

# GRUPOS DE CRECIMIENTO (GRAC - PRH)

para crecer y vitalizarse  
junto con otros



*progresar  
integrar  
aprender*

**GALICIA  
2021 - 2022**

**prh**  
Personalidad y Relaciones Humanas  
FORMACIÓN Y DESARROLLO



## GRUPOS DE CRECIMIENTO PRH

Los Grupos de Crecimiento PRH son uno de los medios que propone la Formación PRH para una formación personal continuada. 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. Existen tres modalidades: mensual, bimensual o trimestral (3, 6 o 9 horas por encuentro)

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

Permiten:

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

### **Inscripción:**

**Preciosa Cid** Telf. 988 25 29 31 – 659 714 743 - [preciosacid@gmail.com](mailto:preciosacid@gmail.com) ó  
**Jessica Paradela** Telf: 616536998 - [jesmariap@hotmail.com](mailto:jesmariap@hotmail.com)

**Antes del 30 de agosto de 2021**

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

## **MATRÍCULA GRUPOS DE CRECIMIENTO CURSO 2021-2022**

<b>Escala de ingresos mensuales</b>	<b>Tarifa orientativa (1)</b>
hasta 1.000 €	280 €
hasta 1.500 €	375 €
hasta 2.000€	485 €
desde 2.500 €	(2)

(1) Actividad formativa exenta del IVA, en virtud del Art. 20, punto 9 de la Ley 37/1992.

(2) Para calcular la tarifa que le corresponde sitúese, según sus ingresos familiares, proporcionalmente a partir de la tarifa anterior.

Sitúese en la escala de ingresos mensuales que en equidad se ajuste más a su situación real.

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 (<https://www.amigosandrerochais.org/>). Si es su situación, póngase en contacto con [becas@amigosandrerochais.org](mailto:becas@amigosandrerochais.org), para tramitar esta solicitud.

## **CRECER Y VITALIZARME A PARTIR DE MIS EXPERIENCIAS DE TRASCENDENCIA**

### **OBJETIVO:**

- Detectar y analizar experiencias de trascendencia en mi vida cotidiana a partir de diversos accesos.
- Vitalizarse e impregnarse de estas experiencias y del compartir en grupo.

Para experimentar el motor que es para el dinamismo de crecimiento la apertura a más que yo en mí.

### **CONTENIDO:**

**1º encuentro:** Puesta en marcha y acceso global.

**2º encuentro:** Experiencias de trascendencia a partir de mirar la bondad, el Bien.

**3º encuentro:** Experiencias de trascendencia a partir de mirar lo bello, la Belleza.

**4º encuentro:** Experiencias de trascendencia a partir de vivir el gusto de la verdad.

**5º encuentro:** Experiencias de trascendencia por abrirse la dignidad del ser humano.

**6º encuentro:** Experiencias de trascendencia por abrirse la vulnerabilidad humana.

**7º encuentro:** Experiencias de trascendencia por vivir la humildad.

**8º encuentro:** Experiencias de trascendencia a partir de un tema libre.

**9º encuentro:** Balance final.

**Animado por:** Preciosa Cid

**Modalidad:** Mensual - ONLINE

**1º Encuentro:**

- **ONLINE, 13 de septiembre a las 17.30 h.**

## ME COMPROMETO CON MIS VALORES

### OBJETIVO:

- Conocer a fondo, a través del análisis, mis valores profundos.
- Comprometerme con ellos en lo cotidiano de mi vida.

Para vivir con más determinación a partir de ellos.

### CONTENIDO:

#### **Puesta en marcha**

#### **1ª Parte: Análisis de mis valores profundos.**

- Análisis del valor que más me caracteriza.
- Análisis del valor más importante que he recibido de mi entorno familiar.
- Análisis del valor que me ha sido inculcado en los ambientes que he frecuentado.
- Análisis del valor que he recibido del interior y me ha sido dado.
- Análisis de un valor que me gustaría tener ( vivir, desarrollar más...) y que tiene poca consistencia, emergencia o fuerza en mi vida.

#### **2ª Parte: El compromiso y determinación con mis valores**

- En qué consiste mi compromiso con estos valores.
- Hasta dónde llega mi determinación.

#### **Balance**

**Animado por:** Preciosa Cid

**Modalidad:** Mensual - ONLINE

#### **1º Encuentro:**

- **ONLINE, 22 de septiembre, a las 16.30 h.**

*"Cada uno tiene un lugar  
y un rol que jugar en  
esta caravana humana  
y en la sinfonia del mundo"*

André Rochais



**ACOMPAÑANTE DE GRUPOS DE PERSONALIDAD Y  
RELACIONES HUMANAS (PRH)  
- GALICIA -**

**PRECIOSA CID ÁLVAREZ**

C/ P. Faustino Míguez 10, 3ºC  
32002 OURENSE  
Telf. 988 25 29 31 - 659 714 743  
[preciosacid@gmail.com](mailto:preciosacid@gmail.com)



## Personalidad y Relaciones Humanas (PRH)

Es una **Escuela de Formación** basada en una investigación psicológica y pedagógica sobre el crecimiento de la persona.

La formación propuesta ayuda a:

- sacar a la luz las riquezas personales y desarrollar una solidez interior.
- Vivir en fidelidad a sí mismo/a.
- Liberar la capacidad de amar y dejarse amar.

Trasmitimos una visión positiva de la persona. La **fe en sus capacidades y el respeto a su libertad** son valores centrales de esta formación.

Utilizamos **un método de análisis** de la experiencia personal con medios complementarios que **aceleran el crecimiento de las personas, las parejas, los grupos**.

Proponemos **programas formativos** de distinta duración.

De este modo contribuimos a la humanización de la sociedad desde 1970.



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

Tel: 91 473 95 05

[infoprh@prh-iberica.com](mailto:infoprh@prh-iberica.com)

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

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