trabajaremos desde el concepto de necesidades humanas, atendiendo a nuestras partes internas e integrando la práctica del autocuidado.

2º Encuentro: 18 y 19 de marzo 2023

- **Yo, mis relaciones y el mundo:** en este segundo módulo seguiremos investigando juntas los sistemas que nos atraviesan. Pondremos atención en entender qué es el rango y los privilegios, cómo afectan a nuestras relaciones y comunidades y qué posibles vías podemos crear para ir hacia un mundo donde las necesidades de todas las personas importen. Practicaremos la escucha empática, y pondremos foco en las prácticas de expresión y duelo colectivo.

3º Encuentro: 20 y 21 de Mayo 2023

- **Diálogo en comunidad:** en este último módulo veremos cómo los círculos de diálogo y otras prácticas restaurativas pueden ayudar a nuestros grupos y comunidades a crear puentes a través de las diferencias para poder avanzar hacia su propósito. Practicaremos, para quien quiera, cómo facilitar este tipo de espacios.

Formación online:

18 Febrero 2023 - de 10h a 13h

22 Abril 2023 - de 10h a 13h

El espacio

Can Verdura es una antigua masía que se encuentra en Maçanet de la Selva (Barcelona). El espacio estaba abandonado y ha sido recuperado. Ahora hay un colectivo artístico que vive en el lugar y llevan a cabo diferentes proyectos. También se dedican a acoger grupos para realizar diferentes formaciones como la nuestra. Las instalaciones son básicas y sencillas. La verdura con la que cocinan es ecológica de huertos propios. El menú es vegetariano.

Se encuentra a diez min de la estación de Maçanet- Massanes (Rodalies L2N). Se puede llegar en coche o en tren. La idea es organizarnos para hacer el menor número de viajes posibles, ya sea desde Barcelona a Can Verdura o desde la estación a la casa.





¿Para quién?

Para personas que estén interesadas en explorar colectivamente ideas, herramientas para el cambio personal y social desde la no violencia. Todos los “niveles” de CNV son bienvenidos (también las personas que se estén acercando a la CNV por primera vez), ya que creemos que todas las personas podemos sumar desde nuestra experiencia y crear conocimiento juntas.

¿Desde dónde trabajamos?

Trabajamos desde la CNV ya que ambas somos formadoras certificadas por el CNVC (Internacional Center for Nonviolent Communication), y desde la mirada restaurativa (Jan Smith, Dominique Barter, Belinda Hopkins, Hector del Valle). Incorporamos otros enfoques también como la facilitación de grupos (el Camino del Elder), la ecología profunda (Johana Macy), el ecofeminismo.

La formación es sobre todo vivencial y basada en ejercicios prácticos, juegos de roles... con algunos apuntes teóricos para enmarcar y profundizar.

Formación validada por el CNVC para personas que estén interesadas en certificarse.

¿Quiénes somos?



Anahí Sarasola

Formadora certificada de Comunicación NoViolenta, mediadora y terapeuta. Actualmente estoy formándome en facilitación de grupos. Hace cinco años que comencé mi proyecto personal como formadora de CNV, y en este tiempo he acompañado escuelas, organizaciones, empresas y a personas que han querido acercarse a este modelo de relación humana.

Disfruto mucho compartiendo estas herramientas que encuentro tan valiosas, ya sea para la vida personal como para los espacios y encuentros en comunidad. Me encanta aprender, ya sea en espacios formativos o en encuentros.

Patricia García Lepetit



Trabajo como mediadora comunitaria, actualmente participando en un proyecto para crear una red de centros restaurativos en Hospitalet de Llobregat (Barcelona), formando y acompañando a centros educativos a integrar la mirada restaurativa. Llevo unos 8 años explorando la CNV que, junto con las prácticas restaurativas, me han marcado mucho en mi camino personal. He impartido formaciones en gestión de conflictos y autocuidado para varias organizaciones de Catalunya y Europa. Antes trabajaba coordinando proyectos de equidad de género y construcción de la paz en oriente medio y otros países, por lo que me interesa mucho la integración de justicia social y crecimiento personal. [Patricia García Lepetit \(cnvcatalunya.com\)](http://cnvcatalunya.com)

Precio del curso y pagos

Facilitación: 465 € (facilitación presencial y online)

Alojamiento y comida:180 euros (60 euros cada fin de semana)

Precio total del curso: 645€ (incluye la formación de los tres encuentros, los encuentros online y el alojamiento y comida en Can Verdura)

No está incluido el desplazamiento.

La formación está compuesta por tres encuentros de fin de semana residenciales y dos encuentros online entre los encuentros. Pedimos asistir a todos los espacios formativos, ya que cada sesión se va construyendo sobre la anterior.

Son un total de 42 horas de formación.

Modalidad de pago:

150 euros para la inscripción

165 euros a pagar cada fin de semana.

Inscripción antes del 1 de enero 2023 por mail a glepetit33@gmail.com

Para preguntas/dudas teléfono 632918312 (Anahi).

Devolución de la inscripción: Si necesitas cancelar tu inscripción, devolvemos el 100% del dinero hasta un mes antes de la formación, 50% hasta 1 semana antes y después ya no haremos devolución.

Pedimos un compromiso a la hora de participar en los tres encuentros del curso. Si por alguna circunstancia especial no puedes acudir a alguno de los encuentros, pedimos una contribución a nuestro trabajo. Nuestra preferencia es que pagues el taller completo, y a la vez estamos abiertas a que aportes lo que puedas y consideres según tus circunstancias.

Este precio contribuye a nuestra sostenibilidad para que podamos seguir ofreciendo nuestro trabajo en adelante. A la vez, si te supone un freno importante y de verdad estás interesada/o en hacer el curso, no dudes en ponerte en contacto con nosotras, confiamos en que podamos llegar a un acuerdo que funcione para todas.