



Ensemble, devenons des Artisans de la non-violence

Le conflit n'est pas un accident mais un ingrédient de la vie.

Les conférences et les formations sur la non-violence, organisées par notre association, apportent des outils pour apprendre à traverser le conflit et à le rendre fécond.

« La violence est l'expression tragique de nos besoins insatisfaits. Nous sommes violents quand nous sommes coupés de nous-mêmes, divisés, éparpillés, submergés »
(M. Rosenberg)



« La non-violence c'est savoir dire "non", mettre des limites, de la structure, et savoir exprimer sa colère pour faire entendre ses besoins sans violence, pour prendre sa place sans s'écraser »

« Faire le choix de la non-violence, c'est comprendre que la violence ne résout rien »

Changeons les choses en posant des actions afin de se développer en tant qu'humains responsables, pacifiés et solidaires dans nos relations au quotidien.

Qui sommes-nous ?

L'association Amis pour la Non-Violence est l'antenne Suisse agréée par AFC-Umani, petite ONG européenne présidée depuis 2002 par M. Jean-François Bernardini, leader du groupe corse I Muvrini, qui a mis en place de nombreux programmes, dont celui créé en 2001, intitulé *Devenons artisans de la non-violence*.

Quelle est notre mission ?

Notre association vise à promouvoir le mieux-vivre ensemble à l'aide de l'approche de la non-violence et de la communication non-violente, auprès des jeunes et des adultes en Suisse romande.

Nous souhaitons contribuer à l'émergence d'une société où la connexion à Soi et à l'Autre, la bienveillance et l'empathie, constituent le fondement de toute relation humaine, afin de prévenir et d'agir sur les conflits (voisinages, conflits professionnels, familiaux, scolaires, etc.).

Qu'est-ce que l'approche de la non-violence ?

« Il y a beaucoup plus d'intelligence dans deux cœurs qui essaient de se comprendre que dans deux intelligences qui essaient d'avoir raison »
(Thomas d'Ansembourg)

L'approche non-violente est caractérisée par un positionnement, une posture, qui tiennent compte des ressentis et des besoins des différents protagonistes.

C'est une manière de s'exprimer, sans violence, qui permet le maintien du dialogue et où chacun-e sort gagnant-e d'une situation conflictuelle.



Que proposons-nous, et à qui ?

▪ **Des conférences dans les établissements scolaires**, animées par M. Jean-François Bernardini, afin de sensibiliser les jeunes à la non-violence et prévenir ainsi le harcèlement scolaire auprès des élèves du secondaire 1 et 2.



▪ **Des ateliers de sensibilisation et de formation au sein des établissements scolaires pour :**

- Développer les compétences émotionnelles, la bienveillance et l'empathie des enfants dès leur plus jeune âge (entrée à la maternelle).



- Permettre aux directions d'écoles, au corps enseignant et au personnel administratif et technique de découvrir les outils de la non-violence, utiles pour leur pratique quotidienne.

▪ **Des formations de découverte et d'approfondissement Tout Public** sur les outils de la non-violence et du dialogue afin de trouver des aides et des solutions constructives dans des situations conflictuelles.



Pour nous contacter, échanger ou nous soutenir :

Association « Amis pour la Non-Violence »

Courriel : afc-umani_suisse@outlook.com

Tél. +41 (0)26 673 20 29

<http://amis-pour-la-non-violence.ch/>