

FORMATION ET ACCOMPAGNEMENT

prh
Personnalité et Relations Humaines

DÉPLOIEMENT
DE LA PERSONNE
ET DES RELATIONS

SÉLECTION 2023

L'AVENTURE INTÉRIEURE



Pas facile de se comprendre soi-même ! Pourtant, notre monde intérieur recèle beaucoup de ressources. Les découvrir est une exploration qui peut changer nos existences. Cette aventure est certainement une des plus passionnantes et utiles

qui soit. Mais, comme pour toute exploration, rien ne vaut un bon équipement, et un bon guide. Forte des ses 50 ans d'expériences, la psychopédagogie PRH offre un cadre sécurisant pour un cheminement efficace. Vivre cette recherche avec d'autres personnes en quête d'avancées est une expérience humaine de grande valeur. Nous constatons que les stages de ce catalogue renforcent, chez les participants, leur solidité et leurs capacités relationnelles. « L'aventure intérieure » que PRH propose contribue ainsi à changer la vie, et les rencontres. Bonnes découvertes !

Régis Halgand, Président de PRH France

Ce catalogue vous présente une sélection des stages les plus fréquemment choisis pour commencer la formation PRH.

Pour avoir connaissance de toutes les propositions, consultez :

- Le site prh-france.fr
- L'agenda 2023
- Le catalogue HUCO et le site huco.pro, où vous trouverez les stages pris en charge dans le cadre de la formation professionnelle et des actions de formation que les formateurs proposent aux organismes (entreprises, associations et collectivités).



QU'EST-CE QUE PRH ?

- PRH est une école de formation pour adultes, créée en 1970 par André Rochais (psycho-pédagogue), qui regroupe une vingtaine de formateurs en France et qui est présente dans une trentaine de pays.
- Notre raison d'être est **d'accompagner votre déploiement** dans les différents secteurs de votre vie pour vous permettre d'améliorer vos relations et vos engagements.
- **PRH vous propose des stages, de l'accompagnement individuel et des parcours de formation approfondie :**
 - inspirés par une vision positive et dynamique de la personne, sa croissance et ses relations
 - personnalisés reposant sur une lecture de votre expérience.



VALEURS ET ENGAGEMENTS

- Respect de la personne,
- Efficacité et service professionnel
- Solidarité
- Passion partagée de la croissance personnelle en vue d'une transformation sociale.

CE QUE LA FORMATION PRH PEUT VOUS APPORTER

- **acquérir plus de solidité** et de confiance en vous
- **mieux vous comprendre** et mieux comprendre les autres
- **améliorer** vos relations
- prendre des **décisions constructives**
- vous donner **des repères et des outils** pour gérer votre vie et votre déploiement
- découvrir les **valeurs profondes** qui donnent sens à votre vie.
- **dépasser les obstacles** qui freinent votre réussite personnelle, professionnelle ou familiale (peurs, regard négatif sur soi-même et sur les autres, culpabilité ...)
- cultiver l'**optimisme et l'engagement** !



CONFIANCE EN SOI, AUTONOMIE, SOLIDITÉ INTÉRIEURE		Nb de jours	Pages
- Qui suis-je ?	🔑	4	6 - 7
- Apprendre à me faire aider selon la méthode d'aide PRH		2,5	8
- Apprendre à aider avec la méthode d'aide PRH		2,5	9
- La vie en moi et ses entraves	🌀	5	10

CORPS, SENSIBILITÉ, VIE ÉMOTIONNELLE		Nb de jours	Pages
- Corps et ouverture à mon monde intérieur	🔑	5	11
- Relation à mon corps		4	12

COMMUNICATION CONSTRUCTIVE, RELATION		Nb de jours	Pages
- Entraînement à la communication constructive		2	13
- Ma qualité de vie au travail : comment éviter surmenage ou burn-out ?		3	14

CHOIX, QUÊTE DE SENS		Nb de jours	Pages
- Préparer mon avenir professionnel		3	15
- M'ouvrir à des réalités plus grandes que moi	🌀	4	16
- Améliorer ma manière de prendre des décisions		2	17

COUPLE ET ÉDUCATION		Nb de jours	Pages
- Construire notre avenir de couple		4	18

- 🔑 Stage-clé pour découvrir les éléments fondamentaux qui favorisent une croissance
- 🌀 Stage par l'expression graphique

ÊTRE SOI

QUI SUIS-JE ?

4 JOURS

Mobiliser toutes les compétences dans l'action

Vous cherchez à mieux vous connaître, à identifier vos points d'appui intérieurs, à cerner vos aspirations essentielles. Ce stage vous aide à acquérir une plus grande solidité et une meilleure estime de vous-même. Vous identifiez également comment continuer à progresser dans votre vie.

- Ce stage vous donne des repères pour progresser en autonomie, cerner les différentes composantes de votre personnalité et mieux comprendre vos réactions parfois insatisfaisantes. Il vous indique les modalités d'un meilleur savoir-être.
- C'est une découverte de vous-même sous un aspect inédit et dynamisant !
- La qualité relationnelle vécue dans le groupe ainsi que l'engagement du formateur, vous permettront d'entrer en contact avec le meilleur de vous et de rencontrer les autres comme vous ne l'avez jamais fait !

Prérequis

Il n'y a pas de prérequis pour suivre ce stage.

*Je ne voyais plus le positif!
Maintenant, je le connais,
j'ai acquis plus de confiance
et de sérénité.*

Claude

*J'ai vu plus clairement ce à
quoi j'aspire pour ma vie,
j'ai de nouvelles forces pour
avancer.*

Valérie

*J'ai trouvé des clés, des
repères pour m'ajuster
dans mes réactions trop
vives.*

Dominique

3, 4, 5/02 et 3/03 2023	🖥️	karine.gantois@prh-france.fr
Du 11 au 14/02 2023	Lille (59)	jean-michel.anot@prh-france.fr
Du 16 au 19/02 2023	Limonest (69)	annick.vauquelin@prh-france.fr
Du 25 au 28/02 2023	Dax (40)	helene.copigneaux-petit@prh-france.fr
Du 25 au 28/02 2023	Croissy sur Seine (78)	chantal.verzaux@prh-france.fr
Du 11 au 14/03 2023	Cesson-Sévigné (35)	marielle.poyac@prh-france.fr
Du 10 au 13/04 2023	Condette (62)	emmanuel.merlin@prh-france.fr
Du 15 au 18/04 2023	Nantes (44)	karine.gantois@prh-france.fr
Du 20 au 23/04 2023	🖥️	anne.flatin@prh-france.fr
Du 28/04 au 01/05 2023	Strasbourg (67)	valerie.bitz@prh-france.fr
Du 5 au 8/05 2023	Lille (59)	marie-odile.crozat@prh-france.fr
Du 18 au 21/05 2023	Fontenay sous Bois (94)	anne.tricault@prh-france.fr
Du 01 au 04 /07 2023	Cesson-Sévigné (35)	marielle.poyac@prh-france.fr
Du 08 au 11/07 2023	Croissy sur Seine (78)	chantal.verzaux@prh-france.fr
Du 13 au 16/07 2023	Strasbourg (67)	charlotte.ghestem@prh-france.fr
Du 17 au 20/07 2023	🖥️	regis.halgand@prh-france.fr
Du 24 au 27/07 2023	Mont de Marsan (40)	philippe.charrier@prh-france.fr
Du 29/07 au 01/08 2023	Condette (62)	emmanuel.merlin@prh-france.fr
Du 22 au 25/08 2023	Colmar (68)	valerie.bitz@prh-france.fr
Du 28 au 31/08 2023	Fontenay sous Bois (94)	anne.tricault@prh-france.fr
Du 12 au 15/10 2023	Nantes (44)	karine.gantois@prh-france.fr
Du 21 au 24 /10 2023	Lille (59)	marie-odile.crozat@prh-france.fr
21, 22/10 et 11, 12/11 2023	Croissy sur Seine (78)	chantal.verzaux@prh-france.fr
Du 01 au 04 /11 2023	Strasbourg (67)	charlotte.ghestem@prh-france.fr
Du 01 au 04 /11 2023	Dax (40)	helene.copigneaux-petit@prh-france.fr
11, 12 et 25, 26/11 2023	Cesson-Sévigné (35)	marielle.poyac@prh-france.fr
Du 2 au 5/12 2023	Condette (62)	emmanuel.merlin@prh-france.fr
Du 27 au 30/12 2023	🖥️	anne.flatin@prh-france.fr

AIDE

APPRENDRE À ME FAIRE AIDER SELON LA MÉTHODE D'AIDE PRH

2 ^{1/2}
JOURS

Vous avez entrepris un suivi individuel ponctuel ou régulier et vous aimeriez que vos entretiens soient encore plus efficaces. Ce stage vous procure des clés pour optimiser cet accompagnement.

- Il vous arrive parfois d'être démuni avant de rencontrer votre accompagnateur : quelle serait la meilleure manière de m'y prendre ?
- Vous expérimentez comment préparer votre entretien en tenant compte de vos priorités pour avancer. Par différents exercices devant le groupe, vous découvrez votre méthode et la confrontez à celle des autres : vous pouvez ainsi acquérir un vrai savoir-faire. Vous faites le point sur les attitudes à vivre qui rendent votre accompagnement plus performant.

Moyens pédagogiques spécifiques

- Plusieurs mises en situation donnent matière à un travail d'observations. Vous découvrez aussi le moyen de «la topographie» : support pour préparer vos entretiens.

Je me sens vraiment mieux équipé pour préparer mes entretiens : j'ai découvert la méthode de la topographie ! C'est un moyen très aidant !

Frédéric

Je vois beaucoup mieux comment être actrice dans mes entretiens : cela me donne vraiment confiance. Avant j'avais tendance à m'en remettre à la personne qui m'aide !

Audrey

Prérequis

Il est nécessaire d'avoir suivi le stage Qui suis-je ?

Du 14 au 16/07 2023

Cluny (71)

marie-odile.crozat@prh-france.fr

Du 1 au 3/11 2023



karine.gantois@prh-france.fr

AIDE

APPRENDRE À AIDER AVEC LA MÉTHODE D'AIDE PRH

2 ^{1/2}
JOURS

Vous cherchez à développer vos capacités d'écoute et à mieux répondre aux demandes d'aide de votre entourage ? Ce stage vous permet d'acquérir les bases de la méthode PRH et vous équipe pour aider plus efficacement les personnes dans votre vie ordinaire ou professionnelle. Vous expérimentez les différentes étapes d'un entretien d'aide et vous découvrez les attitudes à vivre dans l'aide à autrui.

- À partir du déchiffrement de mon expérience personnelle, je découvre et progresse dans :
 - les attitudes fondamentales à vivre dans l'aide à autrui
 - les différentes étapes d'un entretien d'aide
 - les différentes modalités d'aide à autrui.

Moyens pédagogiques spécifiques

- Dans un climat de bienveillance et de respect de chacun :
 - Plusieurs expériences d'entretiens sont vécues à l'intérieur du groupe des participants
 - Des grilles d'observations et d'analyse suivies d'échanges et de confrontation des observations, sous la responsabilité du formateur, favorisent l'apprentissage de l'aide à autrui.

Prérequis

Avoir suivi le stage « Apprendre à me faire aider selon la méthode d'aide PRH »

Du 16 au 18/07 2023

Cluny (71)

marie-odile.crozat@prh-france.fr

Du 3 au 05/11 2023



karine.gantois@prh-france.fr

VIE EN MOI

LA VIE EN MOI ET SES ENTRAVES

5 JOURS

Vous cherchez à renouer plus spontanément avec les dynamismes présents au fond de vous et à coopérer à leur libération. Ce stage vous guide à l'aide d'une pédagogie créative à la portée de tous.

- Ce stage vous aide à entrer en vous-même, pour rejoindre la source de votre vitalité.
- Vous arrêtez à vos richesses et à votre « dynamisme de croissance » est source de surprise, voire d'émerveillement. Ceux-ci sont le point de départ d'une vraie spontanéité qui peut vous aider à dépasser vos entraves.
- C'est à l'écoute de vos propres ressources que vous pouvez trouver vos pistes d'avancée.
- Ce stage vous apprend à vous exprimer par un support créatif, vous aide à conscientiser plus nettement ce que vous ressentez ; de surcroît, prendre du recul et regarder vos réalisations vous entraîne dans une plus grande connaissance de vous.

Conditions de participation

Pas de prérequis. Il n'est pas nécessaire de savoir peindre ou dessiner pour participer à ce stage.

Cela m'a aidée à entrer en moi-même pour trouver des pistes, alors qu'avant j'avais du mal à accéder à moi-même, ou à mes intuitions.
Noam

Je n'ai jamais pu me laisser voir et exister à ce point !
Babeth

Je repars debout et en vie !
Sylvie

Moyens pédagogiques spécifiques

- Chaque jour, vous recourez à l'expression plastique et créative pour exprimer par des formes, couleurs, ce que le thème du jour éveille en vous. Puis, par une méthode d'analyse, vous pouvez saisir l'intelligence qui se dégage de votre travail.

Du 17 au 21/04 2023	Colmar (68)	valerie.bitz@prh-france.fr
Du 28/10 au 01/11 2023	Fontenay sous Bois (94)	anne.flatin@prh-france.fr

INTÉRIORITÉ

CORPS ET OUVERTURE À MON MONDE INTÉRIEUR

5 JOURS

Vous cherchez à être plus à l'écoute de votre ressenti par la méditation de votre corps. Ce stage vous aide à décoder les sensations qui vous habitent pour agir de manière plus consciente.

- Apprendre une juste présence à votre corps vous permet d'accéder aux messages dont il est porteur. Vous pouvez nommer et traduire en mots vos sensations et votre ressenti. Alors ils prennent sens et vous éclairent sur votre vie.
- Vous faites l'expérience d'une rencontre inédite avec vous-même, générant un regard nouveau sur vous. Vous découvrez aussi une nouvelle manière d'être avec les autres.
- L'apprentissage de l'analyse PRH vous aide à vous familiariser à une méthode facilitant la mise au clair de votre ressenti.

Mon corps m'a aidé pour mieux me connaître, c'est devenu un ami.
Paul

J'ai exploré des sensations inattendues et découvert la richesse de ma sensibilité.
Nadia

Approches pédagogiques spécifiques

3 types d'approches corporelles vécues :

- Des temps de relaxation en salle
- Des temps de contact avec la nature
- Des mises en situation

C'est après ces expériences qu'est vécue la démarche d'analyse.

Prérequis

Pas de prérequis pour ce stage.

Du 29/04 au 01/05 2023	À déterminer	secretariat.prh@free.fr
Du 13 au 16/07 2023		agnes.rebelle@prh-france.fr

CORPS

RELATION À MON CORPS

4 JOURS

Vous cherchez à améliorer la relation à votre corps, pour une meilleure harmonie de toute votre personne ? Ce stage vous propose d'y parvenir à l'aide de nombreux exercices pratiques et corporels.

- Vous apprenez à distinguer ce que vous vivez harmonieusement et ce qui est vécu de manière disharmonieuse. Ainsi, votre corps devient davantage un allié et un ami dans votre vie.
- Vous ressortez avec des pistes pour améliorer la relation à votre corps et une meilleure harmonie de toute votre personne.

Prérequis

Pas de prérequis pour ce stage.



“
Le début d'une nouvelle relation à mon corps, à la fois plus proche et plus respectueuse.

Axel

J'ai adoré la pédagogie à base de nombreux exercices corporels, cela m'a permis d'oser exister dans mon corps et de l'apprivoiser

Françoise

Moyens pédagogiques spécifiques

- La pédagogie de ce stage est essentiellement pratique : de nombreux exercices corporels, accessibles à tous, permettent de mieux comprendre et d'améliorer la relation à son corps.

Du 05 au 08/05 2023	À déterminer	agnes.rebelle@prh-france.fr
Du 10 au 13/11 2023	Mouvaux (59)	jean-michel.anot@prh-france.fr

COMMUNICATION

LA COMMUNICATION CONSTRUCTIVE

2 JOURS

Vous souhaitez améliorer ou renforcer vos capacités d'écoute et d'expression afin de communiquer de manière plus fluide et plus personnalisée. Ce stage vous propose une démarche très concrète qui vous permettra d'acquérir de nouveaux réflexes dans ce domaine.

- Vous clarifiez d'abord les éléments constitutifs d'une bonne écoute, à la base d'une bonne compréhension de votre interlocuteur.
- Vous vous entraînez à communiquer de manière claire, sobre et personnalisée.
- Vous regardez comment aborder les situations de désaccords.

“
Les exercices proposés m'ont progressivement mis en confiance, j'ai pris conscience de mes forces et de mes axes de progrès en matière de communication

Julien

Prérequis

Pas de prérequis pour ce stage.



Du 27 au 28/01 2023	À déterminer	valerie.bitz@prh-france.fr
Du 24 au 25/04 2023	Fontenay sous Bois (94)	anne.tricault@prh-france.fr
Du 7 au 8/09 2023	Lille (59)	jean-michel.anot@prh-france.fr
Du 25 au 26/11 2023	Croissy Sur Seine (78)	chantal.verzauz@prh-france.fr

ÉMOTIONS

MA QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL : COMMENT ÉVITER SURMENAGE OU BURN-OUT ?

2 JOURS

Mieux gérer stress et émotions

Vous Souhaitez comprendre les facteurs qui vous ont conduite à l'épuisement professionnel.

- Vous vous sentez proche du burn-out
- Vous avez déjà vécu un arrêt de travail pour sur-engagement et épuisement professionnel,
- Vous avez néanmoins suffisamment d'énergie pour vivre un stage de 3 jours
- Vous allez :
 - repérer vos points forts
 - préciser le périmètre et les caractéristiques de la relation professionnelle
 - identifier les pièges pouvant nuire aux relations professionnelles
 - définir les leviers d'actions pour mieux gérer la pression

Moyens pédagogiques

- Approche méthodique guidée
- Apports théoriques
- Travaux en groupe (8 à 12 personnes maximum)
- Fiches outils, grilles d'observation
- Mises en situation

J'ai mieux compris ce qu'est ma zone de responsabilité et j'ai demandé à mon chef un temps de régulation ; du coup j'ai entendu sa demande précise et moi j'ai pu lui exprimer mon besoin d'être secondé pour identifier le matériel à commander.

Serge

J'ai pris conscience de mon surinvestissement dans mon travail, au détriment de mon équilibre de vie. Ma passion pour le projet d'entreprise m'avait fait négliger mes migraines récurrentes. Aujourd'hui, je retourne faire du sport une fois par semaine !.

Léa

Prérequis

Pas de prérequis pour ce stage.

Du 1 au 2/04 + 13/05/2023	et Lyon	anne.flatin@prh-france.fr
Du 26 au 27/08 + 30/09/2023	Croissy sur Seine (78)	chantal.verzau@prh-france.fr
Du 4 au 5/11 + 02/12/2023	et Lyon	anne.flatin@prh-france.fr

Formation en ligne

AVENIR PRO

PRÉPARER MON AVENIR PROFESSIONNEL

3 JOURS

Construire un projet d'évolution professionnelle

Vous cherchez à clarifier votre orientation professionnelle. Ce stage vous propose une démarche sûre pour mieux cerner vos motivations et vos compétences. Vous construisez votre projet professionnel.

- Vous prenez le temps de relire votre histoire professionnelle et personnelle, dans le but d'identifier les moteurs qui ont guidé vos choix, les motivations qui ont le plus de relief en vous et les compétences que vous avez acquises. Vous vous intéressez aussi aux groupes qui vous ont marqué et traduisent le mieux les valeurs qui comptent pour vous.
- Vous vous arrêtez à vos aspirations profondes et aux domaines d'action dans lesquels vous êtes à l'aise et où vous réussissez. Vous cernez les composantes essentielles qui vous font apprécier un travail. Progressivement, vous y voyez clair dans l'orientation professionnelle qui correspond à votre personnalité et vous pouvez élaborer le plan d'action qui vous permettra d'atteindre cet objectif.

J'avais une image très partielle de moi, je ne réalisais pas que j'avais autant de compétences que je pouvais investir dans mon projet.

Julie

Depuis le stage, j'avance dans mon projet avec des repères clairs, je sais où je vais !

Adeline

Moyens pédagogiques spécifiques

- Nombreuses séquences en sous-groupe favorisant l'interactivité et permettant d'enrichir sa perception par les retours des autres stagiaires. Une troisième journée a lieu 6 à 8 semaines après la 1^{re} partie pour avoir le temps de recueillir les informations nécessaires à la construction du projet.

Prérequis

Pas de prérequis pour ce stage.

Du 6 au 7/02 et 13 /03 2023	Fontenay sous bois (94)	anne.tricault@prh-france.fr
Du 8 au 9/06 + date à déterminer		secrétariat.prh@free.fr
Du 5 au 6/10 + date à déterminer	Lille (59)	jean-michel.anot@prh-france.fr
Du 16 au 17/11 + 18/12 2023		chantal.verzau@prh-france.fr

Formation en ligne

pour découvrir les formations PRH

AVENIR PRO 4 JOURS

M'OUVRIR À DES RÉALITÉS PLUS GRANDES QUE MOI

Explorer la dimension de transcendance par l'expression graphique

Vous cherchez à identifier et à explorer cette dimension dans votre vie. Ce stage vous aide à mieux repérer cette dimension dans votre vie et à favoriser son émergence grâce à l'expression créative.

- Toute personne, même dès son enfance, peut vivre des expériences qui lui font ressentir une dimension de transcendance en elle-même.
- Avoir l'expérience qu'il y a en soi plus que soi-même est possible et ouvert à tous.
- Vous pourrez « matérialiser » le ressenti de vos expériences en le rendant visible par l'expression créative ; cette approche pédagogique favorise la prise de conscience de l'effet de telles expériences sur vous et vous permettra d'entrer dans une plus grande conscience de cette dimension de transcendance ;

Conditions de participation

Pas de prérequis pour ce stage. Il n'est pas nécessaire de savoir peindre ou dessiner pour participer à cette formation.

« Je ne savais pas comment aborder cette dimension à laquelle j'aspirais, et je ressors avec des voies d'approche »
Nadia

Moyens pédagogiques spécifiques

- Chaque jour, vous recourez à l'expression plastique et créative pour exprimer par des formes, des couleurs, ce que le thème du jour éveille en vous. Puis, par une méthode d'analyse, vous pourrez saisir l'intelligence qui se dégage de votre travail.

Du 16 au 19/08 2023

Colmar (68)

valerie.bitz@prh-france.fr

AVENIR PRO 2 JOURS

AMÉLIORER MA MANIÈRE DE PRENDRE DES DÉCISIONS

Des clefs pour enrichir la manière de prendre vos décisions

Vous voyez l'importance de prendre des décisions constructives dans le quotidien ou au cours d'une situation marquante. Vous voulez progresser dans votre manière de discerner et de décider. Ce stage vous permet d'observer votre manière de faire et de vous élargir à des éléments importants qui sous-tendent vos choix. Vous identifiez les conditions qui favorisent la justesse d'une décision.

Vous évaluez ainsi la manière dont vous prenez vos décisions. Ce qui vous fait dire que c'est une bonne décision.

Deux phénomènes en amont de la prise de décision :

- Le phénomène des intuitions
- Les différentes consciences qui nous habitent

Quelques conditions-clés pour une juste décision :

- Les étapes d'une prise de décision
- Les pièges dans la prise de décision
- La créativité dans la recherche de solutions
- La place des autres dans la manière de prendre une décision

Prérequis

Pas de prérequis pour participer à cette formation



Du 18 au 19/03 2023

Chavanod (74)

agnes.rebelle@prh-france.fr

BONHEUR

CONSTRUIRE NOTRE AVENIR DE COUPLE

4 JOURS

Un temps fort de couple pour explorer vos fondations et identifier vos bons moyens pour progresser.

- Après une première étape de vie en couple, vous souhaitez approfondir la nature du lien qui vous unit et aborder les axes de cheminement qui favorisent la croissance de votre couple.
- Ce stage vous permet de vous arrêter ensemble, dans un climat bienveillant, sur les points sensibles qui freinent votre progression en unité.
- Vous allez plus loin dans la perception du sens de votre couple, et de son agir. Vous bâtissez ensemble vos nouveaux objectifs.

Stage à vivre à deux. Il n'y a pas de pré-requis pour cette formation.

Notre couple s'était laissé prendre par des engagements forts et exigeants, mettant en difficulté notre relation. Ce stage nous a permis de redresser la barre !

Marion et Josselin

Nous avons pris le temps d'un check-up complet sur l'état de l'avancée de notre couple : le bilan est plutôt bon, mais il y a des choses à remettre en priorité.

Laetitia et Christian

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

Une bonne formule pour commencer un travail sur vous, qui va être personnellement adapté à votre recherche, si vous voulez :

- Comprendre ce que vous vivez, vos réactions, vos comportements
- Dépasser des difficultés relationnelles, personnelles, professionnelles
- Avancer dans la connaissance de vous, ou des secteurs de votre vie
- Approfondir ce qui vous fait vivre, ce qui donne du sens à votre vie
- Faire le clair en vue d'une décision à prendre
- Clarifier vos priorités dans la vie
- Trouver vos points d'appui pour gagner en confiance en vous

Une bonne formule aussi **après un stage**, lorsque vous souhaitez approfondir un sujet sans le faire devant un groupe.

Pour vous faciliter une telle démarche nous respectons une déontologie garantissant la confidentialité, la bienveillance, le respect de votre liberté. Pour la rendre plus efficace, vous bénéficierez :

- D'une méthode de travail centrée sur votre vécu dans une situation donnée
- Des références pour avancer
- Des outils pour continuer le travail seul

Conditions de participation

- **Durée d'un accompagnement :** 1 h
La durée dans le temps et la fréquence se définissent avec l'accompagnateur
- **Coût :** tarifs personnalisés en fonction des ressources, à partir de 52 € de l'heure. Vous pouvez consulter la grille de tarif sur le site prh-france.fr, rubrique > **Accompagnement** > **Accompagnement individuel**



Du 13 au 16/07 2023	Lille (59)	jean-michel.anot@prh-france.fr
Du 1/11 (14h) au 5/11 (12h30) 2023	À déterminer	secretariat.prh@free.fr

ÉVALUATION DES STAGES PAR LES PARTICIPANTS

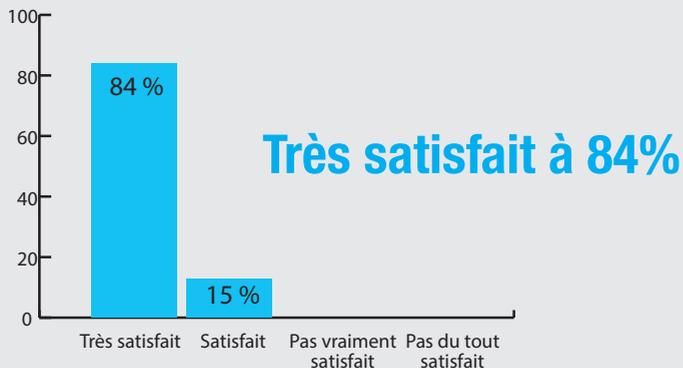
LE PROGRAMME ET LES OBJECTIFS

357 réponses au questionnaire d'évaluation de fin de stage en 2021



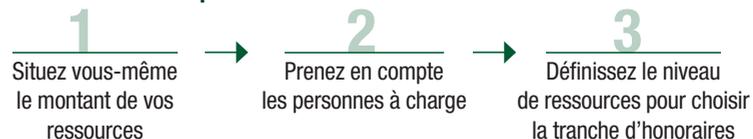
LA FORMATION EST-ELLE EN ADÉQUATION AVEC VOS ATTENTES ?

356 réponses à cette question en 2021



TARIF DES STAGES

Pour vous inscrire, contacter directement le formateur ou inscrivez-vous directement via le site prh-france.fr



VOS RESSOURCES MENSUELLES	COEFFICIENT FAMILIAL	VOTRE NIVEAU DE RESSOURCES
Personnelles : vous ne prenez en considération que vos ressources personnelles mensuelles avant prélèvement à la source.	▶▶▶	Le montant de vos ressources personnelles constitue le montant de référence pour définir la tranche d'honoraires.
Familiale : vous prenez la somme totale des ressources mensuelles de votre foyer avant prélèvement à la source. Exemple pour 3 000 €	Appliquez une réduction par personne à charge en divisant le montant des ressources par : - 1.5 pour un couple - 1.75 pour un couple avec 1 enfant - 2 pour un couple avec 2 enfants + 0.25 par enfant supplémentaire	<p>→ 2 000 €</p> <p>→ 1 714 €</p> <p>→ 1 500 €</p>

4

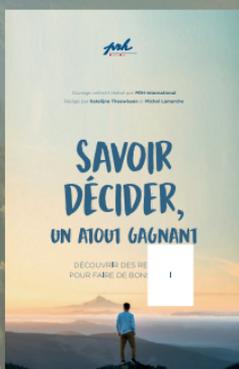
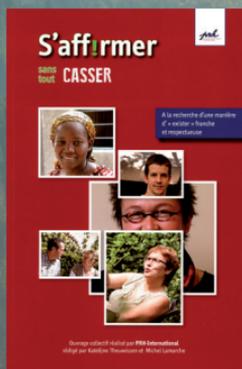
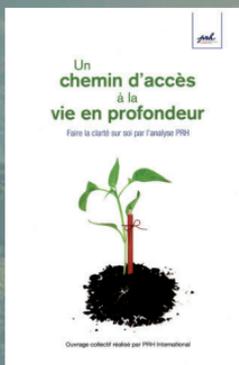
Votre niveau de ressources	Honoraires journaliers
1 000 €	66 €
1 350 €	90 €
1 700 €	113 €
2 050 €	136 €
2 400 €	159 €
2 700 €	179 €
3 000 € et plus	199 €

Un quotient familial permet de tenir compte des personnes à votre charge. Pour les étudiants sans ressources, les bénéficiaires du RSA et toutes les personnes en précarité financière, une bourse est possible. Merci de prendre contact avec le formateur.

	Jean-Michel ANOT 06 11 46 24 81 jean-michel.anot@prh-france.fr	20 rue Négrier 59420 MOUVAUX
	Valérie BITZ 06 89 06 77 10 valerie.bitz@prh-france.fr	6 rue des Alouettes 68500 BERRWILLER
	Jeanne BONNAUD 06 37 46 81 30 jeanne.bonnaud@prh-france.fr	18 rue de la prairie 85200 L'ORBRIE
	Philippe CHARRIER 06 84 33 42 67 philippe.charrier@prh-france.fr	16 al. François Vives 40000 MONT DE MARSAN
	Hélène COPIGNEAUX-PETIT 06 77 44 23 15 helene.copigneaux-petit@prh-france.fr	9 chemin de Taller 40465 PRECHACQ LES BAINS
	Marie-Odile CROZAT 06 25 58 35 16 marie-odile.crozat@prh-france.fr	652 avenue du Golf Résidence l'Orée du Golf Bâtiment le Green 59710 MÉRIGNIES
	Anne FLATIN 06 47 36 54 18 anne.flatin@prh-france.fr	336 ch. de la Bouillane 38730 VAL DE VIRIEU
	Karine GANTOIS 06 41 36 18 10 karine.gantois@prh-france.fr	5 avenue de Siméon Foucault 44400 REZÉ
	Charlotte GHESTEM 06 31 60 91 57 charlotte.ghestim@prh-france.fr	3 rue Schultz Wettel 67210 OBERNAL
	Jeanne-Marie GRILLET 06 82 69 33 01 jeanne-marie.grillet@prh-france.fr	Les Terrasses de la Torse 6 chem. de Beauregard 13100 AIX EN PROVENCE

	Sylvie GROLLEAU 06 31 13 14 25 sylvie.grolleau@prh-france.fr	20 rue du Ségala 46100 FIGEAC
	Régis HALGAND 06 87 64 54 83 regis.halgand@prh-france.fr	13 rue des Châtaigniers 49460 MONTREUIL JUIGNE
	Marie-Pierre LEDRU 06 20 87 34 39 marie-pierre.ledru@prh-france.fr	207 bd J. Jaurès 92100 BOULOGNE BILLANCOURT
	Emmanuel MERLIN 06 32 10 83 51 emmanuel.merlin@prh-france.fr	54 route du rossignol 62240 LONGFOSSE
	Marielle POYAC 06 77 60 81 88 marielle.poyac@prh-france.fr	15 rue de Caderoc 35510 CESSON-SÉVIGNÉ
	Agnès REBELLE 06 15 93 92 95 agnes.rebelle@prh-france.fr	50 route de Pontillet 74150 LORNAY
	Béatrice SABLONNIERE 06 07 78 38 50 beatrice.sablonniere@prh-france.fr	45 av. de Jussieu 59130 LAMBERSART
	Anne TRICAULT 06 20 27 86 65 anne.tricault@prh-france.fr	87 bis rue Edouard Maury 94120 FONTENAY SOUS BOIS
	Annick VAUQUELIN 06 26 52 98 22 annick.vauquelin@prh-france.fr	62 Chemin du Champ Groulet 63430 PONT DU CHATEAU
	Chantal VERZAUX 06 10 61 44 99 chantal.verzaux@prh-france.fr	27 rue de la Procession 78290 CROISSY SUR SEINE

Livres disponibles aux éditions PRH



RENSEIGNEMENTS :

- > prh-france.fr
- > prh@prh-france.fr
- > 07 68 85 75 52

PRH FORMATION DÉVELOPPEMENT
4 Boulevard de Chinon - 37510 Ballan-Miré

SIRET 34353299000078 / APE 8559A.

organisme de formation enregistré sous le n° 24.37.03563.37
auprès de la préfecture de la région Centre Val de Loire



facebook.com/prhfrance



blog.prh-france.fr