



JEÛNE EN CARÊME

Avec Lia Lopez-Polo et Olivier Ottet

 Adresse temporaire
pour 2026-2027 

 Sainte –
CENTRE Ursule

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

Description

Le jeûne ouvre notre être : santé, spiritualité et solidarité.

Jeûner dans sa vie ordinaire, c'est vivre un temps de dépouillement qui ouvre à toutes les dimensions de notre être et aux autres. C'est prendre le temps de méditer et, en soirée, de partager et d'échanger en groupe. Le jeûne consiste à boire uniquement des tisanes, des jus de fruits et de légumes, à prendre soin de son corps et de son âme.

Dans le cadre de l'accompagnement, un apport spirituel est proposé. Pour favoriser l'ouverture de l'être à tous les sens, des temps de Shibashi sont également offerts durant les soirées de partage. Le dimanche, un temps de balade en extérieur est prévu.

Conditions de participation

Adultes en bonne santé psychique et physique, discipline de base du jeûne, présence à la soirée d'information et aux rencontres.

Chaque personne assume l'entière responsabilité de son jeûne.

S'il s'agit de votre première participation et en cas de problème de santé et/ou de prise de médicaments, veuillez contacter l'organisateur avant votre inscription :

oo@olivierottet.ch

Soirée d'information

 /  Mardi 19 janvier 2027, 18h30-20h00

Dates et horaires

 /  **Pendant le jeûne :**

Vendredi 19 février 2027, 18h00-20h00, samedi 20 février 2027, 16h00-18h00.

Dimanche 21 février 2027, 13h30-17h30, balade à l'extérieur.

Lundi 22 et mardi 23 février 2027, 18h00-20h00.

Soirée de retrouvailles : Le vendredi 16 avril 2027, 19h00.

Animation

Olivier Ottet est en formation théologique et travaille comme conseiller en environnement. Il pratique le jeûne depuis plus de dix ans.

Lia Lopez-Polo est agente pastorale et animatrice biblique.

Ce jeûne est proposé en lien avec l'action « Jeûner ensemble », élaborée par Action de Carême & EPER Pain pour le prochain.

Inscription, frais et contact

Inscription à remplir et à remettre lors de la soirée d'information ou auprès du Centre Sainte-Ursule jusqu'au 28 janvier 2027.

CHF 70.-, et il y aura une collecte durant le jeûne en faveur de projets soutenus par l'Action de Carême & EPER Pain pour le prochain.

Centre Sainte-Ursule · secretariat@centre-ursule.ch · +41 26 347 14 00