

# Le Conviviabule

# Balade & Reliance

Walk & Reconnect

**SAMEDIS 9h-10h30 à Neuchâtel**  
**17 janvier/ 21 mars/ 23 mai 2026**

Et si on se connectait pour de vrai à soi, aux autres et au reste de la nature ? Pour mieux faire face aux crises écologiques, sociales et existentielles.

Rejoins-nous pour un atelier de Travail Qui Relie, en mouvement, au coeur de la forêt.

Avec Vincent Moser

Prix libre, sur inscription :

[info@conviviabule.ch](mailto:info@conviviabule.ch) ou via le QR code



Le Travail Qui Relie (TQR) est un processus développé par Joanna Macy. Pratique en groupe, il permet d'accepter les émotions qui accompagnent la prise de conscience de l'état du monde et de se remettre en action de manière plus apaisée. Walk and Reconnect est une formule courte de TQR créée par le Hub des possibles, Lausanne.

Avec le soutien de : En collaboration avec :



le hub des possibles  
centre de reliance pour façonner l'avenir


[www.conviviabule.ch](http://www.conviviabule.ch)

# Balade & Reliance

Walk & Reconnect



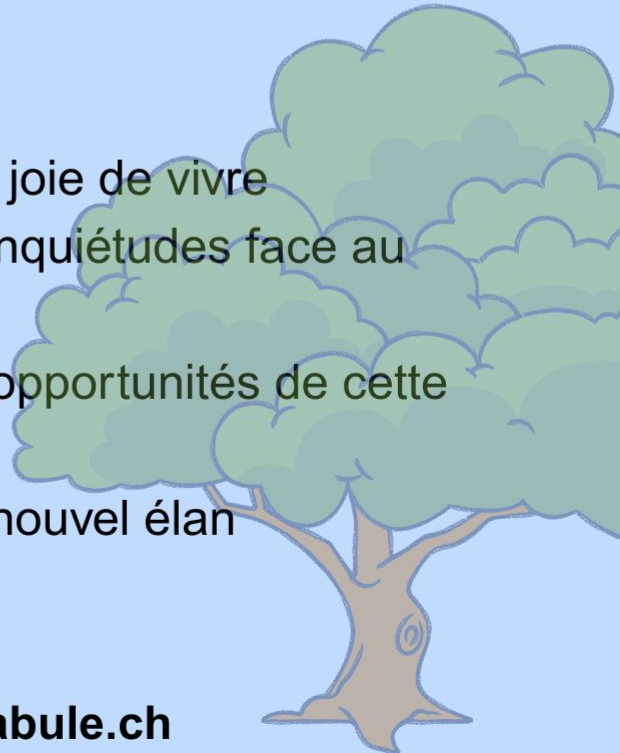
## **Vous cherchez à :**

- 
- Retrouver un peu de sérénité dans un monde aux enjeux parfois angoissants (vivre ensemble, climat, écologie)
  - Créer du lien avec les habitant·es de votre ville
  - Ou simplement passer un bon moment de ressourcement !

**Vous êtes :** Jeune adulte ou plus avancé·e sur le chemin de la vie, avec ou sans éco-anxiété.

**Vous repartez avec :** Un apaisement intérieur, de la joie, de nouvelles rencontres, et une envie renforcée de contribuer au monde de demain.

**Contenu :** Basé sur le Travail Qui Relie de Joanna Macy – un processus en 4 étapes :

- 
1. Ancrer sa gratitude : se relier à la joie de vivre
  2. Honorer sa peine : exprimer ses inquiétudes face au monde
  3. Changer de regard : explorer les opportunités de cette époque
  4. Aller de l'avant : repartir avec un nouvel élan