

## PSYCHOLOGIE ET SPIRITUALITÉ

Ce séminaire désire intégrer d'un côté les connaissances psychologiques sur le fonctionnement de l'être humain et la vision de Dieu pour l'homme

Ces séances ont pour but d'offrir l'occasion d'apprendre à poser un regard équilibré et serein sur soi-même avec l'apport psychologique ET théologique à la question du « moi »

La pédagogie de ces sessions suppose encourager les participants à grandir évoluer tout en leur donnant des moyens des outils et des pistes pour avancer dans leur vie

Chacun est là d'abord pour lui-même et personne n'est tenu de dévoiler plus qu'il n'en a envie

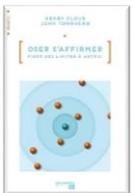
## BIBLIOGRAPHIE



### L'équilibre psychologique du chrétien

Jacques Poujol  
190 pages

*Permettra de mieux se comprendre et de s'accepter sous le regard de Dieu*



### Oser s'affirmer

Henry Cloud & John Townsend  
186 Pages

*L'art de fixer des limites*



### La grande aventure d'être soi

Valérie Duval-Poujol  
Jacques Poujol  
Cosette Fébrissy  
248 pages

*Parcours psychologique et biblique*



### Bien se connaître pour mieux vivre

William Backus & Marie Chapian  
200 pages

*Être vrai avec soi-même un point de vue biblique*



### Seule et sereine

Cosette Fébrissy  
117 pages

*L'allongement de la vie aidant, chacun de nous a été, est ou sera « solobataire »*

## LIEU

Le lieu exact à Bienne vous sera communiqué lors de la confirmation de votre inscription

## INFORMATION & CONTACT

### Centre Empreinte

Av. de Gilamont 34  
1800 Vevey

☎ +41 (0)79 521 62 09

✉ [info@empreinte-vevey.ch](mailto:info@empreinte-vevey.ch)

PENSER

ESPERER

CROIRE

OSER

RÊVER

**NOUVEAU**

# ATELIER DE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL CHRÉTIEN

**BIENNE  
2025**

**4 sessions**



*Séminaire organisé par :*  
**CENTRE EMPREINTE**

Centre de thérapie chrétienne  
Vevey

en collaboration avec  
**Centre Empreinte Antenne Tavannes**

Cet atelier est délégué  
par Jacques Poujol  
& Cosette Fébrissy

**empreinte**  
formations.

### Atelier de Développement personnel chrétien à Bienne de février à juin 2025

M. / Mme / Mlle (écrire lisiblement svp)

NOM :

.....

PRÉNOM :

.....

Profession :

.....

Âge : .....

Adresse :

.....

.....

.....

Tél. : .....

E-mail : .....

### DÉLAI D'INSCRIPTION

Votre inscription devra nous parvenir

avant le 31 janvier 2025 à

**CENTRE EMPREINTE**

**Av. de Gilamont 34**

**1800 Vevey**

*(elle vous sera confirmée)*

**Attestation en fin de parcours**

## OBJECTIFS

Ce séminaire s'adresse aux personnes désireuses de :

- Mieux comprendre leur fonctionnement psychologique et spirituel et celui des autres
- Accroître leur qualité de vie en réduisant la tension entre ce qu'elles sont et ce qu'elles essaient d'être
- Développer leur potentiel pour oser être elles-mêmes et mieux servir Dieu et les autres

## APERÇU DU PROGRAMME

### Introduction

- Découvrir mon scénario de vie
- Oser être moi-même m'affirmer
- Développer mes points forts

### Les limites

- Mieux communiquer
- Apprendre à gérer les conflits
- Améliorer mes relations

### Les sentiments et les émotions

- Joie Tristesse Peur
- Colère et pardon
- Gérer mes souvenirs douloureux

### Connaître mon identité

- Connaître mon fonctionnement psychologique et spirituel
- Confiance et estime de soi
- Mes déserts et silences de Dieu

**Si le prix devait vous empêcher de suivre cette formation, merci de prendre contact avec**

**Mme Lucia Simkins :**

☎ +41 79 521 62 09 ✉ [info@empreinte-vevey.ch](mailto:info@empreinte-vevey.ch)

## LES INTERVENANTS

**Lucia Simkins**



Enseignante  
Formatrice d'adulte  
Praticienne en Relation d'Aide  
Conseillère psycho-spirituel  
Directrice de Centre Empreinte

### Avec une équipe très motivée

Tous formés en :

- Relation d'Aide
- Développement Personnel
- Accompagnement Couples et Familles

## DATES ET HORAIRES

28 heures de formation en 4 sessions  
**les samedis de 9h à 17h**

8 février 2025	3 mai 2025
15 mars 2025	14 juin 2025

**Accueil dès 9h avec café**

## PRIX

**Individuel : 310.- CHF + 30.- frais d'inscription**

**Couples : 560.- CHF + 50.- frais d'inscription**

**À régler cash sur place  
à la 1<sup>ère</sup> session le 8 février 2025**

**Inclus dans le prix :**

Pauses gourmandes

2 livres et matériel

Votre inscription vous engage au paiement et à la participation aux 4 sessions

En cas de désistement les frais d'inscription ne sont pas remboursés