

# Travail qui relie

Face à l'état du monde,  
se relier à l'essentiel

du vendredi 6 au dimanche 8 février 2026  
A terranimée, proche de Redon, 44-56-35



# Le Travail qui Relie

Le Travail qui Relie une méthode conçue par **Joanna Macy**, écophilosophe et spécialiste en systémie, pionnière en écopsychologie, et ses collègues, pour une **transformation** intérieure et extérieure. C'est un **processus collectif** pour **accueillir nos souffrances liées à la destruction du vivant, retrouver de l'énergie** et de la puissance dans nos actions, dans l'intention d'agir pour soutenir le vivant.

Cette méthode est inspirée des traditions ancestrales, des sciences et de l'état du vivant.

Pour vivre ces expériences, nous vous proposerons des **temps d'exploration** guidés, mais aussi des temps en duo, des **temps d'écoute corporelle et d'écoute du vivant**, des dynamiques en petit groupe et en grand groupe, des rituels collectifs, des jeux et du mouvement... Dans un cadre de **sécurité psychologique**, de non jugement, de non dogmatisme (absence d'injonctions!!), de consentement et de bientraitance...

Et avec des méthodes pour accueillir les émotions, même pour les personnes pour qui c'est compliqué.



crédit photo : [Beauty from Samsara](#)

# Le Travail qui Relie

## Pour qui?

Le travail qui relie s'adresse à celles et ceux

- qui sont **engagé.es** dans la construction du monde d'après et qui peuvent parfois s'épuiser...

- qui veulent s'engager, mais se sentent **paralysé.es**, qui aimeraient se (re)mettre en mouvement...

- qui ressentent de l'éco-anxiété, de la peur pour le futur, de la colère contre ce qui est fait, et ce qui n'est pas fait, de la paralysie devant l'ampleur des problèmes et le manque de solutions concrètes...

- qui ont **besoin de retrouver du sens** dans ce monde, et de la puissance dans leurs actions...

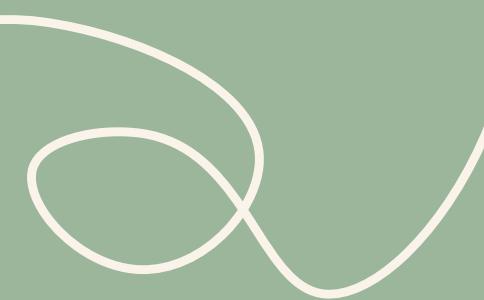
- qui aimeraient trouver leur élan profond, **trouver leur place** dans la co-construction d'un monde respectueux du vivant... Cela sans aucun dogmatisme, juste une écoute de vos élans profonds...

**Dans cet atelier, nous accueillons aussi les adolescent.es et leurs parents.**



crédit photo : [Beauty from Samsara](#)

# La spirale du travail qui relie...



Agir pour le vivant!

Retrouver de l'énergie

Se régénérer

Passer d'un petit moi à un Soi élargi

Retrouver du temps long, du temps cyclique...

Ressentir l'interdépendance

Actions collectives, créatives

Se sentir relié.es et soutenu.es

Imaginer d'autres mondes...

## 3-Porter un nouveau regard

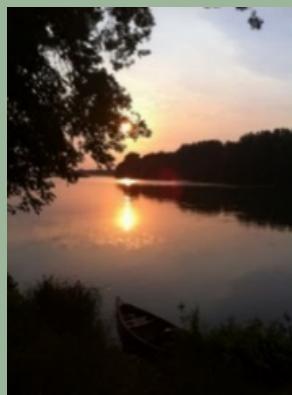


Essaimer



## 4-Aller de l'avant

## 1-S'enraciner dans la gratitude



## 2-Honorer notre souffrance pour le monde

Accueillir et amplifier la beauté du monde, la joie, l'émerveillement...

Se sentir vivant.e!

Habiter son corps

Accueillir et partager les émotions difficiles, leur intensité, et les composter

Faire face à la réalité: crises, pertes, injustices, discriminations...

# Frais de facilitation :

Une partie des revenus de nos ateliers est attribuée systématiquement au bénéfice d'associations.

**Participation consciente:** voir les détails ici:

<https://www.participation-consciente.info/>

Un point vous sera fait lors de l'atelier sur cette participation consciente. Nous sommes à votre écoute pour les questions que vous vous posez sur ce sujet.

Petit groupe de 6 à 12 personnes maximum.





# Logistique :



- Dates de l'atelier : **début le vendredi 6 février à 14h** (arrivée vers 13h45), **fin le dimanche 8 février à 16-17h** (prévoir de rester jusque 16h minimum)
- Date limite d'inscription: 5 janvier
- Lieu: Terranimée, à 5km de la gare de Redon (56-35-44)
- Hébergement : gite Terranimée, **110€ par personne** pour les 2 nuits en chambre partagée et l'accès aux espaces.
- **repas: en auberge espagnole**: chacun.e apporte des plats végétariens à partager avec les autres.
- Gare la plus proche: Redon.
- Besoins spécifiques: n'hésitez pas à nous demander, nous ferons au mieux pour nous adapter à vos besoins !

# Florence-Marie Jégoux

Ancienne infirmière, pilote, aiguilleuse du ciel, analyste de risques, elle est **spécialiste en psychologie cognitive et psychologie sociale**, formatrice facilitatrice sur le « PFH », le fonctionnement humain et organisationnel depuis 2009. Elle est **formée en systémie** depuis 2014, elle donne de nombreuses conférences sur la sécurité psychologique. Elle est aussi secouriste en santé mentale.

Elle aime **être un trait d'union** entre psychologie et sociologie, spiritualité et Politique, individuel et collectif, poésie et neurosciences, intériorité et engagement dans le monde...

Elle est tombée dans l'écologie en 2017, puis la collapsologie suite à un **voyage avec Loire**... Elle est devenue militante Greenpeace puis XR. Quand elle a découvert l'écopsychologie, elle a trouvé sa place pour la co-construction du monde de demain! Elle s'est formée en 2020 comme facilitatrice du travail qui relie, dans la lignée de Joanna Macy.

Pour **bifurquer** et quitter le système destructeur du vivant, elle est devenue **psychopraticienne** et exerce comme thérapeute en intelligence relationnelle (**thérapie des traumas, système nerveux**: théorie polyvagale, IFS et attachement). Florence-Marie fait partie du **Réseau des professionnels de l'Accompagnement Face à l'Urgence Ecologique** (elle est actuellement représentante du RAFUE, et a participé à la création du cercle de pratique du travail qui relie).

Elle anime des **groupes de parole sur les éco-émotions**, des fresques (biodiversité, nouveaux récits, résistances) et a créé la **fresque du Changement de Cap**, en lien avec le travail qui relie. Elle est activiste et bénévole pour plusieurs collectifs militants et activistes co-constructeurs d'un monde respectueux du vivant... Elle développe aussi des ateliers sur la **prévention du burn out militant, et fait partie d'un groupe de soin miliant**. Elle continue de se former aux inégalités et systèmes d'oppression. Elle s'enforeste et habite au milieu de « la forêt qui pousse », toutes ces initiatives pour le vivant, pour le **changement de cap**...



# Olivia Lamorlette

Comédienne passionnée par le **travail du corps et des émotions**, Olivia accompagne depuis 15 ans des groupes et des individus dans les hauts et les bas de leurs relations à eux-mêmes, aux autres et au vivant. Elle se nourrit de multiples approches corporelles, émotionnelles, et systémiques.

Elle s'est formée aux **Premiers Secours en Santé Mentale, au travail qui relie** et à l'accompagnement de la sécurité psychique et relationnelle dans un groupe. Sensibilisée depuis de nombreuses années à la protection du vivant sous toutes ses formes, elle soutient l'émergence de modes de vie alternatifs et régénératifs notamment en tant que **facilitatrice en intelligence collective et en gouvernance partagée**.

Site : <https://ohlavie.org/>



# Témoignages suite aux ateliers de Travail qui Relie



« **j'ai confiance, j'ai plus peur !** »

« après un WE comme celui-là, on voit la nature différemment et on se sent vraiment en lien »

« ça m'a permis de **retrouver de l'énergie** »

« j'ai l'impression d'un voyage dans les **profondeurs de l'humanité** »

« J'ai vécu le cycle de la vie ! »

“Vous m'avez **réconciliée avec l'écologie!!**”

« Ça fait **du bien de plus se sentir seul !!** »

« je me suis sentie soutenue, parce que j'avais des peurs »

« Ça m'aide à y voir plus clair sur mes **priorités** »

« Un des **meilleurs WE de ma vie !!** »

“ Ça devrait être remboursé par la sécu, vos ateliers!!”

« Ça devrait toujours être comme ça, les relations humaines!! »

« Une des **plus belles expériences humaines que j'ai vécues !!!** »



## **Pour vous inscrire :**

Formulaire d'inscription: <https://framaforms.org/inscription-atelier-de-travail-qui-relie-1747318865>

Envoyer un mail à Florence-Marie et Olivia si vous avez des questions :

Olivia: [olavie@free.fr](mailto:olavie@free.fr)

Florence-Marie: [reliance@ecomail.bio](mailto:reliance@ecomail.bio)

**Inscriptions AVANT le 5 janvier !**

Bienvenue à vous !!

On a hâte de vous rencontrer!!

