

# GRUPOS DE CRECIMIENTO (GRAC - PRH)

para crecer y vitalizarse  
junto con otros



progresar  
integrar  
aprender

## CATALUÑA 2020 - 2021

*prh*  
Personalidad y Relaciones Humanas  
FORMACIÓN Y DESARROLLO



## GRUPOS DE CRECIMIENTO PRH GRAC

Los **Grupos de Crecimiento PRH** (GRAC) son uno de los medios que propone la Escuela PRH para una formación personal continuada y sentirse acompañado en el propio crecimiento.

Sus **objetivos** son:

- Estimular el crecimiento personal en un grupo entre 5 y 8 personas
- Favorecer la vitalización y la mejora de las relaciones con los otros.
- Facilitar la continuidad e integración de la formación personal en lo cotidiano.

Es posible comenzar la formación PRH por este medio formativo, en función de los objetivos y contenido de los itinerarios. Se desarrolla en encuentros mensuales de 3 a 4 horas, en dos modalidades presencial y on-line.

Cada grupo tiene un itinerario balizado. Requiere un compromiso de asistencia a todos los encuentros y una motivación para trabajar individualmente y en grupo.

Participar en un grupo de crecimiento te permitirá:

- avanzar en el conocimiento personal,
- vivir la solidaridad de crecimiento,
- practicar el análisis de las sensaciones interiores.
- integrar los fundamentos antropológicos y psicológicos de la Formación PRH.

**Plazo de inscripción: 15 de septiembre de 2020** dirigiéndose a la persona que anima el GRAC en el que deseáis participar.

**Nota.** - Es deseable realizar la inscripción lo antes posible, para facilitar la formación de los grupos, y el comienzo en la fecha prevista.

**MATRÍCULA  
GRUPOS DE CRECIMIENTO (GRAC)  
CURSO 2020-2021**

<b>Escala de ingresos brutos mensuales de la unidad familiar</b>	<b>Matrícula (1)</b>
hasta 1.000 €	280 €
hasta 1.500 €	375 €
hasta 2.000 €	485 €
hasta 2.500 €	595 €
hasta 3.000 €	705 €
A partir de 3.000 €	(2)

- (1) Actividad formativa exenta del IVA (artículo 20, punto 9, Ley 37/192)
- (2) Para calcular la tarifa que le corresponde, sitúese según sus ingresos familiares proporcionalmente a partir de la tarifa anterior.

Existe la posibilidad de solicitar **una beca de formación** que cubre el 50% de la tarifa mínima (280€). Estas becas son ofrecidas y concedidas, en su caso, por la Asociación PRH-España ([www.amigosandrerochais.org](http://www.amigosandrerochais.org)). Si es su situación, póngase en contacto con [becas@amigosandrerochais.org](mailto:becas@amigosandrerochais.org) para tramitar esta solicitud.

## LOS VALORES QUE GUÍAN MI VIDA

### OBJETIVO

- Clarificar los valores que han guiado y guían mi vida
- Distinguir los que me son más esenciales de otros menos importantes

Para potenciar los valores que más me caracterizan y conducir mi vida a partir de ellos.

### DESARROLLO

Acceso global

#### **1ª Parte: Acceso a mis valores**

- Las personas que admiro por sus valores profundos
- Valores que me conmueven
- Mis llamadas profundas
- La persona que aspiro a ser

#### **2ª Parte: Valores guías de mi historia y de mi vida actual**

- Valores que han marcado mi historia
- Mi vida actual y mis valores

Balance

**ANIMADO POR:** María Gómez Navarro

**1er Encuentro:** domingo, 25 de octubre, de 10:30 a 13:30 horas.

**Lugar:** Comenzaremos ON-LINE por la situación sanitaria

**Inscripción:** Telf. 609 211 145 [maria.gomeznavarro@prh-iberica.com](mailto:maria.gomeznavarro@prh-iberica.com)



Foto – You X Ventures

*“Los encuentros del GRAC son momentos para ponerme en orden, para pararme, para leerme por dentro, para vivir con armonía y coherencia. Y al final del recorrido me siento feliz con mi crecimiento.” (Marga)*

*“Trabajar junto con otros en mi crecimiento personal tiene dos frutos específicos para mí: Facilita responsabilizarme de mi proceso gracias a la sana envidia del “si tu puedes, yo puedo”; me permite sentir y compartir la solidaridad de crecimiento con los demás. No vamos solos, aunque sea un camino individual en muchos casos.” (Carlos)*



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

Tel: 91 473 95 05 [infoprh@iberica.com](mailto:infoprh@iberica.com)

[www.prh-iberica.com](http://www.prh-iberica.com) – [www.prh-international.org](http://www.prh-international.org)