



DEVENIR QUI JE SUIS

Selon l'approche de Jean Monbourquette, prêtre et psychologue

 Adresse temporaire
pour 2026-2027 

 Sainte –
CENTRE Ursule

Route des Bonnesfontaines 7, 1700 Fribourg · www.centre-ursule.ch · secretariat@centre-ursule.ch

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

28 novembre 2026 : A la recherche de son identité

23 janvier 2027 : Renforcer son estime de soi

6 mars 2027 : Transformer les fausses croyances sur soi

1^{er} mai 2027 : L'ombre, le côté mal aimé de soi

5 juin 2027 : 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
Route des Bonnesfontaines 7, 1700 Fribourg

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