



JEÛNE EN CARÊME

Avec Olivier Ottet et Sylvie Roman



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, jus de fruits et de légumes et à pratiquer des exercices corporels.

Dans le cadre de l'accompagnement, un apport spirituel sera proposé. Pour favoriser l'ouverture de l'être à tous les sens, des temps de Shibashi seront également offerts durant les soirées de partage. Le dimanche, un temps de marche 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

 /  Jeudi 20 février 2025, 19h00-20h30

Dates et horaires

 /  **Pendant le jeûne** : Du vendredi 21 au mardi 25 mars 2025, 18h00-20h00.
Dimanche 23 mars 2025, 13h30-17h30, randonnée pédestre dans la nature (pas de rencontre le dimanche soir).

Soirée de retrouvailles : Le vendredi 9 mai 2025, 19h00.

Animation

Olivier Ottet est gestionnaire qualité, en formation théologique, « jeûneur » depuis plus de 10 ans.

Sylvie Roman est directrice du Centre Sainte-Ursule. Son parcours est riche d'une expérience de plusieurs années dans la coopération internationale.

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 jusqu'au 7 mars 2025 au secrétariat du Centre Ste-Ursule.

CHF 110.- (incluant une participation financière à l'action d'Action de Carême & EPER Pain pour le prochain et une participation aux frais du Centre Sainte-Ursule).

Une invitation à soutenir un projet humanitaire et solidaire sera également adressée.

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