



Communication relationnelle - Liste des activités des Sections et du Secrétariat central

➤ **Cours rouges « Communication relationnelle »** : communication avec son entourage familial (famille, enfants, conjoints), avec ses collègues de travail et aussi avec soi-même (mieux se comprendre, se connaître pour mieux appréhender ses émotions et réactions avec les autres.

NUMERO	CATEGORIE	TITRE	DATEDEBUT	LIEU	Organisé par	Points passeport (à titre indicatif)
61168	SOCDEV	La communication animale: redécouvrir cette faculté	19.09.2020	Sonvilier	Erguël	15
30409	SOCDEV	J'écris donc je suis (atelier d'écriture)	19.09.2020	La Neuveville	La Neuveville	10
41524	SOCDEV	Je m'aime donc je suis	20.09.2020	Moutier	Moutier	5
41525	SOCDEV	Même plus peur	21.09.2020	Moutier	Moutier	5
41526	SOCDEV	Conflits, comment bien agir ?	24.09.2020	Moutier	Moutier	10
50985	FAMIL	Massages pour nourrissons	26.09.2020	Lajoux	Franches-Montagnes	10
41464	FAMIL	Construire l'estime de soi chez l'enfant	30.09.2020	Moutier	Moutier	5
13851	VOYAGE	Week-end au féminin, retour à soi	09.10.2020	Jura	Secrétariat central	20
61181	NATURE	Harmonie avec le cheval / adultes	10.10.2020	St-Imier	Erguël	15
41465	FAMIL	Construire son équilibre familial	26.10.2020	Moutier	Moutier	10
22843	SOCDEV	Atelier: pensée positive, comment y parvenir?	26.10.2020	Porrentruy	Porrentruy	5
22850	FAMIL	Soutenir son enfant: techniques & astuces d'apprentissage scolaire	26.10.2020	Porrentruy	Porrentruy	10
74207	SOCDEV	Les Ateliers du changement	27.10.2020	Delémont	Delémont	15
61182	NATURE	Le cheval, ton nouvel ami (enfants-parents)	31.10.2020	Mont-Soleil	Erguël	5
73804	SOCDEV	Restons zen	03.11.2020	Delémont	Delémont	10
22865	SOCDEV	Atelier découverte de soi: Une crise, comment l'aborder et la dépasser	03.11.2020	Porrentruy	Porrentruy	10
74046	CREATV	La peinture individuelle et sociale	04.11.2020	Boécourt	Delémont	10



74102	SOCDEV	Lâcher la perfection pour accueillir l'imperfection et en faire un atout	18.01.2021	Movelier	Delémont	10
74214	SOCDEV	Améliorer sa confiance en soi avec la création et les contes	18.01.2021	Delémont	Delémont	10
22866	SOCDEV	Atelier découverte de soi: Apprendre à devenir " activement calme ", apaisé.	18.01.2021	Porrentruy	Porrentruy	10
22842	FAMIL	Poser des limites à son enfant avec bienveillance	19.01.2021	Porrentruy	Porrentruy	5
74047	SANTE	Réflexologie familiale	20.01.2021	Boécourt	Delémont	10
74205	FAMIL	Parler pour que les enfants écoutent	20.01.2021	Delémont	Delémont	15
22885	CONFER	La communication au coeur de l'éducation des enfants	25.01.2021	Porrentruy	Porrentruy	5
22999	SOCDEV	5 langages de l'amour et la communication dans le couple	28.01.2021	Bonfol	Porrentruy	5
74216	SOCDEV	Les ateliers du changement (2ème partie)	08.02.2021	Delémont	Delémont	15
74215	SOCDEV	Améliorer sa confiance en soi avec la création et les contes	01.03.2021	Delémont	Delémont	10
22844	SOCDEV	Atelier: Confiance en soi et estime de soi	01.03.2021	Porrentruy	Porrentruy	5
22913	FAMIL	Yoga adulte - enfant 2-4ans	03.03.2021	Porrentruy	Porrentruy	5
22926	ACTPRA	Atelier d'écriture, des mots pour se dire!	10.03.2021	Porrentruy	Porrentruy	10
22914	FAMIL	Yoga adulte - enfant 2-4ans	28.04.2021	Porrentruy	Porrentruy	10
22916	FAMIL	Initiation à la musique verte	19.05.2021	Fontenais	Porrentruy	5

... et davantage de cours sous : <https://www.upjurassienne.ch/recherche-de-cours/>