



MA VIE S'ENRACINE

PARCOURS-GRAC

(rythme des rencontres : chaque 3-4 semaines).

1. OBJECTIF GLOBAL

- **Conscientiser** mes racines qui me portent, me supportent et m'amènent jusqu'au bout de ma réalisation.
- Plonger mon regard sur mes racines afin de **renforcer** encore plus en moi ce qui est déjà solide et me sert de point d'appui.
- Découvrir l'importance de **me nourrir** de mes racines afin d'assurer tout ce déploiement de moi.

2. DÉROULEMENT

1^{ère} rencontre : Ma vie prend racine

Objectif : Prendre conscience de ce phénomène d'enfoncement en soi.

2^{ème} rencontre : Ma vie prend forme

Objectif : Sentir en moi de quelle façon ma vie se déploie en moi.

3^{ème} rencontre : Ma vie prend force

Objectif : Ressentir en soi la force de mes racines sur lesquelles je m'appuie.

4^{ème} rencontre : Ma vie prend racine en mon cœur profond

Objectif : Ressortir mes qualités de cœur nourrissant mes racines et m'en nourrir.

5^{ème} rencontre : Ma vie prend racine en ma beauté

Objectif : Prendre contact avec ma beauté fruit de mon enfoncement en mes racines.

6^{ème} rencontre : Ma vie prend racine en mon efficacité

Objectif : Faire le lien entre m'enraciner en moi et mon efficacité au quotidien.

7^{ème} rencontre : Ma vie prend racine en ma terre

Objectif : Sentir en moi ma terre nourrie de mon dynamisme de vie.

8^{ème} rencontre : Ma vie prend racine en mes liens

Objectif : Découvrir comment prendre racine en moi contribue à l'émergence de mes liens.

9^{ème} rencontre : Ma vie prend racine en moi et me mène à mon actualisation

Objectif : Conscientiser comment prendre racine en moi me mène à ma réalisation.

10^{ème} rencontre : Bilan

Conditions de participation :

- Réservé aux personnes ayant fait au moins un stage PRH.
- Vivre une régularité dans les rencontres au cours de l'année.
- Accepter de faire un travail d'observation et de synthèse entre chaque rencontre.