



26 et 27 septembre 2026 - Salle communale de Châbles FR

## Les invitées d'honneur

**Samedi 26 septembre 2026 à 14h**

**Christiane Kolly**



**Sujet de la conférence :**  
**Cercle de Pardon**

Venez expérimenter cet outil de guérison des blessures du cœur, une douche du cœur pour laisser place à l'amour.

Depuis toujours, le fonctionnement de l'être humain me passionne. Le non pardon nous retient prisonnier, le pardon libère en nous le pouvoir d'aimer. C'est un choix conscient. Un cercle de pardon nous entraîne à pardonner.

Depuis 30 ans, j'explore ce domaine. Diplômée de l'école Écoute ton corps, l'approche des blessures de l'âme (rejet, abandon, injustice, trahison, humiliation) m'a permis d'abord pour moi-même et puis pour mon prochain d'y voir plus clair et de prendre le chemin de la guérison. Le pardon y est une étape importante.

Olivier Clerc, sur la base des enseignements de Don Miguel Ruiz des accords toltèques, a créé cet atelier en 2012. Nous sommes aujourd'hui plusieurs centaines à animer dans plusieurs langues.

Dans ma conférence, vous pourrez en mesurer l'importance.

De nombreux témoignages sur les sites :

[www.christianekolly.ch/cercledepardon.html](http://www.christianekolly.ch/cercledepardon.html)

[www.cerclesdepardon.fr](http://www.cerclesdepardon.fr)

**Dimanche 27 septembre 2026 à 14h**

**Florence Mertenat**



**Sujet de la conférence :**  
**Qi Gong – Massage**

Comment prendre en main ma santé ? Quelques clés pour agir au quotidien. Et si on abordait la santé autrement que par les « il faut » ? La médecine traditionnelle chinoise propose des attitudes et gestes simples à intégrer au quotidien pour renforcer durablement notre vitalité.

« Connais-toi toi-même ! » Et si tout commençait par-là ? Prendre soin de notre corps, c'est d'abord apprendre à l'écouter, à reconnaître ses forces, ses fragilités et ses besoins. Car c'est dans notre manière d'aborder la santé que tout se joue.

Au cours de cette conférence, Florence Mertenat partage des clés concrètes pour devenir acteur de sa santé au quotidien. Elle nous invite à expérimenter de simples gestes pour développer une relation plus attentionnée avec soi-même : établir un rituel, installer une respiration profonde, choisir avec conscience les aliments et les pratiques qui permettent de nous préserver et de nous recharger.

Enseignante de Qi Gong depuis plus de quinze ans et praticienne en massage, elle partage une approche fondée sur une conviction profonde : nous possédons en nous des ressources que nous pouvons apprendre à reconnaître, développer et mobiliser pour nous transformer et gagner en stabilité et en vitalité.

[www.florencemertenat.com](http://www.florencemertenat.com)

[flomertenat@gmail.com](mailto:flomertenat@gmail.com)