



Portugal
2016-2017

GRUPOS DE
ACOMPANHAMENTO PRH



GRUPOS DE ACOMPANHAMENTO PRH

Os **Grupos de Acompanhamento PRH** são um dos meios que propõe a Formação PRH para uma formação pessoal continuada.

Os seus **objetivos** são:

- Estimular o crescimento pessoal num grupo entre 5 e 8 pessoas.
- Favorecer a vitalização e a melhoria das relações com os outros.
- Facilitar a continuidade e integração da formação pessoal no quotidiano.

É possível começar a formação PRH por este meio de formação.
A modalidade será bimensal (6 horas por encontro).

A cada grupo corresponde um itinerário balizado. Requer um compromisso de assistência a todos os encontros e uma motivação para trabalhar individualmente e em grupo.

Importante!

- **A partir deste ano, pode-se começar a formação por este meio. Podeis convidar qualquer pessoa que não tenha feito nenhum curso, para que experimente a formação através de um GRAC. (Exceção feita aos Gracs que são para integrar cursos concretos, que possuem os seus próprios requisitos).**
- **Também podem-se solicitar duas bolsas por GRAC. Se alguma pessoa necessitar de bolsa, por favor, ponha-se em contacto com a formadora ou promotoras antecipadamente.**

Prazo de inscrição: 10 de setembro de 2016

O AMOR UMA FORÇA DE VIDA

OBJETIVOS:

- Decifrar a própria experiência de:
 - Amar,
 - Sentir-se amado,e o seu poder transformante.
- Identificar as vivências do desamor, as suas consequências e a gestão das mesmas.

Para crescer em capacidade de amar e de receber o amor dos outros, favorecendo assim um mundo mais humano.

DESENVOLVIMENTO

Acesso global

1ª parte: Experiência de amar e de deixar-se amar.

- O amor que me habita e vivo.
- A minha experiência de sentir-me amado/a.
- A facilidade e a dificuldade em receber o amor dos outros.

2ª Parte: O desamor e suas consequências. Gestão.

- As minhas experiências de não me sentir amado/a: Em minha história e no presente.
- As minhas faltas de amor ao outro e as minhas possibilidades de avançar.

Balanço

Animado por: Preciosa Cid

Modalidade: Bimensal

1º Encontro:

- SANTARÉM, 18 setembro às 9.30h
- PORTO, 1 outubro às 9.30h

A ANÁLISE PRH, UM INSTRUMENTO PARA CRESCER

OBJETIVO

- Familiarizar-me mais com o meu mundo interior e distinguir as diferentes vivências que se dão nele.
- Entrar mais no entendimento do método de análise PRH e no uso ajustado e continuado do mesmo.

Para **ser mais eu** na minha vida e a conduzir em fidelidade e liberdade.

DESENVOLVIMENTO

Acesso global

1ª Parte: APROFUNDAMENTO NOS TRÊS TEMPOS DA ANÁLISE PRH

- 1º tempo. O prévio à análise: Delimitar.
- Explorar a sensação.
- Aprofundar na sensação.

2ª Parte: ANÁLISE DE REALIDADES DE TIPO CONTEMPLATIVO

- Sensações positivas que deixam em estado contemplativo.
- Análise deste tipo de sensações.

Balço final

PARA QUEM É ESTE PERCURSO?

Para as pessoas que:

- Viveram o curso “À escuta do meu mundo interior”;
- estão motivadas a avançar no método de análise, em aplicá-lo eficazmente e deixar-se transformar por ele;
- decidam-se a dedicar por mês no mínimo 3 horas de trabalho pessoal e comprometam-se a participar em todos os seus encontros bimensais.

Animado por: Preciosa Cid

Modalidade: Bimensal

1º Encontro:

- SANTARÉM, 17 setembro às 9.30 h



“A autonomia caracteriza-se quando a pessoa se sente ao mesmo tempo livre e próxima das pessoas importantes para ela.

Tem-nas em conta, mas já não se atua em função delas.”

André Rochais

**ACOMPANHAMENTO DE GRUPOS DE PERSONALIDADE E
RELAÇÕES HUMANAS (PRH)
PORTUGAL**

PRECIOSA CID ÁLVAREZ

C/ Faustino Míguez 10, 3º C
32002 Ourense
Telf. 0034 988 25 29 31/ 0034 659 714 743
email: preciosacid@gmail.com



INSCRIÇÃO:

Preciosa Cid Álvarez

Telf. (0034) 988 25 29 31 ou (0034) 659 714 743 ou
(00351) 918290399 preciosacid@gmail.com

PROMOTORAS:

Carla Ventura da Cruz e Silva

Tel.: 962355366 carlavcsilva@hotmail.com

Alice Ferreira

Tel.: 964592426 alicepreciosa0@sapo.pt

Mª do Carmo Viseu

Tel.: 919714859 mcarvis65@gmail.com

O que é Personalidade e Relações Humanas (PRH)?

É uma **Escola de Formação** baseada numa investigação psicológica e pedagógica permanente sobre o crescimento da pessoa.

A formação proposta ajuda a:

- Trazer à luz as riquezas pessoais e desenvolver uma solidez interior,
- viver em fidelidade a si mesmo/a,
- libertar a capacidade de amar e de se deixar amar.

Transmitimos uma visão positiva da pessoa. A **fé nas suas capacidades e o respeito pela sua liberdade** são valores centrais desta formação.

Utilizamos **um método** de análise da experiência pessoal **com meios** complementares **que aceleram o crescimento das pessoas, casais e grupos.**

Propomos **programas formativos** de diferentes durações. Deste modo contribuímos para a humanização da sociedade há mais de 40 anos.



Cl. De las naves, 20 – 1º A – 28005 – Madrid

Tel: 91 473 95 05

secretariado@prh-iberica.com

www.prh-iberica.com

www.prh-international.org