



DEVENIR QUI JE SUIS

Selon l'approche de Jean Monbourquette, prêtre et psychologue



Description

Cinq journées, indépendantes les unes des autres, dans lesquelles théorie, pratique, réflexion personnelle, partages en groupe et méditations guidées se conjuguent pour vous amener à mieux vous connaître, à avoir plus d'estime et de bienveillance envers vous-même et envers les autres ainsi qu'à vous ouvrir à votre dimension spirituelle.

C'est le modèle du schéma de la personnalité de Jean Monbourquette, inspiré par Jung, qui servira de base à nos réflexions et à nos exercices.

Pour plus de renseignements, voir le site estimame.com.

Public concerné

Toute personne désireuse de croître dans toutes les dimensions de son être et de vivre ainsi en harmonie avec elle-même et avec les autres.

Cela vous apportera

Une meilleure connaissance et une meilleure acceptation de tous les aspects de votre personne ainsi que des outils pour vous relier à vos ressources spirituelles.

Date et horaires



Samedis

15 novembre 2025 : A la recherche de son identité

17 janvier 2026 : Renforcer son estime de soi

21 mars 2026 : Transformer les fausses croyances sur soi

9 mai 2026 : L'ombre, le côté mal aimé de soi

13 juin 2026 : Guérir par la résolution de ses conflits intérieurs



9h00-17h00 (avec une pause de 1h30 à midi)

La participation aux 5 journées est conseillée mais pas obligatoire.

Intervenante

Fabienne Allegro Rebora, animatrice d'ateliers selon l'approche de Jean Monbourquette.

Inscription et frais

Inscription auprès du Centre Sainte-Ursule jusqu'à une semaine avant chaque rencontre.

CHF 100.- pour une journée.

CHF 400.- pour l'ensemble des cinq journées.

Contact

Centre Sainte-Ursule
Rue des Alpes 2, 1700 Fribourg

secretariat@centre-ursule.ch
+41 26 347 14 00