



## **DEVIENS CE QUE TU ES !**

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 de bienveillance envers vous-même et envers les autres ainsi qu'à vous ouvrir à votre dimension spirituelle.

### Thèmes abordés

Les trois premières journées seront principalement consacrées à la connaissance de soi, à l'estime de soi, à la confiance en soi et à la saine affirmation de soi. Les deux jours suivants, l'accent sera davantage mis sur la partie inconsciente de notre personnalité et sur nos aspirations profondes. 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.

## Public concerné

Toute personne désireuse de croître dans toutes les dimensions de son être et de vivre ainsi en harmonie avec elle-même et 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 16 novembre 2024, 11 janvier, 15 mars, 10 mai, 14 juin 2025

 9h00-17h00

Possibilité de participer aux 5 journées, à une seule, ou à quelques-unes d'entre elles, au choix.

## Intervenante

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

## Inscription et frais

Inscription jusqu'à une semaine avant chaque rencontre.

CHF 100.- pour une journée.

## Contact

Centre Sainte-Ursule  
Rue des Alpes 2, 1700 Fribourg

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