

Journée d'ateliers participatifs « Quelle résilience face à l'effondrement ? »

Intention

Visiter vos questionnements, vos inquiétudes face au possible effondrement de nos sociétés.
Cheminer vers l'acceptation. Développer et/ou encourager des actions positives, réalistes et concrètes, vers une meilleure résilience individuelle et collective.

Cette journée s'adresse aux personnes :

- convaincues que l'effondrement de nos sociétés thermo-industrielles est une réelle possibilité
- souhaitant échanger sur leur vision et leurs ressentis face à l'effondrement
- désirant rester actives ou passer à l'action

Cette journée fait suite à la soirée animée sur le même thème.

Contenu

9H accueil et ouverture de la journée

9H30 Imaginer l'effondrement sans le fantasmer

A des échéances plus ou moins proches, nous risquons de perdre des choses auxquelles nous tenons. Nous pouvons aussi en gagner d'autres. Qu'est-ce qui est certain ? Probable ? Qu'est-ce qui est fragile ? Solide ? A quoi tenons-nous ?

Pause courte

11H Accueillir les émotions

Comment je me sens ? Quelles émotions ces questionnements et projections soulèvent chez moi ? Visite du processus permettant de cheminer dans les différentes phases émotionnelles.

12H30 Pause repas – Auberge espagnole : plats apportés et mis en commun par les participants

13H30 Résilience intérieure

Comment prendre soin de son cheminement intérieur, de sa joie de vivre, de son envie d'agir ? Pistes de réflexion et évocation de pratiques.

Pause courte

15H Résilience collective et bienveillante

La transition de l'ensemble de la société vers la soutenabilité est en échec. En conséquence, éviter l'effondrement ne semble plus un objectif réaliste. Que faire ? Où agir ? Avec qui ? Accompagnement à la réflexion.

16H30 Clôture

Animation

Soutenus par les Amis de la Terre Nord Béarn, Valérie Garcia, sophrologue, et Marc Pleysier, ingénieur, ont effectué un voyage d'étude sur l'effondrement sociétal au printemps 2018. Après 2 mois et demi de vélo, 22 soirées animées et 500 personnes rencontrées et interrogées, ils ont produit une synthèse des données collectées qui est disponible sur le site de l'association (lien ci-dessous). Ce travail a mobilisé environ un tiers de leur temps, de manière bénévole, de Janvier à Septembre 2018, les ateliers sont conçus par Valérie.

Tarif et inscription

Le tarif est de 30€ par participant à régler auprès des intervenants (il est possible de donner plus ou moins). L'inscription se fait auprès de Valérie :