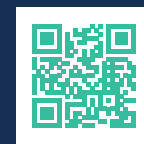


Stage	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Déc.
S'ENGAGER EN ACCORD AVEC SOI-MÊME												
Être acteur de mon bonheur	24 > 25 - AM (94)	-	-	-	-	-	-	-	-	10 > 11 - BO (37)	-	-
Avancer en cohérence dans mon quotidien	-	-	-	-	-	-	05 > 09 PC (40) ★	-	-	16 > 20 - KG (44)	-	-
Préparer mon avenir professionnel	-	12 > 13 - AT (94)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Développer mes capacités en relation d'aide PRH - Niv. 1	-	02 fév. - EM (62)	-	-	-	-	-	-	-	-	11 > 13 - VD (59)	-
Développer mes capacités en relation d'aide PRH - Niv. 2	-	04 fév. - EM (62)	-	-	-	-	-	-	-	-	13 > 15 - VD (59)	-
M'entraîner à prendre des décisions constructives	-	-	-	-	21 > 25 - MOC (71) ★	-	-	-	-	-	-	-
Définir mes priorités d'engagement	-	-	-	-	30 avril > 03 mai - PC (40)	-	-	-	-	-	-	-
Développer mes capacités en relation d'aide PRH - Niv. 3	-	-	-	-	14 > 17 - AR (38)	-	-	-	-	-	08 > 11 - MOC (visio)	-
TRAVERSER DES SITUATIONS DE VIE PARTICULIÈRES												
M'ouvrir à la transcendance dans les moments d'inquiétude et de bouleversements	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	14 > 15 - BO (44)	-
Viure la transition écologique avec lucidité et espérance	17 > 18 - ADM (65)	-	-	18 > 19 - AF (38) 🕒	-	-	-	-	-	-	-	-
Me préparer à la retraite	← À la demande - AF (visio) →											
Trouver mon chemin de vie après un deuil	← À la demande - PC (visio) →											
Accompagner mes enfants dans leur croissance	17 > 18 janv. et 31 janv. > 01 fév. RH (49) 🕒	-	06 > 07 et 20 > 21 - Sec (visio)	-	-	-	-	-	-	-	-	07 déc - Sec (visio)
Explorer ce que je vis face à l'argent et aux biens matériels	← À la demande - AF (visio) →											
BOOSTER SA CROISSANCE												
Choisir d'accélérer ma croissance	-	-	-	-	-	25 > 28 - CG (67)	-	-	-	-	05 > 08 - AF (38)	-
Viure un temps intensif de croissance	-	-	-	-	-	-	-	16 > 19 - AF (67)	-	-	-	-
Lever les freins et les entraves à ma croissance	-	-	-	-	01 mai - AR (38)	-	-	-	-	-	-	-
BILAN FPM accompagné	← À la demande - AF (visio) →											

Les Formateurs
 ADM : Adeline Martin • adeline.martin@prh-france.fr • 06 41 92 28 44
 AF : Anne Flatin • anne.flatin@prh-france.fr • 06 47 36 54 18
 AM : Anne Melounou • anne.melounou@prh-france.fr • 06 28 04 35 35
 AR : Agnès Rebelle • agnes.rebelle@prh-france.fr • 06 15 93 92 95
 AT : Anne Tricault • anne.tricault@prh-france.fr • 06 20 27 86 65
 BO : Bénédicte Oriou • benedicte.oriou@prh-france.fr • 06 05 12 15 43
 BS : Béatrice Sablonnière • beatrice.sablonniere@prh-france.fr • 06 07 78 38 50
 CB : Claire Blouin • claire.blouin@prh-france.fr • 06 83 27 99 90
 CG : Charlotte Ghestem • charlotte.ghstem@prh-france.fr • 06 31 60 91 57

EM : Emmanuel Merlin • emmanuel.merlin@prh-france.fr • 06 32 10 83 51
 JB : Jeanne Bonnaud • jeanne.bonnaud@prh-france.fr • 06 37 46 81 30
 KG : Karine Gantois • karine.gantois@prh-france.fr • 06 41 36 18 10
 MOC : Marie-Odile Crozat • marie-odile.crozat@prh-france.fr • 06 25 58 35 16
 MP : Marielle Poyac • marielle.poyac@prh-france.fr • 06 77 60 81 88
 MPL : Marie-Pierre Nogues-Ledru • marie-pierre.ledru@prh-france.fr • 06 20 87 34 39
 PC : Philippe Charrier • philippe.charrier@prh-france.fr • 06 84 33 42 67
 RH : Régis Halgand • regis.halgand@prh-france.fr • 06 87 64 54 83
 SEC : Inscription • secretariat.prh@free.fr • 07 68 85 75 52
 VD : Virginie Dhellemmes-Decrombrugge • virginie.dhellemmes@prh-france.fr

Renseignements et inscriptions
 prh@prh-france.fr
 07 68 85 75 52
 Rendez-vous sur notre site
 www.prh-france.fr



Suivez-nous sur nos réseaux



L'école de la connaissance de soi



Agenda 2026

Se connaître pour vivre pleinement.
Viure pleinement, cela s'apprend !

Stage	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin	Juillet	Août	Sept.	Oct.	Nov.	Dec.
DÉCOUVRIR LE MEILLEUR DE SOI												
Qui suis-je ? - Niveau 1	02 > 04 AT (94) 🕒	18 > 21 - MP (22) 24 > 27 - MOC (59) 25 > 28 - AF (13)	05 > 08 - AM (78) 24 > 27 - EM (62)	18 > 21 - BO (44)	01 > 04 - CB (36) 01 > 04 - BO (66) 07 > 10 - VD (59)	24 > 27 - AM (77)	04 > 07 - VD (59) 05 > 09 - ADM (40) ★ 07 > 10 - BO (49)	03 > 06 - MP (35)	-	14 > 17 - ADM (31) 17 > 20 - AM (94) 17 > 20 - CB (79) 26 > 29 - MOC (59)	09 > 12 - ADM (65) 14 > 15 et 28 > 29 - MP (visio) 🕒 20 > 23 - EM (62) 21 > 24 - KG (44)	27 > 30 - CB (86)
Grandir en confiance en moi	09 > 11 - MOC (59)	-	-	-	-	-	-	-	-	17 > 19 - MP (35)	-	-
La vie en moi et ses entraves 🧠	-	-	-	-	-	-	-	21 > 25 - BO (44)	-	-	11 > 14 - AT (94)	-
S'initier à l'analyse du ressenti avec des approches corporelles 🧘	-	-	-	-	-	-	17 > 20 - AF (38)	-	-	24 > 27 - BO (44)	-	-
Bien vivre avec mon corps - Niveau 1 🧘	-	-	-	11 > 14 - KG (44)	-	-	-	26 > 29 - AM (78)	-	-	-	-
Oser être moi 🧠	-	27 fév. - Sec (62)	-	30 avril - Sec (94)	07 > 09 - AT (94)	-	-	-	25 > 27 - KG (44)	-	-	-
M'ouvrir à la transcendance - Niveau 1 🧘	-	-	-	-	-	-	11 juil. Sec (38)	-	-	-	-	-
Qui suis-je ? - Niveau 2	-	21 > 24 - BO (44)	04 > 07 - ADM (65)	-	14 > 17 - AM (94)	-	11 > 14 - CB (86)	-	-	09 > 10 - EM (62) 23 > 24 - EM (62)	21 > 24 - VD (59) 27 > 28 - EM (62)	-
Acquérir la méthode d'analyse du ressenti - Niveau 1	30 janv. > 02 fév. - CG (67)	-	-	20 > 23 - MP (35)	-	-	11 > 14 - AM (78)	-	-	-	-	12 déc. - EM (62)
Bien vivre avec mon corps - Niveau 2 🧘	-	-	-	-	-	-	11 > 14 - AR (38)	21 > 24 - AF (67)	-	-	-	-
M'ouvrir à la transcendance - Niveau 2	-	12 > 15 - AR (38)	-	-	-	-	-	-	-	21 oct. - Sec (67) 21 > 24 - CG (67)	-	-
Grandir en marchant 🧘	-	-	-	-	06 > 10 - BO (66) 14 mai - EM (62)	-	-	-	-	-	-	-
Qui suis-je ? - Niveau 3	-	-	-	-	14 > 17 - AF (38)	-	-	-	-	-	-	-
Acquérir la méthode d'analyse du ressenti - Niveau 2	-	-	-	-	-	-	-	22 > 25 - CG (67)	-	-	-	-
PROGRESSER DANS SA VIE RELATIONNELLE ET AFFECTIVE												
Développer mes compétences relationnelles - Niu. 1	-	-	-	10 > 11 - VD (59)	-	-	-	-	-	-	11 nov. - AM (59)	03 > 04 - AM (75)
Mieux prendre ma place dans les groupes	-	-	-	20 > 23 - RH (49)	-	-	-	-	-	-	-	-
Nous aimer, c'est quoi ?	-	-	-	27 > 30 - MOC (visio)	-	-	-	-	-	-	-	-
Améliorer la communication au sein de notre couple 🧑🏻🧑🏻	-	-	-	-	23 > 25 - PC (40) ⚙️	-	25 > 27 - MOC (71) ⚙️	-	-	-	07 > 08 - RH (49)	-
Réussir notre vie de couple - Niveau 1 🧑🏻🧑🏻	-	-	-	-	-	-	04 juil. - Sec (62)	02 > 06 - MOC (71) ⚙️	-	-	-	-
Réussir notre vie de couple - Niveau 2 🧑🏻🧑🏻	-	-	-	-	-	-	11 > 15 - MOC (71) ⚙️	-	-	-	-	-
Grandir en maturité affective - Niveau 1	-	14 > 17 - KG (44) 25 > 28 - CG (67)	-	30 avril > 03 mai - AM (94)	-	-	18 > 22 - PC (40) ⚙️	-	-	26 > 29 - Sec (35)	-	-
Vivre mes relations avec lucidité	-	-	-	-	-	-	01 > 05 - MOC (71) ⚙️	12 > 16 - BO (44) ⚙️	-	-	-	-
Développer mes compétences relationnelles - Niu. 2	-	-	06 > 07 - KG (44)	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Grandir en maturité affective - Niveau 2	-	-	-	-	-	-	11 > 14 - CG (67)	-	-	-	-	-
Explorer les traces de mon passé 🧠	-	-	-	-	-	-	-	23 > 27 - PC (40)	-	-	-	-
Me dégager de mes déséquilibres en relation	-	-	-	23 > 25 - CG (visio)	-	-	-	-	-	-	-	-

Nos spécificités pédagogiques
Certains de nos stages s'appuient sur des formes et outils spécifiques



En mouvement



Expression créative



En couple



Stage loisirs



Temps fort



Mixte : présentiel / visio



En 2 week-ends

