



MIEUX ME CONNAITRE POUR MIEUX ME VIVRE

Avancer dans l'exploration de l'être et des moyens à prendre pour une vie plus harmonieuse

Parcours de 6 rencontres de janvier à juin

Objectifs du parcours :

- *Poursuivre le travail de découverte de soi et de la vie de son être.*
- *Apprendre à vivre en accord avec son être.*
- *Entrer dans la méthode de travail de PRH : se faire attentif(ve) à ses sensations, apprendre à se dire et à partager à partir de ce que l'on ressent.*

Première rencontre : samedi 13 janvier 2018

Horaires : de 14h à 17h

Lieu : 23 rue des Martyrs, Paris 9^e, métro ND de Lorette (l. 12)

Animé par : Marie-Pierre Ledru, formatrice PRH.

Tel : 06 20 87 34 39. Mail : marie-pierre.ledru@prh-france.fr

Dates suivantes envisagées :

Les samedis 10/02, 10/03, 07/04, 19/05 et 23/06.

Inscriptions par mail ou tél auprès de Marie-Pierre avant le 6 janvier 2018

Thèmes abordés

L'image de moi

Mes potentialités

Apprendre à poser des pas d'existence

Ma relation aux autres

Mes agirs et mes engagements

Ma manière de vivre les difficultés

*Ce parcours s'adresse à toute personne ayant fait au moins une session PRH
L'inscription se fait pour le parcours complet.*