

## ME PREPARER A VIVRE NOËL DANS LE CALME ET L'INTERIORITE

### Objectifs du stage

---

- Prendre du recul avant les fêtes de fin d'année, vous offrir une journée d'intériorité et de calme
- Trouver ou retrouver le vrai sens de Noël au cœur de vous-même
- Identifier les valeurs que vous désirez vivre et partager avec votre famille et/ou vos ami.es
- Vivre un temps de partage et de convivialité avec d'autres

### Contenu

---

Première partie : La signification de la fête de Noël

Deuxième partie : Mes valeurs liées à la fête de Noël

Troisième partie : Noël et mon réel d'aujourd'hui

Plan d'action et bilan

### Cadre pédagogique

---

Les travaux personnels d'analyse écrits (TPA) constituent le moyen pédagogique le plus important de ce stage. Ils vous permettent, en partant de l'observation de votre propre vécu, d'explorer méthodiquement les thèmes abordés. Ce travail personnel est suivi d'un partage. En vue d'approfondir votre recherche, le formateur, la formatrice vous propose différents moyens pédagogiques (schémas, apports, notes de synthèses, etc.)

### Condition de participation

---

Vous pouvez commencer la formation PRH par ce stage.

### Reconnaissance de la formation

---

Chaque participant, participante reçoit une attestation en fin de stage.