la lettre prh

la lettre de prh - Juin 2010 - n°37

Édito

Assumer notre complexité

La crise est là et nous confronte à l'inquiétude. La fragilité du monde nous percute et nous renvoie à notre propre fragilité.
La tentation est grande d'évincer cette pénible sensation : ne regarder que du côté de la solidité pour avoir l'illusion que la fragilité n'existe pas… travailler sur soi dans le but secret d'acquérir une image sans faille… s'escrimer à progresser tout en remettant sans cesse à plus tard le regard sur ce qui reste en nous d'inaccompli… Ce ne sont que des manières d'ignorer cette profonde vérité sur nous-mêmes : nous vivons avec des forces et des fragilités, tout au long de notre vie.
Il nous a paru important de nous arrêter sur ce thème dans cette Lettre. C'est une occasion de bien comprendre l'enjeu du travail sur soi.
Devenir tels que nous avons à devenir, dans le meilleur de ce qui nous constitue tout en accueillant nos limites et fragilités, est un véritable travail. Il s'agit de regarder en face ces fragilités, de les intégrer à l'image de nous-mêmes et d'en parler simplement. Continuer de chercher à vivre ce qui a du sens pour nous sans nous laisser arrêter par elles. Nous tourner vers les autres en dépassant les appréhensions, et faire "alliance" avec eux pour faire aboutir ensemble ce qui nous tient à cœur. Ecouter cette part très intime en nous qui nous transcende et nous permet d'aller au-delà de ce que nous avions cru possible…
Voici le véritable enjeu du travail sur soi : devenir pleinement humains en tenant compte du fait que nous sommes sensibles. Cela nécessite d'ôter certaines protections et d'accepter de se sentir vulnérables, susceptibles d'être atteints par autrui et par les événements. Alors seulement nous devenons aptes à assumer notre complexité, et ce regard nouveau nous rend réellement plus humains… et plus solides.
"Prendre conscience de sa fragilité, une porte ouverte sur la vie" nous dit Samuel Rouvillois. Ce numéro vous invite à partager cette expérience !

Agnès Rebelle
Présidente de PRH France

DOSSIER

Venir à bout de nos fragilités ?

RENCONTRE AVEC

Bernard Ugeux

« Admettre le droit d'être fragile »

Anthropologue et théologien, le Père Bernard Ugeux se consacre depuis de nombreuses années à l'analyse des fragilités et à l'accompagnement spirituel des personnes, notamment en Afrique. Dans son livre « La fragilité : richesse ou faiblesse ? », il explique comment, dans une société marquée par l'idée de performance et de réussite, la fragilité reste une composante essentielle de la nature humaine, et comment un accompagnement efficace peut aider à y faire face.

D'où viennent nos fragilités ?
L'expérience de la fragilité est constitutive de l'expérience humaine. Nous commençons fragiles, comme bébé, comme petit enfant, nous sommes d'abord pris en charge avant d'apprendre l'autonomie. Il y a aussi tout ce qui est de l'ordre de l'héritage, génétique, éducatif, familial… et toutes les blessures de la vie. Cette expérience première, l'adolescent tente de la rejeter, puis l'adulte, pour s'intégrer à la société, essaie d'être très solide.

Cela veut-il dire que la solidité apparente est une nécessité dans le monde d'aujourd'hui ?
Certainement, les sociétés occidentales exigent des héros, des gens qui aient "zéro défaut", on nous parle continuellement d'excellence, c'est la loi du plus fort, d'un point de vue économique, intellectuel… Quand on est fragile, on est éventuellement un peu dorloté mais on aura rarement droit à un poste de responsabilité, malgré toutes les batailles qui sont menées.

La sanction est, toujours, une forme de mise à l'écart ?
Oui, quand on est fragilisé, très vite on risque de perdre sa place dans la société. La dépression peut être un moment important de construction de soi-même, mais ensuite on conserve parfois cette étiquette "dépressif", toute sa vie. La difficulté est donc d'admettre qu'on a le droit, à certains moments, de vivre un passage de fragilisation.

Comment traverser ces moments ?
Il faut d'abord reconnaître sa fragilité. Ce n'est pas facile pour une personne de reconnaître « *actuellement je suis fragile, dépressif, moins efficace…* ». Ensuite, ne pas s'en culpabiliser, ne pas essayer d'en sortir tout seul mais se donner le droit de

se faire aider, au plan spirituel, humain, psychologique, pour se reconstruire ou se raffermir. Cela demande du courage. Quand on est fragilisé, surtout sur le plan psychique, c'est un gros effort de se dire « *il faut que j'y aille* » ! La peur que l'on a toujours, c'est d'être rejeté. La grande difficulté, c'est le regard des autres. Affronter le regard des autres, c'est prendre le risque de perdre l'image que l'on donnait de soi. C'est en ce sens qu'une crise de l'identité personnelle est aussi une crise de l'image.

■ La méthode incontournable, c'est le travail sur soi ?

Oui, car une personne ne peut être aidée, et s'aider elle-même, que si elle fait le point sur l'histoire de sa propre vie, les épisodes qui ont pu faire apparaître des fragilités… Il y a un travail de relecture, d'anamnèse comme disent les psychologues ou les chrétiens. Reparcourir mon histoire pour arriver à repérer ma fragilité, à la replacer dans mon parcours, cela me permettra ensuite de voir dans quel sens me reconstruire, tout en sachant qu'il restera toujours des zones d'ombre…

■ Cela nécessite un accompagnateur compétent ?

Le bon accompagnateur est celui qui sait entrer dans une relation de « miroir » sans jugement, afin d'écouter la personne et de lui renvoyer un certain nombre d'éléments. L'important est d'avoir un regard distancié sur son histoire, pouvoir exprimer, en confiance sous le regard bienveillant de quelqu'un, les blessures, les échecs, les hontes, etc. qu'on a traversés, afin de s'en libérer ou de les intégrer.

■ Pourquoi parlez-vous de "traverser" nos fragilités, et non pas "surmonter" ?

Parce qu'en disant « surmonter » ou "vaincre", on sous-entend qu'une page est définitivement tournée, qu'après l'épreuve on est revenu à la case départ, on a fermé la parenthèse. Quand on parle de "traverser", on pense d'abord à la durée, et c'est très important. La traversée renvoie aux grandes étendues comme le désert ou la mer : une fois de l'autre côté, on conserve des traces, des cicatrices. On en ressort peut-être plus fort, plus sage, vivant malgré tout, mais autre. Cette traversée débouche souvent sur une nouvelle fécondité : la capacité de mieux comprendre et accueillir les fragilités des autres.

Propos recueillis par
Christophe de Bourmont

Le chemin de l'acceptation

Venir à bout de nos fragilités ne peut véritablement s'opérer qu'en les traversant et en cherchant en soi-même comment se fraye ce chemin de l'acceptation constructive, qui ne peut que nous bonifier.

« Nos fragilités », voilà un thème qui ne court pas les lignes des revues et des magazines, et n'est pas abordé dans l'enseignement, ni dans les formations préparant à un métier, bien au contraire ! Si bien que nous pouvons vivre des années sans nous poser de questions sur ce « fantôme »… jusqu'au jour où, brutalement, nous sommes secoués par une épreuve (licenciement, rupture, accident, maladie, décès d'un proche…). Atteints dans toute notre personne, nous vivons une dislocation, un séisme intérieur : notre état des lieux psychologique est méconnaissable. Pris au dépourvu, vulnérable, nous ne savons plus « être ».

Une première réaction peut être : la fuite. Éviter de se confronter à cette réalité dérangeante qui nous tombe dessus, tourner le dos à l'épreuve. Ou fuir dans l'activisme pour oublier ses défaillances, l'action permettant parfois de retrouver un peu d'estime de soi. Cela reste pourtant une fuite, loin du chemin qui permet d'appréhender véritablement ce qui nous arrive.

> ***Accepter notre fragilité contribue à accroître notre potentiel d'humanité***

Autre réaction fréquente : le combat. Refuser l'idée que notre corps, par exemple, ait perdu ses forces, et essayer de lui faire violence pour que les choses redeviennent comme avant, pour lutter contre cette image de nous qui ne nous convient pas. Ce combat, si légitime soit-il, risque d'entraîner le non respect de soi et de l'entourage : celui qui ne se supporte plus devient « insupportable ».

Une troisième attitude menace alors : la résignation passive. Car lutter contre l'impossible finit par fatiguer, et faire baisser les bras… cessant du même coup toute recherche sur soi-même pour essayer de vivre au mieux cette situation. Nous sommes tentés de démissionner et de subir la suite des évènements… au risque de perdre le goût de la vie. Avons-nous pour autant accepté ce qui nous arrive ? Pas du tout. Nous sommes simplement résignés : c'est la passivité qui s'installe.

Heureusement, une nouvelle étape peut s'enclencher : l'apprivoisement progressif à soi-même, à sa propre fragilité. Aidés par un environnement relationnel patient et compréhensif, nous pouvons ouvrir notre regard à cette composante au lieu de l'ignorer ou de vouloir la combatte. C'est une avancée non linéaire sur une ligne de crête ténue, où les moments d'acceptation croisent encore des moments de rejet. Mais peu à peu, on expérimente qu'il est meilleur pour nous d'être du « bon côté » de cette crête. Commence alors l'apprivoisement à notre « nouvelle personne » qui a été fragilisée et le demeure. Et nous découvrons que ce lent processus d'acceptation de la réalité nous fait tenir debout.

Vient alors l'acceptation constructive. C'est la relation à soi qui est changée : emmenés plus loin en nous, nous expérimentons une confiance nouvelle en la vie. Quelque chose semble réellement donné pour continuer la route : c'est de l'inattendu. Comme si le processus d'acceptation avait libéré, au plus profond de nous, des énergies de vie désormais disponibles. Il devient possible de nous accueillir avec ces traces de fragilisation parfois irrémédiables. Et les impératifs de la vie se chargent de nous pousser plus loin : prendre davantage soin de soi, vivre autrement les relations familiales, se rapprocher de telle personne, s'engager dans tel secteur, grâce à notre nouvelle sensibilité.

Finalement, ce chemin d'acceptation de notre fragilité contribue à accroître notre potentiel d'humanité et participe à notre fécondité relationnelle. Il rend possible une juste proximité aux autres, sans craindre leur propre fragilité.

Ces quelques lignes de Jean Vannier l'illustrent bien :

« Entrer dans une relation avec une personne fragile implique la découverte de cette grande égalité de notre condition d'hommes mortels, c'est accepter aussi que nous puissions, par les liens que nous créons, nous donner vie les uns aux autres. Nous pouvons nous engendrer mutuellement. A ce moment là, seulement, nous découvrons que de la fragilité jaillit la lumière. » ■

Geneviève Descampiaux
Formatrice PRH

Témoignages

« TOUT INVENTER »

Bernadette Wecxsteen, 72 ans, 7 enfants, 20 petits enfants, était kinésithérapeute. Depuis près de 10 ans, elle est atteinte de la maladie de Parkinson.

« La prise de conscience a été brutale, en 2002, au petit matin d'une nuit blanche : oui, c'est bien ça, je commence une maladie de Parkinson et ce sera ainsi jusqu'au bout de mes jours… jusqu'au bout de mes jours ! J'ai vécu un moment de panique.

J'ai en mémoire la figure d'une grand-mère et d'une mère adorées parce que battantes, drôles et volontaires. Toutes les deux, chacune à sa façon, nous ont réjoui le cœur et fait grandir. Et moi, je ne pourrais donc pas être ce type d'aïeule ?

Mais, pourquoi pas, sacrebleu ! Pourquoi ne pourrais-je être une grand-mère parkinsonienne battante, drôle et volontaire ? J'ai aussi, là, le choix entre la vie et la mort ! Alors je décide de choisir la vie.

Trois petits clics sur l'ordinateur m'apportent des renseignements complémentaires : maladie neuro-dégénérative, non héréditaire (ouf pour mes enfants et petits enfants !), on ne meurt pas du Parkinson, et même on peut vivre très longtemps avec cet intrus dans les pattes !

Alors allons-y gaiement ! J'apprends aussi qu'il y a au moins soixante-dix formes de parkinson, que chacun fait le sien. A moi donc d'en faire quelque chose de supportable pour moi et pour les autres. Tout est à inventer !

Avec du recul, je mesure le chemin parcouru : oui, cette fragilité, cette vulnérabilité m'ont fait grandir en humanité. J'explore une contrée nouvelle… je découvre qu'apprivoiser la dépendance, la désappropriation, la confiance faite à l'autre et à la vie, peut être source de joie.

Inventer des nouveaux modes d'être-ensemble, oser se montrer faible, laisser surgir la tendresse partagée, se réjouir dans la contemplation de la beauté des êtres et de la vie… voilà un programme qui vaut la peine d'investir.

La vie est belle, prenons le temps de la vivre ! »

Bernadette Wecxsteen

« OSER SE VOIR TEL QUE L'ON EST »

Charles Mérigot, 59 ans, créateur des Editions de la Ramonda, a été administrateur de l'association Solidarités Nouvelles face au Chômage pendant plusieurs années.

« J'avais "tout pour réussir" : ayant gravi les échelons rapidement, j'étais devenu responsable d'un service informatique de 8 personnes. Inconscient de mes fragilités, je me suis laissé gagner par la pression ; toujours plus d'heures, l'obsession de la performance… Loin de m'opposer à ce système, j'ai cherché le soutien dans les médicaments, puis dans l'alcool, jusqu'à perdre mon emploi.

Célibataire à l'époque, et très affecté par la perte récente d'un être cher qui représentait mon unique point de référence dans la vie, je me suis trouvé seul et n'ai pas réagi assez vite, j'avais un peu trop confiance en moi. Ça a été une longue descente aux enfers : diminution progressive des allocations de chômage, surendettement, téléphone coupé… puis les foyers d'hébergement, et enfin la rue.

A ce stade, j'ai pris conscience de ma nature mortelle, et j'ai compris que j'avais omis de me poser les questions essentielles, les remettant à plus tard : quand j'aurai une maison, une femme, de l'argent… Je m'étais laissé gagner par les schémas sociaux, mais au fond tout ça ne me plaisait pas.

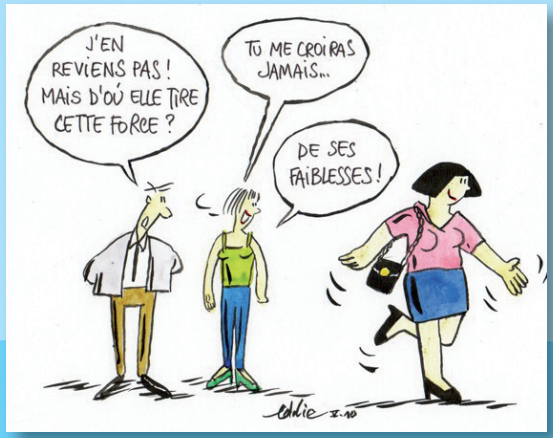
La rencontre avec l'association SNC, Solidarités face au chômage, a été déterminante. Grâce au travail réalisé avec les deux accompagnateurs, j'ai accepté de faire confiance à nouveau, de croire que c'était possible, que mes efforts avaient un sens. Grâce également à l'amour d'une femme qui, elle aussi, m'a fait confiance.*

J'ai raconté mon parcours dans un livre, et créé une société d'édition afin de prolonger ce témoignage.

Je sais aujourd'hui que rien n'arrive comme on le croit, mais que tout est possible si on sait s'ouvrir à l'autre et à soi-même. Le secret, ce n'est pas de se mettre à la place de l'autre, mais d'oser se montrer devant lui, tel que l'on est, en vérité et sans tricherie. »

Propos recueillis par ***Christophe de Bourmont***

*www.snc.asso.fr



Éclairage

Ces deux témoignages révèlent l'importance de l'acceptation de sa propre vulnérabilité. Passées les premières réactions – bien humaines – du déni, du refus, de la colère, au-delà des sentiments de culpabilité ou d'abandon, malgré la solitude ou la déprime, une démarche d'introspection s'avère salutaire.

Apprivoiser sa vulnérabilité

Loin de la résignation, c'est un temps de maturation où progressivement la personne se tourne vers l'intérieur d'elle-même, et apprend à cultiver autrement son jardin secret. Accepter les faits, en cherchant à les comprendre, en se renseignant ou se documentant, c'est aussi accepter l'idée de se faire aider.

Cette démarche progressive s'appuie sur des instants ténus, des « micro-révélations » qui s'additionnent, se complètent, et permettent d'avancer sur le chemin de l'acceptation :

- l'accueil des sentiments, les prises de conscience fines et discrètes, qui font entrer en vérité avec soi : « *j'avais un peu trop confiance en moi* », découvre Charles Mérigot
- les petites phrases que l'on se dit à soi-même et qui suscitent le sursaut, comme le montrent Bernadette Wecxsteen : « *Ce sera ainsi jusqu'au bout* », « *Je choisis la vie* », « *A moi d'en faire quelque chose d'acceptable* », Réjeanne Charest (voir page 4) : « *Je crois en l'autre capable de recommencements* », ou Charles Mérigot : « *J'accepte de croire que c'est possible, de croire que mes efforts ont un sens* »…

Au passage, notons l'emploi du verbe « croire ». Lorsque tout vacille, le fait de croire en quelque chose, de s'appuyer sur des points sûrs en soi-même, permet de retrouver une force intérieure pour se redresser et repartir : cela peut être un trait d'identité « *je suis grand-mère, désormais je serai une grand-mère parkinsonienne* », le goût de la vie : « *mon parkinson sera le mien* », ou encore, parfois, une valeur spirituelle déjà expérimentée.

La fragilité est constitutive de la vie, elle est un défi à la liberté, à l'autonomie, elle ébranle la rationalité. En obligeant à quitter la puissance, elle engage à se laisser apprivoiser par la vulnérabilité « … *signature de notre humanité, car vivre, c'est être exposé à ce que nous ne savons pas et qui est tout simplement la vie* » (Francine Carrillo). Ce chemin pour accueillir nos fragilités, permet aussi de laisser surgir la tendresse, de poser un autre regard sur notre environnement habituel et sur nos gestes ordinaires.

Tout compte fait, l'accueil de la vulnérabilité ne serait-il pas un entraînement qui rapproche de soi et permet la rencontre de l'autre ?

Jean-André Boissinot, Formateur PRH

Accompagner, c'est plus qu'aider

Les fragilités provoquent en nous des réflexes de survie

Les personnes qui sont en demande d'aide évoquent rarement une fragilité personnelle, mais plutôt une souffrance face à la solitude, à des difficultés relationnelles, des ruptures… Parfois elles ne ressentent qu'une insatisfaction profonde : leur vie ne leur convient pas, mais changer fait peur. A travers l'aide qu'elles viennent chercher, elles aspirent à une vie plus sereine, plus équilibrée.

Cela illustre combien la fragilité est inhérente à la condition humaine, et combien son expression est liée à l'histoire personnelle, à la fragilité des liens, aux situations rencontrées.

Dès lors, comment accompagner la fragilité, et avec quel objectif : s'agit-il d'essayer de tout contrôler, ou d'aider à se découvrir plus solide pour tenir bon face aux remous de la vie, à l'image du "culbuto" qui penche, mais toujours se redresse ?

A. C. C. O. M. P. A. G. N. E. R.

C'EST POUR L'AIDANT :

Accueillir la personne telle qu'elle est, avec un regard non-jugeant, ouvert et bienveillant

Croire dans les ressources profondes de la personne, en ses capacités à trouver par elle-même les réponses à ses questions ou les solutions à ses difficultés

Créer un climat sécurisant par sa solidité personnelle, sa disponibilité complète et la garantie de la confidentialité

Offrir un espace où tout peut se dire, sans frein, sans honte. Le vécu de chacun est sa vérité du moment

Montrer qu'au travers de malaises, souffrances, dysfonctionnements, la vie tente toujours d'émerger et de s'épanouir

POUR QUE LA PERSONNE AIDÉE…

Accepte de se voir ainsi limitée, blessée parfois, et ose tourner son regard vers elle-même en sortant de la culpabilité, de l'aliénation au jugement de l'autre…

Gagne ainsi la capacité à pouvoir s'engager sur un chemin de vérité qui ouvre à la nouveauté

Naisse à une image ajustée d'elle-même où chaque avancée est rupture d'équilibre, mais promesse de plus de vie

Exerce un pouvoir nouveau, non plus en subissant les aléas de la vie mais en sachant sentir et analyser ce qui se passe en elle, puis libérer l'espace nécessaire au déploiement de ses ressources nouvelles

Réinvestisse autrement ses forces, non pour lutter contre ce qui est, mais pour choisir ce qu'il y a de meilleur pour elle, dans le respect de son être et de sa conscience profonde, tout en tenant compte des autres et de sa situation.

En conclusion, les fragilités provoquent en nous des réflexes de survie et de lutte, que nous pouvons transformer, grâce à l'accompagnement, en un rendez-vous privilégié avec nous-mêmes.

Ainsi la relation d'aide PRH engage sur un chemin de reconnaissance de la fragilité qui débouche sur une nouvelle découverte de soi et un déploiement de ses ressources profondes. Identifiées et acceptées, ces ressources permettent ensuite de traverser autrement les difficultés de la vie.

Jeanne-Marie Grillet et Philippe Charrier
Formateurs PRH

La vraie solidité, c'est la vie !

Le tremblement de terre en Haïti l'a bien mis en évidence : quand la grande maison s'effondre, elle écrase les chaumières à ses pieds. Cette expérience se vérifie en chacun de nous : si notre solidité apparente s'évanouit, nos fragilités nombreuses sont mises à nu. Et pourtant, lorsque l'accessoire tombe, il reste l'essentiel : le souffle de la vie.

Comment les épreuves peuvent-elles nous bâtir en dedans ? En découvrant, sous les angoisses et les peurs, à quel point la solidarité et la compassion décuplent notre envie de vivre. Vivre ! Vivre mieux…Vivre plus profondément !

J'ai pu ainsi expérimenter, à travers mon engagement auprès de mes sœurs et frères Haïtiens traumatisés, ce passage du découragement à l'accueil de la solidarité, de la fragilité au désir de vivre…

Car ce qui sauve, c'est de croire : croire en l'Humain résistant, capable de recommencement à partir de son seul courage… Croire en soi et en l'autre, en tant qu'éléments modestes mais indissociables de la société. Croire enfin que le passage entre fragilité et solidité est constitutif de la vie humaine.

Un regard rétrospectif sur mon histoire me permet de lire ces passages dans mes relations : fragilité de mes relations bâties sur la fusion ou sur la contre-dépendance, qui ne laissent aucun vide espace sauveur ou risquent de s'écrouler à tout moment. Solidité, au contraire, de mes relations vécues en profondeur, avec un air de liberté et une vraie proximité.

Ainsi appuyée sur ma capacité d'émerveillement, mon autonomie grandissante et ma conscience éveillée, j'accueille mes fragilités pour découvrir la VIE sous-jacente et je constate que fragilités et solidités sont en lien, car elles sont à la fois base et tremplin : mes solidités naissent de mes fragilités acceptées… Mes fragilités éveillent mes solidités et les invitent au partage, au soutien des autres…

Quel mystère de collaboration !

Réjeanne Charest
Formatrice PRH en Haïti

Bibliographie

« Le quai de Ouistreham » - Florence Aubenas, Stock 2010

« Le dit de la cymbalaire » - Charles Mérigot, La Ramonda 2005

« La fragilité, faiblesse ou richesse ? »
Actes du colloque organisé par l'ISTR et Bernard Ugeux, Albin Michel 2009

RETROUVEZ L'ENSEMBLE DE NOS FORMATIONS DANS LE CATALOGUE 2010

www.prh-france.fr

Bulletin d'abonnement

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

_____

Code Postal _____

Ville _____

E-mail _____

Abonnement 3 numéros : ☐ **15 €** (tarif normal)
☐ **28 €** (tarif soutien).

Abonnement 6 numéros : ☐ **25 €** (tarif normal)
☐ **50 €** (tarif soutien).

A retourner avec votre chèque à
PRH Formation Développement
5, rue du Jasmin
44230 Saint-Sébastien-sur-Loire

LA LETTRE PRH
Directeur de la publication : Agnès Rebelle - Rédaction : Christophe de Bourmont
Mise en page : Atelier Graphique TAG - Nantes. Impression : Imprimerie Le Pape
Dépôt Légal : N° 1695, Décembre 2008 - ISSN : 1271 - 1306
PRH-FRANCE - 5, rue du Jasmin - 44230 Saint-Sébastien-sur-Loire - Tél. 09 75 61 42 87
E-mail : prh@prh-france.fr - www.prh-france.fr

De juillet à décembre 2010 nous vous proposons les stages suivants en lien avec le thème de cette lettre.

Chacun d'eux a des objectifs et des contenus spécifiques. Vous pouvez en prendre connaissance sur notre site www.prh-france.fr, en **demandant un catalogue au Centre de Ressources au 09 75 61 42 87 ou prh@prh-france.fr,** ou encore en prenant contact avec l'animateur du stage qui vous intéresse.

STAGES	LIEU	FORMATEURS
Qui suis-je ?		
3 - 7/07	Salon de Provence (13)	Martine Mangin
5 - 9/07	Clermont Ferrand (63)	Jean-André BOISSINOT
5 - 9/07	Lille (59)	Marie-Odile CROZAT
19 - 23/07	Biarritz (64)	Philippe CHARRIER
19 - 23/07	Colmar (68)	Valérie BITZ
14 - 18/08	Annecy (74)	Agnès REBELLE
16 - 20/08	Hardelot-Plage (62)	Marie-Odile CROZAT
23 - 27/08	Versailles (78)	Anne TRICAULT-CARPE
26 - 30/08	Poitiers (86)	Michèle CALLET
25 - 29/10	Lille (59)	Jean-Michel ANOT
29/10 - 2/11	Versailles (78)	Anne TRICAULT-CARPE
11-13 et 26-27/11	Salon de Provence (13)	Martine Mangin
6 - 10/12	Versailles (78)	Jean-André BOISSINOT
18 - 22/12	Région parisienne (28)	Hilaire BABARIT
Découvrir les traits de mon identité		
9 - 11/07	Tours (37)	Brigitte DAUNIZEAU
5 - 7/11	Lyon (69)	Agnès REBELLE
12 - 14/11	Poitiers (86)	Michèle CALLET
17 - 19/12	Lille (59)	Marie-Odile CROZAT
Progresser en solidité personnelle		
29 - 31/10	Clermont Ferrand (63)	Jean-André BOISSINOT
11 - 13/11	Lyon (69)	Agnès REBELLE
12 - 14/11	Besançon (25)	Jean-André BOISSINOT
18 - 20/11	Lille (59)	Geneviève DESCAMPIAUX
Grandir en confiance en moi		
12 - 14/07	Tours (37)	Brigitte DAUNIZEAU
28 - 30/10	Toulouse (31)	Philippe CHARRIER
11 - 13/11	Lille (59)	Marie-Odile CROZAT
6 - 8/12	Paris (75)	Anne TRICAULT-CARPE
A l'écoute de mon monde intérieur		
5 - 9/07	Lille (59)	Jean-Michel ANOT
30/10 - 3/11	Annecy (74)	Agnès REBELLE

Abonnez-vous à la lettre de PRH

Vous découvrez la lettre de PRH, support d'informations, d'échange d'idées et d'expériences pour tous ceux qui s'intéressent au développement de la personne et à l'évolution de la société vers plus d'humanité.

Notre souhait : vous accompagner dans votre recherche et garder le contact après les temps forts de formation.

RENDEZ-VOUS SUR NOTRE SITE

www.prh-france.fr

rubrique « Nos références ».

Vous pouvez y consulter les thèmes des numéros précédents et télécharger un bon de commande et des anciens numéros.

THÈME DU PROCHAIN NUMÉRO :

L'enjeu du couple : Aimer et être libre