



Rue des Alpes 2  
CH - 1700 Fribourg  
+41 (0)26 347 14 00

[WWW.CENTRE-URSULE.CH](http://WWW.CENTRE-URSULE.CH)  
accueil@centre-ursule.ch

**HEURES D'OUVERTURE**  
Lundi à vendredi, 9h00 - 17h00

**SECRETARIAT**  
Lundi à vendredi,  
9h00 - 12h00 et 13h30 - 17h00

# CENTRE SPIRITUEL SAINTE-URSULE

## PROGRAMME FÉVRIER - JUIN 2018



*La Vie germe dans ma terre intérieure*

### NOUVEAUTÉS

#### « VA AVEC LA FORCE QUI T'ANIME ! » - SOEUR THÉRÈSE GAGNAUX

Parcours d'écoute et de relecture personnelle de ce qui donne souffle à son quotidien.  
Découvrir par l'attention intérieure à la Vie qui habite chacune et chacun le sens de l'étape de vie que je traverse aujourd'hui dans mon être humain et spirituel.  
▶▶ Mardi de 18h00 à 19h30 ou jeudi de 15h00 à 16h30. Inscription demandée, collecte.

FÉV.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
6	13	17	15	12
8	15	19	17	14

#### MONTER AVEC LE CHRIST VERS JÉRUSALEM - Equipe du Centre

Dans la foi en la résurrection, prendre le temps d'accompagner le Christ qui marche résolument vers sa Passion, à travers différentes formes de prière, de rites et de sacrements.  
Possibilité de prolonger par un pique-nique tiré du sac.  
▶▶ Jeudi de 12h15 à 13h00, sans inscription.

FÉV.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
15	1, 8			
22	15, 22			
	29			

#### EL CAMINO - Geneviève et Laurent Dessibourg,

**Marie-Madeleine et Christophe Beer, Barbara Francey**

Trois jours pour admirer la nature, faire silence, nourrir sa prière par l'approfondissement de textes bibliques sur le thème « Des prophètes de la Bible aux prophètes d'aujourd'hui ». Randonnées de quelques heures sur des sentiers pédestres avec une dénivellation moyenne.  
▶▶ Du jeudi 17h00 au dimanche 15h00, Balmberg (SO). Inscription jusqu'au 15 mars 2018.

FÉV.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
				31 — 3

### ÉVÉNEMENTS

#### JOURNÉE MONDIALE DE PRIÈRE DES FEMMES

Thématique proposée par les femmes du Suriname : « La Création de Dieu est très bonne »  
Célébration oecuménique avec Débora Kapp et Barbara Francey suivie d'un temps convivial.  
▶▶ Vendredi 9 mars 2018 de 18h30 à 19h30.

FÉV.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
	9			

#### JOURNÉE CADEAUX DE PREMIÈRE COMMUNION

Vente de livres, de souvenirs et d'articles de fête pour la Première Communion.  
Organisée par la librairie Saint-Augustin. 10% sur tous les articles proposés.  
▶▶ Samedi 21 avril 2018 de 10h00 à 15h00.

FÉV.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
		21		

#### ANIMATION BIBLIQUE DE LA PASTORALE ET DE LA CATÉCHÈSE

Une soirée présentée par François-Xavier Amherdt, pour poser les fondements de l'intuition que la Parole de Dieu est la source même de l'agir ecclésial. Plusieurs illustrations pratiques seront offertes à partir des 120 propositions concrètes tirées de son dernier livre.  
▶▶ Mercredi 2 mai 2018 de 20h00 à 21h45. Sans inscription, collecte.

FÉV.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
			2	

#### NUIT DES MUSÉES

Portes ouvertes, visite de l'exposition « Une femme audacieuse, Anne de Xaintonge », présentation des diverses activités du Centre spirituel Sainte-Ursule et petite restauration.  
▶▶ Samedi 26 mai 2018 de 18h00 à 23h00. Billets en vente sur place ou [www.ndm-fribourg.ch](http://www.ndm-fribourg.ch)

FÉV.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
				26

### AU FIL DES JOURS...

#### EUCHARISTIE

Accueillir, célébrer en communauté le don du Christ par excellence.  
▶▶ Du mardi au vendredi de 10h30 à 11h00. Eglise Ste-Ursule, Rue de Lausanne 92.

Du mardi au vendredi

#### PRIÈRE - PRÉPARER L'ÉVANGILE DU DIMANCHE

Prière partagée sur l'Évangile du dimanche suivant, puis temps convivial.  
▶▶ Chaque mercredi durant la période scolaire de 9h30 à 10h15, sans inscription.

Chaque mercredi

#### ACCOMPAGNEMENT - Se relever sous le regard de Dieu

Accompagnement personnel, thérapeutique, relationnel ou spirituel proposé par Elisabeth Ansen-Zeder, Pierre-Olivier Bressoud, Sr Laurence Foret, Sr Thérèse Gagnaux, Philippe Hennebicque, Christine Mouthon et Agnès Telley.  
▶▶ Coordonnées des accompagnateurs: [www.centre-ursule.ch](http://www.centre-ursule.ch)  
Eine persönliche, therapeutische, zwischenmenschliche oder spirituelle Begleitung bieten an Elisabeth Anden-Zeder und Christine Mouthon.  
▶▶ Kontakt mit den Begleitern: [www.centre-ursule.ch](http://www.centre-ursule.ch)

Toute l'année, sur demande

# PARCOURS • ATELIERS • SOIRÉES

## MÉDITATION GUIDÉE - Rachel Grandjean et Jean-Pierre Ducrest

Pratique de la méditation pour débutants ou initiés. Possibilité de rejoindre les soirées en cours d'année. ▶▶ Jeudi de 20h00 à 21h30, sans inscription, collecte.

## CITHARE ET PRIÈRE - Eliane Bouquin et Daniel Gumy

Cours collectifs et individuels de cithare pour tout niveau : apprentissage de l'instrument et perfectionnement, musique d'ensemble, jeu musical au service de l'intériorité et accompagnant la prière. ▶▶ Vendredi 1x/mois, inscription demandée.

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
1	8	19	3, 17	7, 14
22	22		24	28

  

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
2	2		4	
7	7		2	
16	16		18	

## MÉDITATION ZEN - Diane Hayoz-Bourque et Roland Stähli

Pratique du Zen en vue de disposer son corps et son psychisme à entrer en contact avec la profondeur spirituelle de son être. **Pratique hebdomadaire :** lundi de 19h30 à 20h45, mercredi de 12h00 à 13h15 et vendredi de 18h00 à 19h00.

▶▶ Introduction obligatoire lundi 12 mars à 18h00, sans inscription.

Zen, um in Kontakt mit der eigenen Tiefe seines Wesens, des Körpers und der Psyche zu gelangen. **Wöchentlich** jeweils Montag von 19.30 bis 20.45 Uhr, Mittwoch von 12.00 bis 13.15 Uhr und Freitag von 18.00 bis 19.00 Uhr. ▶▶ Einführung: Montag 12. März, 18.00 Uhr, ohne Anmeldung.

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
PRATIQUE HEBDOMADAIRE				
lundi - mercredi - vendredi				

WÖCHENTLICH  
Montag - Mittwoch - Freitag

## SE RELEVER D'UN DEUIL - Agnès Telley et Colette Brugger

Pour toute personne vivant un deuil, espace d'écoute et de parole avec proposition d'outils de compréhension du processus de deuil. Entretien individuel sur demande. ▶▶ Lundi de 15h30 à 17h30 ou de 19h30 à 21h30, sans inscription.

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
5	5	9	7	4

## ECOLE D'ORAISON - Anne Collaud

Formation à l'oraison par l'enseignement, l'échange et la prière personnelle en vue d'un cœur à cœur avec Dieu. ▶▶ www.misericorde.ch, inscription demandée.

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
5	5	16	7	

## SHIBASHI - Fabienne Curty et Dominique Zürcher

Méditation par le mouvement en vue de vivre l'ouverture en communion avec le Vivant. Aucune connaissance préalable nécessaire, possibilité de rejoindre en cours de trimestre. ▶▶ Lundi de 20h00 à 21h00, inscription demandée.

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
5	5	9	7	11
19	19	23	28	

## LECTIO DIVINA - Débora Kapp, Olivier Fasel et Philippe Hennebicque

Ecoute de la Parole de Dieu en vue de s'en imprégner et d'en vivre. Démarche œcuménique accessible à tous. ▶▶ Jeudi de 18h45 à 19h45, sans inscription.

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
8	8	12	17	14

## MEDITATION AUF DEUTSCH - Bernard Grandjean

Meditation für Anfänger und Fortgeschrittene. Eine Meditation, die begleitet und gemeinsam praktiziert wird, hilft vielen, auch alleine die Stille zu suchen. ▶▶ Donnerstag von 19.15 bis 20.45 Uhr. Ohne Anmeldung, Kollekte.

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
8	1	26		
	15			
	29			

## ATELIER D'ICÔNES - Agnès Glichitch

Atelier de peinture d'icône pour personnes débutantes ou expérimentées. Chaque atelier comprend huit journées. ▶▶ Vendredi ou samedi ou dimanche, chaque quinzaine dès janvier 2018.

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
9-11	9-11	13-15		
23-25	23-25	27-29		

## LA DANSE, UNE MÉDITATION - Ursula Kiener

Pratique de la danse en vue d'ouvrir au sens de la vie et à la spiritualité. Aucune connaissance préalable nécessaire. ▶▶ Mercredi de 19h30 à 21h30, inscription demandée. Tanzen, um sich dem Sinn des Lebens, der Spiritualität und des Gebets zu öffnen. Keine Vorkenntnisse nötig. ▶▶ Mittwoch von 19.30 bis 21.30 Uhr, Anmeldung erwünscht.

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
14	14	18	16	13

## LIEDER DES HERZENS - Nelly Kuster

Unsere Stimmen zum Klingen bringen und uns mit Lebensfreude erfüllen. Die Ateliers leiten zum Singen, zur Stille oder zur fröhlichen Bewegung an. Francophones bienvenus. ▶▶ Samstag von 9.30 bis 11.00 Uhr, Anmeldung erwünscht.

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
17	17	14	19	16

## MERCRELIVRE - Librairie Saint-Augustin

Chaque 3<sup>ème</sup> mercredi du mois, présentation d'un livre et de son auteur autour d'un partage convivial. Organisé par la Librairie Saint-Augustin. ▶▶ Mercredi de 18h00 à 19h30.

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
21	21	18	16	20

## AUXILIAIRES DE L'EUCARISTIE - Abbé François-Xavier Amherdt

Parcours de trois rencontres donnant les éléments de base afin de recevoir le mandat d'auxiliaire de l'eucharistie. ▶▶ Mercredi de 20h00 à 22h00, inscription demandée.

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
21	7			
	21			

## JEÛNE EN CARÊME - Elisabeth Erb et Barbara Francey

Une semaine de jeûne accompagnée par une démarche spirituelle, à la maison et en groupe, tout en continuant ses activités quotidiennes. Soirée d'information lundi 5 février à 19h30. ▶▶ Du vendredi au mercredi, de 18h00 à 20h15, dimanche de 14h00 à 18h00. Inscription demandée.

FÉV.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
23, 24				
25, 27				
28				

## LIRE ENSEMBLE L'ÉVANGILE SELON ST-MARC - Philippe Hennebicque

Lire autrement l'Évangile de Marc, grâce à une méthode accessible à tous pour en découvrir ensemble les ressources profondes. ▶▶ Mardi de 19h15 à 21h15, inscription demandée.

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
27	27	24	29	26

## FORMATION À L'ÉCOUTE - Association Akouo

Parcours alliant théorie et pratique pour une formation de base en vue de favoriser une meilleure communication et entrer en relation d'accompagnement. ▶▶ www.akouo.ch. Inscription: Association Akouo: 021/869 90 08, vd.secretariat@akouo.ch

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
	3			
	10			
	17			

## LE RÊVE, UN ESPACE D'ÉVOLUTION - Anne Vuistiner

Deux soirées animées par une psychanalyste diplômée du C.G. Jung-Institut Zürich, pour aborder les rêves dans une perspective jungienne. ▶▶ Mercredi de 19h45 à 21h30. Inscription: Antenne Romande Institut Jung: 021/647 41 27, antenneromandecgj@bluewin.ch

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
		18		
		25		

## DE TOI RECEVOIR LA FORCE

Prière œcuménique avec onction d'huile pour demander force et sérénité en accueillant et méditant une parole biblique. ▶▶ Vendredi de 20h00 à 21h00.

FÉVR.	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
			20	