



## **JEÛNE EN CARÊME**

Avec Geneviève Dessibourg  
et Sr Laurence Foret



## Le jeûne ouvre nos mains

Jeûner 6 jours, dans sa vie ordinaire, consiste à boire uniquement tisanes, jus de fruits et légumes dilués et à pratiquer des exercices corporels. C'est prendre le temps de méditer et, en soirée, de partager, échanger avec d'autres.

## Conditions de participation

Adultes en bonne santé psychique et physique, discipline de base du jeûne, présence à la soirée d'information et aux rencontres. S'il s'agit de votre première participation et en cas de problème de santé et/ou de prise de médicaments, veuillez contacter l'infirmière avant votre inscription : [genevieve.dessibourg@gmail.com](mailto:genevieve.dessibourg@gmail.com)

## Soirée d'information

📅 Lundi 1<sup>er</sup> février 2021 de 19h30 à 21h30

## Dates et horaires :

🕒 En soirée de 18h00 à 20h15 ; en présentiel ou par visio-conférence selon la situation sanitaire.

📅 Du vendredi 5 au mercredi 10 mars 2021 (sauf lundi 8 mars 2021) ; une randonnée est proposée le dimanche 7 mars, de 13h30 à 18h00.

Ou du jeudi 11 au mardi 16 mars 2021 (sauf lundi 15 mars) , une randonnée est proposée le dimanche 14 mars, de 13h30 à 18h00.

## Intervenantes

Geneviève Dessibourg, infirmière et Sr Laurence Foret, théologienne et accompagnatrice spirituelle.

## Inscription et frais

Inscription à transmettre à la soirée d'information ou jusqu'au 22 février 2021.

En présentiel CHF 70.- (Action de Carême et Pain pour le Prochain, tisanes, petit lait et frais divers) ; si c'est en mode visioconférence CHF 40.-

## Contact

Centre Sainte-Ursule  
Rue des Alpes 2, 1700 Fribourg

[secretariat@centre-ursule.ch](mailto:secretariat@centre-ursule.ch)  
+41 26 347 14 00

J'ai déjà jeûné sur une longue période  oui  non  
 Je m'inscris pour le jeûne du 05.03.21 au 10.03.21

J'assume l'entière responsabilité de mon jeûne  
 Je m'inscris pour le jeûne du 11.03.21 au 16.03.21

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

NPA ville .....

Téléphone .....

Email .....

Date .....

Signature .....