



Automne 2006
Volume 7, numéro 3

Sommaire du numéro

- 1 | **ÉDITORIAL**
La cigale ne chante pas!
- 3 | **DOSSIER CIGALE OU FOURMI?**
- 3 | *La cigale et la fourmi, une fable revisitée...*
- 3 | *La frugale et l'étourdie*
- 4 | *Cigale ET fourmi!*
- 5 | *Des fourmis prêteuses*
- 6 | *La cigale et la fourmi*
- 7 | *Une culture malade de ses valeurs?*
- 9 | *Cigale ou fourmi?*
- 10 | **ARTICLES DIVERS**
- 10 | *Unification des forces environnementales québécoises*
- 10 | *Témoignage d'une nouvelle adepte de la SV*
- 11 | *Jardinage 101*
- 12 | **UN BRIN DE LECTURE**
- 14 | **AGORA**
- 14 | *Avis de recherche*
- 15 | *Des nouvelles de Ste-Anne-des-Plaines*
- 16 | **PETITES NOUVELLES**
- 20 | **DEVENIR MEMBRE**

CIGALE OU FOURMI?

ÉDITORIAL

La cigale ne chante pas!

par Diane Gariépy

N'en déplaise à Jean de La Fontaine, la cigale ne chante pas. Elle crie. Je tiens cette information de ma grand-mère qui l'avait apprise de sa belle-mère, un lundi, alors qu'elle étendait son linge sur la corde. « La cigale, avait-elle dit, crie pour nous faire remarquer qu'il fait chaud et pour nous avertir qu'il fera encore plus chaud. »

Il a fait chaud, cet été. Très chaud. Changements climatiques.

« Rien de moins sûr! On ne sait pas vraiment s'il y a un changement climatique! » me dites-vous? Jos Blos vous répondrait: « Rien qu'à l'ouïe, on ouïe ben! » Personnellement, j'appuie mes dires sur les rapports quinquennaux à l'ONU de quelque deux mille spécialistes réunis au sein du Groupe intergouvernemental d'experts sur l'évolution du climat (GIEC). Et pour clore définitivement le débat, j'ajouterai que l'immense majorité de ceux qui continuent de douter des conclusions du GIEC sont des gens à la solde de compagnies pétrolières.

Il a fait chaud, cet été. Trop chaud. Changements climatiques en progression géométrique, 2...4...16...256...65536....

Suite à la page 2



Le bulletin *Simpli-Cité* est publié 4 fois l'an par le Réseau québécois pour la simplicité volontaire. Le RQSV laisse aux auteurs l'entière responsabilité de leurs textes. La reproduction des textes est encouragée à condition d'en mentionner la source.

POUR CE NUMÉRO :

Coordination : Diane Gariépy et Arthur Lacomme
Révision : Corinne Poignant, Cécile Guindon et Diane Gariépy
Mise en page : Michel Séguin
Dessins originaux : Claire Obscure
www.claireobscurerillustration.com

Dépôt légal :
Bibliothèque nationale du Québec, 2006
Bibliothèque nationale du Canada, 2006
ISSN : 1718-1755

PROCHAIN NUMÉRO
Simpli-Cité

Sommes-nous seules sur la planète Simplicité volontaire?

Faites parvenir vos textes pour le 21 novembre 2006.

Vous souhaitez écrire un texte ou communiquer de l'information pour le prochain bulletin?
N'hésitez pas!

RQSV@simplicitevolontaire.org

Malheureusement, nous ne pouvons nous engager à publier tous les textes reçus.

Commentaires

Vous avez des commentaires ou des suggestions? N'hésitez pas à nous les faire parvenir :

1710, rue Beaudry, local 3.3
Montréal (Québec) H2L 3E7
Tél. : (514) 937-3159

Courriel : RQSV@simplicitevolontaire.org

Site Internet et forum du RQSV :
www.simplicitevolontaire.org

 Pensez à l'environnement! Imprimez sur du papier recyclé.

Suite de la page 1

Et pendant que la cigale criait, nous chantions. Et nous avons profité de la vie sans égard pour les générations futures. Nous avons continué à produire du CO₂ par nos voyages d'agrément, en utilisant l'air climatisé, en consommant des biens en provenance d'aussi loin que la Chine et la Nouvelle-Zélande.

Notre société exploite tellement la nature qu'elle compromet l'avenir de ses enfants. Les cigales crient et les fourmis continuent à travailler. À chacun son métier et les vaches seront bien gardées!

Et nous fonçons à vive allure vers un mur de béton. Et nous le savons. Nous devrions être en train d'opérer un changement à 180 degrés, du genre *Back to the future*.

Je me fais cigale et je m'empresse de crier aux membres du Réseau de ne plus se satisfaire de faire la promotion de la consommation responsable au niveau personnel. Ce n'est pas assez! Nous devons faire plus. Nous devons agir plus vite.

Vivement le jour où le Réseau se joindra à d'autres voix pour obtenir le plus rapidement possible des lois structurantes pour arrêter la progression du dérèglement climatique. Il nous faut des débats. Soyons dans l'arène publique.

Puisque nous aimons nos enfants. Soyons cigales. Crions! ☞



DOSSIER CIGALE OU FOURMI?

La cigale et la fourmi, une fable revisitée...

par Sylvie Baillargeon

Je déteste cette fable qui stimule ma peur du manque et me donne le goût d'entasser... Non mais, quelle radine, cette fourmi! Oublions cette histoire de Monsieur de La Fontaine, je vous propose une nouvelle version à mon goût.

La Cigale, ayant mangé,
Bu, chanté et ri tout l'été,
Se trouva bien repue
Quand la bise fut venue.

Radieuse et comblée,
Le temps chaud ayant quitté,
Il ne lui reste qu'un désir :
Gagner son lit pour y dormir!

Mais qui hurle sa peur de la famine?
Encore la Fourmi, sa voisine.
Nuit et jour, cette angoissée
A amassé sans s'arrêter.

Nervous break down, c'est évident.
Elle n'en dort plus, s'énerve maintenant.
« Intérêt et principal.
J'en veux encore, c'est bien normal »

La Fourmi n'est pas heureuse :
C'est là son moindre défaut.
« Que faisiez-vous au temps chaud? »
Dit la Cigale à cette grande nerveuse.

« – Nuit et jour à tout venant
J'amassais, ne vous déplaie.
– Vous amassiez? Quel grand malaise.
Vos vieux croûtons sont déprimants.
Les printemps sont généreux.
L'été prochain, vous vivrez mieux. »
Dit la Cigale dans un bâillement.

« Eh bien! dormons maintenant. » ❧

La frugale et l'étourdie

(un petit compte [sic] qui ne balance pas toujours...)

par Alain Lavallée

La Frugale ayant gratté tout l'été
Se trouva fort dépourvue
Quand la crise¹ fut venue.
Lorsque son poste eut disparu
Et son argent dans la crise fondu
Elle fit le constat suivant :
Autour d'elle pas un seul petit réseau
De bouche à oreille comme celui de Mongeau.
Isolée, elle s'en alla crier
Chez l'Étourdie sa voisine de palier
Pour s'en faire une alliée
La priant de lui prêter
Quelques grains pour résister
« – Je vous paierai, juré, craché
Un moment donné, ma parole de Frugale,
Intérêt et capital. »

L'Étourdie n'est pas prêteuse
Elle serait plutôt fort emprunteuse.
Elle pour qui être sur le party
Est plus important que de manger
Avait encore bien moins de provisions
Que la Frugale dont il est ici question.
« Que faisiez-vous au temps beau?
Dit-elle à cette notoire gratteuse.
« – Nuit et jour secrètement
Mes écus j'accumulais ne vous déplaie.
– Vous accumuliez? J'en suis fort aise :
Eh bien! Votre argent sonnait
Vous pouvez le manger maintenant. »

Cette histoire ne serait pas digne
D'être publiée en ces quelques lignes
Sans l'ajout d'une petite morale
Comme dans toute fable bien normale.

L'Étourdie par ses attitudes frivoles
Apprit de la Frugale que l'argent s'envole.
La Frugale qui n'avait de sa vie jamais vécu
Comprit qu'au-delà du bas de laine
Les partys ne sont pas choses si vilaines. ❧

1 Cette crise économique provoqua chômage et dévaluation de la monnaie.

Cigale ET fourmi!

par Dominique Boisvert

La fable de La Fontaine est jolie. Et remplie d'une certaine sagesse. Pourtant, j'ai le goût d'y ajouter mon grain de sel. Et de vous proposer d'être à la fois cigale ET fourmi.

Remarquez que notre société schizophrène plaide déjà en faveur de comportements contradictoires : on nous incite, d'un côté, à épargner pour nos vieux jours (les REER), à être autosuffisants (chacun pour soi) et donc à « accumuler les biens et l'argent » le plus possible; tandis que les marchands, la publicité et même nos gouvernements (rappelez-vous Georges Bush après le 11 septembre) nous incitent à dépenser et à consommer le plus possible pour « faire rouler l'économie ». Pour l'instant, les seconds l'emportent haut la main puisque nous dépensons en permanence, en Amérique du Nord, PLUS QUE les revenus que nous gagnons!

Dans mon cas, j'espère que ma suggestion ne paraîtra pas aussi contradictoire. Et chose sûre, les comportements proposés seront diamétralement opposés!

La simplicité volontaire est généralement associée à la fourmi : être assez frugal et économe pour pouvoir durer longtemps avec peu; ou accumuler assez de réserves pour prendre sa retraite tôt et vivre de ses économies. Dans ce contexte, la cigale est plutôt mal vue puisqu'elle dilapide ses biens à tous vents, privilégie le plaisir immédiat et ne se préoccupe aucunement de demain. En apparence donc, les fourmis seraient mieux équipées pour pratiquer la simplicité à long terme. Et les cigales pratiqueraient une simplicité de l'immédiat qu'on associerait davantage à la douce irresponsabilité.

Certes, une saine gestion des biens et des ressources est un atout, tant au niveau individuel qu'au niveau collectif et planétaire. Nous devrions tous et toutes nous efforcer d'utiliser au mieux les ressources dont on dispose, éviter les gaspillages, n'utiliser que ce qui nous est nécessaire pour laisser aux autres de quoi répondre à leurs propres besoins. Bref, « vivre simplement pour que les autres puissent simplement vivre ».

Mais j'aimerais plaider également, et pour des raisons de SV, en faveur de la « belle imprévoyance »¹. Comment peut-on oser, en ce début de XXI^e siècle, faire l'éloge de l'imprévoyance? De la même façon et pour les mêmes raisons qu'il faut plaider, à contre-courant, en faveur de la gratuité, de la lenteur, de la communauté, de la journée hebdomadaire sacrée de repos (le « sabbat »), du lâcher

prise, etc. Car ces valeurs, en apparence démodées, sont plus actuelles et plus nécessaires que jamais.

Quelle serait donc la cigale de la SV? Celle qui choisit délibérément (et non pas de manière insouciante) de ne pas vouloir tout contrôler, de ne pas chercher à tout prix à être autosuffisant (financièrement, socialement ou psychologiquement), mais au contraire de « faire confiance à la vie », de donner ou partager généreusement et sans compter, d'espérer systématiquement le meilleur plutôt que de craindre le pire, bref d'envisager sa vie de manière collective et solidaire en contribuant sa large part et en comptant que « la vie nous le rendra largement ».

L'Évangile, pour ceux et celles qui s'en inspirent, a là-dessus un passage magnifique où Jésus parle des oiseaux qui ne sèment ni ne moissonnent et qui pourtant trouvent chaque jour de quoi nourrir leur couvée, de même que des lys des champs qui, sans soucis ni efforts, sont mieux vêtus que les rois dans toute leur splendeur.

J'ai appris, avec la vie, qu'on récolte toujours beaucoup plus et mieux en semant généreusement dans le présent plutôt qu'en engrangeant pour l'avenir. C'est vrai pour la nourriture, pour l'argent, pour l'amour comme pour la solidarité.

La fourmi simplicitaire usera des biens avec modération, respect et reconnaissance. Et la cigale simplicitaire mettra l'essentiel de sa confiance dans le partage généreux de ce qu'elle a et de ce qu'elle est, laissant à demain et à la Vie le soin de s'occuper de l'avenir. ☪

¹ Je m'inspire ici du beau livre d'Isabelle Rivière, *Sur le devoir d'imprévoyance*, écrit dès 1933.



Des fourmis prêteuses

par Jean-Luc Héту¹

La fourmi n'est pas prêteuse, dit la fable. Soumise à son tempérament de travailleuse économe, elle veille sur son capital. Peut-être aussi qu'il lui reste encore à découvrir la valeur et le plaisir de l'entraide et de la solidarité.

Ma conjointe et moi, nous sommes des fourmis prêteuses. D'abord un mot pour nous décrire comme fourmis. Vie plutôt rangée et attrait pour les rituels qui scandent les jours, les semaines et les saisons. Pas de goûts dispendieux, ni dans l'habillement ni dans les sorties, ni pour les gadgets coûteux ou les dernières commodités (une armoire à vin climatisée, ça ne manque pas encore à notre bonheur). Disons, du genre à apporter notre lunch ou à recourir au co-voiturage quand c'est possible. Du genre aussi à recycler. Un exemple? Pendant les dix ou douze premières années de notre vie de couple, notre table de chevet était une ancienne bobine de câble téléphonique abandonnée par Bell dans une ruelle de Montréal. Depuis, on s'est embourgeoisés et on a maintenant un petit bureau déniché dans un obscur sous-sol et qui nous attendait là depuis longtemps.

Depuis trente ans, nous faisons aussi partie d'une petite communauté chrétienne où l'entraide et le partage sont de mise. C'est ainsi que pendant longtemps, nous avons été les dépositaires du four à raclette communautaire que les membres réservaient à l'occasion. Pourquoi dix fours à raclette que l'on utilise une ou deux fois par année quand le même peut servir à tous?

Avoir un réseau, c'est bon pour le moral autant que pour le portefeuille. Autre exemple? Récemment, nous avons refile un vieux moniteur de 15 pouces à une jeune du groupe qui en avait surtout besoin pour prendre ses courriels. Désolés, Future Shop et autres Bureau en gros.

Nous avons longtemps été membres d'une coopérative d'achats alimentaires, qui tente présentement de renaître. L'an passé, pour notre fête de Noël communautaire, échange de livres recyclés: chacun offrait un livre qu'il avait apprécié mais dont il n'avait plus besoin. De belles occasions de connaître les goûts de nos ami-e-s, tout en faisant parfois de belles découvertes. (Le coup des cadeaux recyclés, ça ne prend pas encore dans notre famille. Patience...)

Au fil des ans, cette communauté s'est avérée un bon laboratoire pour l'apprentissage d'une vie un peu alternative par différents aspects, même si nous conservons tous à

des degrés divers notre appartenance marquée à la classe moyenne.

Ma conjointe et moi avons eu la chance d'avoir de bons emplois pendant une dizaine d'années, et comme nous n'avons pas d'enfants, nous avons pu faire des économies que nous avons investies et qui ont rapporté. C'est là que nous avons pu donner davantage libre cours à notre côté *fourmis prêteuses*.

Nous avons ainsi été amenés à dépanner plusieurs personnes ou familles, dont quelques cigales, faut-il le dire. À deux reprises, des personnes peu portées à faire un budget familial et que nous avions dépannées ont fait faillite peu de temps après, et nous avons perdu quelques milliers de dollars à chaque fois. Mais ces prêts étaient pour nous des risques calculés, et la relation a survécu.

Dans d'autres cas, nous avons consolidé les dettes d'une famille à même notre marge de crédit. Or, le premier (et dernier) remboursement mensuel fut un chèque sans provision. Ouille! Dix mille dollars. Cigales, ces amis? Pas si simple. Emploi précaire et mal rémunéré, peu débrouillards, vulnérables à la tentation des petits gadgets...

Dix ans plus tard, cette famille est aussi endettée. Ce qui nous confirme que non seulement on ne naît pas égaux, mais que le simple partage de la richesse à un moment précis dans le temps et des chances égales pour tous ne régleraient pas tout et que quelques années plus tard, on se retrouverait de nouveau avec des fourmis à l'aise et des cigales dépourvues. Matière à réflexion sur la condition humaine et la difficulté de la changer.

D'autres aventures ont connu des issues plus positives, comme cette famille que nous avons aidée lors de l'achat d'une maison et qui nous rembourse fidèlement son prêt mois après mois depuis des années.

Il nous reste cependant des questions. Quand nous avons placé nos économies, nous l'avons fait dans une optique de rentabilité et de diversification (on ne parlait pas d'investissements responsables à l'époque). Devrions-nous revoir ce dossier? Chose certaine, des placements moins rentables se traduiraient par moins de personnes aidées et moins d'organismes humanitaires soutenus. À suivre. (Nous projetons de déposer nos prochaines liquidités dans une Caisse d'économie qui offre du micro-crédit pour créer des petites entreprises.)

Nous ne nous percevons pas comme particulièrement vertueux, et nous ne voulons pas nous offrir en modèles, mais tout simplement donner un écho de notre parcours, et aussi mesurer la chance que nous avons eue. D'abord

d'avoir hérité de nos gènes et de notre éducation des tempéraments de fourmis capables de travailler et de veiller sur le fruit de leur travail. Ensuite, d'avoir eu des emplois lucratifs à une certaine période de notre vie. Ensuite aussi, d'être affiliés à une tradition spirituelle qui valorise l'entraide et le partage (la tradition chrétienne).

Enfin, nous avons aussi eu depuis longtemps la chance de vibrer profondément à la philosophie de la simplicité volontaire (ce qui ne se traduit pas nécessairement par une pratique rigoureuse dans tous les secteurs de notre vie – oui, nous avons une auto, et même un chalet).

Bref, nous avons eu la chance d'entendre l'appel à la fécondité et à la solidarité qu'une parole de l'évangile traduit bien pour nous : « Vous avez reçu gratuitement, donnez gratuitement. » Donner et recevoir, accueillir et laisser aller, travailler et faire la fête, vivre simplement et se faire plaisir d'une façon compatible avec ses valeurs... Autant de belles polarités qui rythment nos vies. ☘

¹ Pour avoir été témoin de leur vécu de fourmis prêteuses, j'ai demandé à mes amis Jean-Luc Héту et Marilyn Hébert d'écrire un texte sur leur expérience. Je les remercie de s'être généreusement prêtés à cet exercice. (Diane Gariépy)

Trouvé sur internet à <http://www.cigales.asso.fr/>

Un club CIGALES (Club d'Investisseurs pour une Gestion Alternative et Locale de l'Épargne Solidaire) est une structure de capital risque solidaire mobilisant l'épargne de ses membres au service de la création et du développement de petites entreprises locales et collectives.

Le Club est constitué de 5 à 20 personnes qui mettent une partie de leur épargne en commun. Il se réunit plusieurs fois par an pour recevoir les créateurs, décider de leur placements et affecter cette épargne collective au capital des entreprises.

C'est un lieu d'échanges et d'auto formation sur les questions économiques et de développement local, où investisseurs et porteurs de projet font l'expérience d'une économie socialement responsable et solidaire.

Le Club a une durée de vie de 5 ans, prorogable une fois. Au terme de sa vie, il procède à la liquidation de son portefeuille, au prorata des apports des cigaliers.

Les CIGALES sont au carrefour de l'épargne de proximité, de l'épargne éthique et de l'épargne solidaire.

La cigale et la fourmi

par Diane Gariépy

Monsieur et Madame ayant beaucoup vécu et voyagé
À l'âge d'or se retrouvèrent bien fatigués.
Allèrent frapper à la porte de Tanguay
Le priant à son tour de les héberger.

« Je ne puis, hélas, chez moi vous laisser reposer
Les ressources de la terre, de l'air et de la mer sont
épuisées
La planète, votre génération a gaspillée
Il n'y a vraiment plus moyen de moyenner. »

Étant nés tout juste après la Guerre
Ces deux-là n'avaient jamais connu la misère.
Économiser, se rationner, ils ne s'y étaient jamais
intéressés.

« C'est affreux! Nous qui t'avons tout donné
Que va-t-il nous arriver?

– Pour le grand voyage devez vous préparer :
De chaud de froid de disette et de guerres nous allons
tous crever. »



Une culture malade de ses valeurs?

par Robert Béliveau

« J'ai un garçon, un fiston, un petit bonhomme charmant.
Quand je le regarde, il me semble que le monde m'appartient.
Mais rarement, trop rarement, je le vois éveillé, mon petit enfant lumineux;
Je ne le retrouve qu'endormi, car j'arrive trop tard le soir.
Et je repars trop tôt le matin.
Quand je reviens, le soleil est déjà couché.
Ma propre chair m'est étrangère.
Inconnu est le visage de mon petit.
Quand je reviens du boulot si fatigué, quand la nuit est tombée,
Ma pâle épouse me raconte : "Tu aurais dû voir notre fils jouer aujourd'hui."
Et je reste là posté près de son petit lit, je l'observe et je tends l'oreille.
Il me semble l'entendre me murmurer, dans ses rêves :
Pourquoi donc, il n'est jamais là, avec moi, mon papa? »¹

Quand j'ai lu ce poème, j'ai senti tout le désarroi du papa, celui de la maman et le vide, l'absence cruellement ressentie par l'enfant. Un enfant privé de son père. De son père et trop souvent aussi de sa mère. J'ai senti du même coup ma propre souffrance d'enfant, celle de mon père, celle de nombreux médecins, hommes d'affaires, cadres dévorés par l'ambition et qui n'ont pas pu (ou su) s'occuper de leur propre famille, faute de temps.

Il y a dans notre culture une profonde détresse relationnelle. Il n'y a plus de temps pour se rencontrer autrement que d'une manière superficielle et quand il y a du temps, il n'y a plus d'énergie, plus de disponibilité affective. Quand on est surmené, déprimé, on se cache, on s'isole, on se drogue ou l'on devient l'objet d'un diagnostic psychiatrique et l'on ressort de la consultation le plus souvent frustré, incompris et avec une prescription (supposée tout régler!)...

Quand j'ai lentement relu ce poème, j'ai aussi réalisé à quel point je suis comblé d'avoir pu faire le choix de m'arrêter pour mieux profiter de la présence de ma femme et de mes quatre enfants, pour créer de l'espace dans ma vie, et pour me permettre une réflexion et une réorientation professionnelle. J'ai en effet quitté mon travail de médecin omnipraticien en juillet 2000. À l'âge de 48 ans. Pour des raisons qui ne sont pas complètement élucidées, mais qui

tiennent du souci de cohérence et d'intégrité. Pour vivre en accord avec mes valeurs profondes tant sur le plan professionnel que personnel.

Pour aimer, il faut s'octroyer du temps. Pour aller à la rencontre de son amoureuse et de ses enfants et les entendre, les comprendre, il faut du temps. Pour résoudre nos inévitables conflits, il nous faut du temps. Et du calme. Pour se reposer, il faut du temps. Pour être créatif, sur le plan professionnel, il faut aussi du temps. Pour ressentir, réfléchir et pour agir, il faut encore du temps. La meilleure chose que nous puissions offrir aux autres, c'est encore notre temps et notre présence. Une présence calme, tranquille, ouverte, chaleureuse.

Pour disposer au mieux de notre temps, nous n'avons d'autres choix que de renoncer à ce que nous propose (impose?) notre culture, le Bonheur par les 4 P : le Pouvoir, le Prestige, les Possessions et les Plaisirs. Le tout savamment vanté et promu par l'omniprésence et la redoutable efficacité de la publicité. Ces 4 P sont en résonance avec le mantra de notre culture : « Plus, c'est mieux! » Le temps ou l'argent? Nous avons choisi l'argent; il ne nous reste plus de temps.

Nous pourrions choisir le temps et l'argent. Viser un plus juste équilibre entre ces deux indispensables ressources. Pour y parvenir, nous devrions substituer à la croyance « Plus, c'est mieux! », une croyance plus réaliste : « **Assez, c'est mieux!** ». Nous pourrions dès lors renoncer (à plus) et viser à simplifier notre vie : réduire les consommations inutiles qui ne font que nous encombrer; renoncer aux objectifs qui nous tuent et aux valeurs collectives destructrices.

Vivre « normalement » ou en cohérence avec notre culture de l'économisme axée sur des valeurs matérielles, la productivité et la croissance de la consommation, c'est se vouer à l'acquisition, l'avidité, la cupidité, l'accumulation, la peur de perdre, la compétition féroce et l'ambition forcenée. C'est se condamner à passer à côté de l'essentiel. Et à tomber malade.

Vivre « normalement », c'est risquer gros. C'est se soumettre au culte du profit, sacrifier l'instant présent, ce moment unique, réel et merveilleux au profit d'un hypothétique et aléatoire avenir qu'on est toujours à préparer et à planifier. Sans jamais le voir assuré.

« Être normal, c'est s'habiller avec des vêtements qu'on s'achète pour bien paraître au travail, se rendre tous les jours au boulot en affrontant un embouteillage dans une auto achetée à crédit afin de gagner ce qu'il faut

pour rembourser les vêtements, l'auto et l'hypothèque d'une maison qu'on doit abandonner chaque matin pour conserver le droit d'y vivre.»²

Être normal, c'est risquer son intégrité, sa santé physique ou mentale, au profit de l'argent (et de l'illusion de sécurité qu'il procure). C'est se laisser dévorer par l'emploi, s'identifier massivement à son travail (« Je suis avocat pour la firme... ou médecin ou enseignant ») et risquer gros quand les contextes de précarité s'installent. Vivre normalement, c'est avoir peur. Peur de passer aux côtés d'une promotion. Peur du jugement (évaluation, rendement...) et finalement peur du renvoi. Peur donc de mettre ses limites et les faire respecter dans une culture d'entreprise où il est de bon ton, pour ne pas dire essentiel, d'apporter chez soi le travail, l'ordinateur, le cellulaire et le fax.

Le médecin pose de plus en plus souvent le diagnostic de « dépression majeure », « trouble anxieux généralisé » ou bien « trouble d'adaptation avec humeur anxieuse », et ce, malgré le fait maintes fois souligné que la plupart des omnipraticiens passent régulièrement à côté du diagnostic dans les troubles de santé mentale. Nonobstant ces coupables omissions diagnostiques, l'augmentation persistante et régulière de la fréquence des diagnostics psychiatriques et de l'utilisation de psychotropes ne peut pas ne pas nous interpellier. Qu'on pense à l'augmentation de prescription de Ritalin (1990 : 138 000; 1994 : 354 000; juillet 1997-juin 1998 : 693 000!³) ou encore à l'augmentation annuelle moyenne de 13 % du nombre d'ordonnances pour des médicaments destinés au traitement des troubles dépressifs; ce qui n'a pas empêché une nouvelle augmentation de 15 % de 1999 à 2000, pour atteindre 15,8 millions de prescriptions. Les agents psychothérapeutiques, incluant les antidépresseurs, figuraient sur 32 millions d'ordonnances exécutées en pharmacie.⁴ Pourrait-on percevoir dans ces statistiques alarmantes les signes indiscutables d'une crise plus profonde et qui touche notre organisation sociale et finalement, nos valeurs humaines?

Il nous faut d'abord accueillir la profonde crise de valeurs qui nous secoue. Et y voir plus qu'une occasion de gonfler les profits de notre florissante industrie pharmaceutique qui ne manquera certes pas de saisir l'occasion de nous proposer une nouvelle molécule pour contrer les effets pervers d'une culture qui a perdu le Nord.

Si l'on considère que la maladie est la conséquence logique et naturelle de nos habitudes (travailler 60 heures par semaine) et de nos attitudes (avidité appelant objectifs et projets), c'est bien là qu'on sera appelé à intervenir si l'on veut faire plus qu'abolir les symptômes.

Notre vie relationnelle (affective) et spirituelle (intérieure) sont actuellement reléguées au second plan. Pour ne pas dire aux oubliettes. Quand tout le reste est fini et que nos objectifs sont atteints, que reste-t-il? Sur notre lit de mort, allons-nous regretter de ne pas avoir passé plus de temps au boulot? Ou de ne pas avoir vécu et pas aimé suffisamment?

Le sens de notre vie ne pourra jamais se comptabiliser. Les outils que la science met à notre disposition répondent au *comment*, mais pas au *pourquoi* (sens). On ne pourra mettre de chiffres sur cette réalité humaine. L'essentiel restera invisible pour les yeux et échappera encore et toujours à notre analyse biochimique. Il n'y a pas de marqueur biologique de la maladie dépressive. Une pensée ne s'examinera jamais au microscope. Mais personne ne doute de son énorme pouvoir, ni de sa réalité.

« Est-ce que je vis conformément à mes valeurs? » Voilà une question grave à laquelle nous ne pouvons nous dérober. Il nous faudra choisir : le pouvoir de l'amour ou l'amour du pouvoir? Pour moi, le choix est clair. Tout le reste en découle. L'équilibre est à ce prix. Notre cohérence et notre intégrité ne devraient pas être négociables. Il faut commencer par voir clair dans nos valeurs. Et vivre en accord avec celles-ci. Soyons à l'avant-garde, simplifions par choix. Par conscience. Maintenant. Pendant qu'il en est encore temps.

La simplicité volontaire nous propose un moyen de préserver notre intégrité personnelle, sociale et écologique. Elle nous permet de dégager du temps. Temps pour ressentir, réfléchir et aimer. Du temps pour vivre, tout simplement, en harmonie et en santé. Allons-nous faire ce choix? Ou continuer à vivre en fonction des dérives, des illusions de notre époque et de notre culture matérialiste? Harmoniser temps et argent n'est plus un choix. C'est une nécessité, pour chacun et chacune d'entre nous. ❧

¹ Rabbin Jeffrey K. Salkin, « Smash the False Gods of Careerism », *The Wall Street Journal*, 29 décembre 1994, p. A8 (traduction libre).

² Ellen Goodman, citée par Vicki Robin (co-auteure avec Joe Dominguez de *Votre vie ou votre argent*, publié en 1997 aux Éditions Logiques) dans *F.I. News & Notes*, octobre 1993.

³ *L'actualité médicale*, vol. 19, n° 34, (14 octobre 1998), source : IMS Health.

⁴ Dongois, M., « Les consultations pour dépression sont en hausse constante depuis 1995 », *L'actualité médicale*, 25 avril 2001, p. 8.

Cigale ou fourmi?

par Chantale Grandchamp

Très tôt dans notre vie nous développons une façon d'être, cigale ou fourmi, et nous suivons cette voie. Les vaillantes fourmis croient que les cigales doivent se responsabiliser. Les cigales épicuriennes trouvent les fourmis bien rabat-joie. Lorsqu'une cigale tente de devenir fourmi, ça la rend malheureuse. Tôt ou tard, elle devient « allergique » aux économies et retombe dans les dépenses... avec de la culpabilité en boni. Même chose pour la fourmi, si elle se force à dépenser ou s'empêche de planifier, cela l'insécurise. Elle n'éprouve aucun plaisir à être insouciante, cela l'inquiète.

Pour être libre, la cigale vit pleinement son moment présent sans se soucier de son avenir. La fourmi se sent libre en contrôlant son environnement. Elle est prête à travailler très fort pour y arriver. Par exemple, elle peut manger son repas en gardant le meilleur pour la fin ou économiser en vue d'une retraite confortable. Elle reporte facilement son plaisir immédiat à plus tard. L'idée de bien préparer son avenir, la satisfait amplement.

La fourmi est rêveuse. La cigale est jouisseuse.

En tant que fourmi, mon besoin de sécurité me pousse à m'organiser pour ne pas être mal prise. J'ai horreur du gaspillage, je n'aime pas manquer de lait ou de papier de toilette. Je m'assure d'avoir en réserve nos produits courants de consommation, achetés au meilleur prix. Voici quelques-unes de mes stratégies : au restaurant, je choisis le repas le plus économique avec un verre d'eau. (Pourquoi gaspiller de l'argent au resto, quand on peut avoir une meilleure nourriture à l'épicerie, à moindre coût?) Lorsque j'achète des vêtements, je m'assure qu'ils ne nécessitent pas de nettoyage à sec et qu'ils sont sans repassage. (Cela permettra une économie de temps et d'argent dans le futur.) Mes choix sont influencés par la logique et l'aspect économique. Cette manière de vivre m'a permis d'avoir plus, sans me stresser.

Je croyais que mon comportement fourmi était plus gagnant que celui des cigales. Toutefois, je dois avouer qu'il m'est difficile de simplement profiter de la vie et de lâcher prise. C'est bien beau d'être raisonnable et travaillante, mais existe-t-il d'autres façons de vivre? Les cigales m'en montrent une autre. En m'assumant comme fourmi, j'ai plus de facilité à accepter les autres sans vouloir les changer. Si je tais ma critique et mon jugement, je découvre qu'il est possible et souhaitable d'apprendre des façons différentes d'aborder la vie. Choisir un repas en

fonction du goût, plutôt que du coût, me procure davantage de satisfaction depuis que j'ai choisi d'élargir mes horizons. En côtoyant mes amies cigales, elles m'incitent à avoir du plaisir sans tout contrôler et moi je peux les aider en partageant mes trucs. J'apprends à vivre le moment présent, simplement, sans tout calculer.

En conclusion, je dirais que nos deux manières de vivre sont complémentaires. Lorsque nous cessons de vouloir changer l'autre et l'acceptons tel qu'il est, nous devenons plus libres. La cigale nous montre comment vivre pleinement le moment présent et la fourmi nous aide à préparer un avenir confortable. En se fréquentant mutuellement et en s'influençant, la cigale et la fourmi améliorent leurs existences. ☺

À vos plumes!

Beaucoup de sujets intéressent nos lecteurs et lectrices.

Avez-vous envie d'écrire sur la simplicité volontaire et... les conflits, les vêtements, l'habitation, les médias, la justice, la décroissance, la politique, l'environnement, la spiritualité, la santé, l'entraide, etc.?



Nous ne pouvons cependant promettre de publier tous les textes reçus. Mais faites-vous plaisir en structurant votre pensée avec des mots!

Prochain numéro de *Simpli-Cité*

Sommes-nous seulEs sur la planète Simplicité volontaire? Quelle est l'importance du réseau auquel nous nous référons? Sommes-nous vraiment à contre-courant de la majorité? Notre Réseau est-il appelé à se développer ou à plafonner? Connaissons-nous d'autres associations comme la nôtre? Avec qui devrait-on se jumeler?

Date de tombée des textes : 21 novembre 2006
rqsv@simplicitevolontaire.org

ARTICLES DIVERS

Unification des forces environnementales québécoises

par Pascal Grenier

Le Québec est à l'heure d'un nouveau réveil environnemental, sonné par la peur des catastrophes annoncées, voire d'une survie même de l'humanité en danger. Depuis toutes ces années où les médias rapportent des nouvelles de plus en plus alarmantes, on sent que les écologistes ne sont plus marginalisés maintenant. On les reconnaît actuellement comme une nouvelle force et leur opinion est fréquemment sollicitée par les médias. La situation qui évolue exige cependant que le poids politique des valeurs environnementales devienne rien de moins que prépondérant. Pour ce faire, l'unification du mouvement des forces environnementales est une priorité.

Après les premiers cris d'alarme environnementaux des années 70 et le mouvement éphémère *peace and love* qui a suivi, le monde s'est adapté aux discours dénonçant les dangers pour la planète, en imaginant une multitude de portes de sortie plus ou moins responsables. Ainsi, ce sont graduellement les valeurs économiques qui ont pris le plancher petit à petit pour finalement culminer ces dernières années en occupant toute la place.

Cependant, même si le milieu des affaires a pris le contrôle presque partout, dans le cœur des gens, l'inquiétude est croissante et la confiance dans nos dirigeants est en chute libre. On l'a bien vu au Québec avec la contestation du Suroît puis celle du protocole de Kyoto : les gens n'acceptent plus le mensonge, la manipulation et les gestes qui ne sont pas cohérents avec les engagements déjà pris.

Nous assistons actuellement à un affrontement de grande envergure au sujet de la politique canadienne dans le cadre du protocole de Kyoto. Les gouvernements se retrouvent pris en sandwich entre, d'une part, des industriels avec leurs puissants lobbys souterrains, et, d'autre part, une population de plus en plus informée, craintive et désillusionnée suite aux agissements souvent inappropriés des élites économiques et politiques.

Dans ce contexte, le mouvement environnemental a un rôle central à jouer. Déjà, dans le cadre de la contestation du

Suroît, la Coalition québécoise Québec-Vert-Kyoto s'est formée. Actuellement, le leadership environnemental québécois est louable, mais « multi-têtes ». Afin d'harmoniser les actions et d'en maximiser l'efficacité, il est nécessaire d'unifier toutes les forces environnementales québécoises sur une base véritablement représentative des environmentalistes de toute la province. Pour ce faire, nous croyons que quelqu'un doit prendre l'initiative de convoquer, aussitôt que possible, tous les groupes à un grand rassemblement visant à jeter les bases d'une coalition écologico-environnementale québécoise. Pour réaliser cette union, des compromis seront obligatoires, des « lâcher prise » de pouvoir seront essentiels, de même que la mise en priorité de la coopération (chère aux écolos) plutôt que la compétition.

Tout ceci doit s'inscrire dans un contexte où la pression à mettre sur le gouvernement dans le cadre du respect du protocole de Kyoto se doit d'être importante. Toutefois, comme le savent tous les environmentalistes informés, les défis écologiques tant locaux que globaux qui nous attendent, dans un temps relativement court, sont aussi et même parfois encore plus vitaux. Les environmentalistes et les écologistes du Québec et d'ailleurs ont « rendez-vous avec l'histoire ». ☞

Témoignage d'une nouvelle adepte de la simplicité volontaire

par Isabelle Lacharité

Comme bien des gens, je suis à la recherche du bonheur et ceux qui disent qu'il ne faut pas prendre le bonheur comme un but, mais plutôt savoir le trouver dans notre quotidien, eh bien je leur répondrai que quelquefois, c'est loin d'être aussi simple!

Selon moi, pour être heureux, il faut d'abord se questionner sur ses valeurs, ses rêves, ses désirs et, ensuite, oser poser des gestes concrets, même si cela implique de faire des changements dans sa vie.

Depuis plusieurs années, j'entendais parler de la simplicité volontaire (SV). Ce sujet m'intéressait grandement, mais je n'avais jamais poussé plus à fond ce cheminement. Les gens découvrent la SV de différentes façons. Pour ma

part, il a fallu que je sois en sérieuses difficultés financières pour faire les premiers pas vers ce monde qui aujourd'hui a complètement changé ma vie.

Faut-il être en sérieuses difficultés financières pour découvrir et savoir apprécier la SV? Sincèrement, je ne le crois pas. La SV est bien plus qu'une façon d'économiser. C'est un mode de vie qui touche à plusieurs aspects. Selon moi, en plus d'être une question d'économie, c'est aussi un questionnement sur nos valeurs et nos réels besoins et désirs. À travers la SV, certains ont à cœur l'écologie, la préservation de nos ressources naturelles qui se font de plus en plus rares. D'autres s'interrogent sur qui ils sont vraiment et prennent conscience de leurs vraies valeurs et remettent parfois en question les valeurs qui leur ont été imposées au fil des ans par leurs parents ou autres personnes influentes autour d'eux. Tous, nous prenons également conscience de notre dépendance aux biens matériels et nous devenons de plus en plus conscients des impacts causés par la société de consommation dans laquelle nous vivons.

Sans le savoir, la SV était la réponse à bon nombre de mes questions. J'aurais dû m'y intéresser bien avant!

Bien entendu, je ne vous cacherai pas que je suis loin d'être un modèle parfait de SV. Mais j'évolue tranquillement et cette évolution me permet d'être plus en paix avec moi-même, en étant un peu mieux, un peu plus libre à tous les jours. Depuis que je pratique la SV, je me sens plus sereine, plus près de mes valeurs, de ma réalité. Si, en plus, cela me permet d'arriver financièrement, eh bien c'est merveilleux!

De plus, je ne peux passer sous silence l'entraide et le partage qui sont omniprésents au sein du Réseau québécois pour la simplicité volontaire. Je rencontre des gens dynamiques, sympathiques, qui ont à cœur leur environnement et qui partagent des désirs similaires aux miens. Je me sens moins isolée. Quel bel univers!

J'ai aussi fait le choix d'impliquer les enfants dans ma démarche. Par exemple : avant de partir en vacances, je leur propose plusieurs alternatives qui sont proportionnelles à nos finances et jamais, jusqu'à maintenant, ils ont préféré le luxe au détriment des activités et du plaisir. J'irais même jusqu'à dire qu'étant conscients de leurs choix, ils apprécient d'autant plus chaque sortie et en sont reconnaissants. Ils sont fiers d'eux et de leurs choix.

Il n'est pas évident d'enseigner à mes enfants les principes de la SV. Moi-même j'ai encore à l'occasion le réflexe de retourner à tout ce que j'ai toujours connu... la consommation! Cependant, vous resteriez surpris de

constater à quel point les enfants ne sont pas réfractaires à cette idée. Bien au contraire! Tranquillement, je les questionne afin qu'ils prennent eux-mêmes conscience de leurs réels besoins et désirs. Je les aide à prendre conscience de la valeur de l'argent, de ce qu'on peut en faire et du bien-être qu'on ressent à vivre autre chose que la consommation.

Par le biais de la SV, j'ai le sentiment de transmettre quelque chose d'important à mes enfants. Un précieux cadeau. C'est étrange mais tout en diminuant nos dépenses, j'ai vraiment le sentiment de leur transmettre une Richesse!

Je terminerai en disant à ceux à qui l'idée de la SV a déjà traversé l'esprit « Osez aller voir plus loin ». Tentez l'expérience, goûtez-y ne serait-ce qu'une fois, vous en sortirez grandi! ✂

Jardinage 101

par Diane Gariépy

Le mouvement pour la simplicité volontaire encourage le jardinage : cela réduit les frais de transport des aliments, cela nous tient en forme tout en nous sensibilisant à la nature généreuse de la terre, et... je peux vous avouer que ça vous déniaise une citadine!

Cet été, j'ai participé à un chouette programme d'aide au jardinage collectif offert à tout citoyen du quartier Villaray. Voici, un peu, ce que j'ai appris sur le « tas » :

- La famille des pois sollicite beaucoup l'énergie du sol. Les pois ne sont pas à semer à côté des échalotes grises. Car ces dernières auront l'air d'avoir la migraine pendant quelques semaines.
- Les haricots grimpants... ça peut grimper plus haut que mes 5 pieds et 2 pouces et offrir ses gousses au voisin, par-dessus la clôture.
- Quand on arrose, faut tenir le boyau proche de soi pour éviter les maux de dos.
- Mieux vaut arroser après avoir fait la cueillette, sinon t'as les sandales pleines de boue et la laitue est pleine de terre.
- Il faut arroser même après un orage, car, dans ce cas, la terre aurait le réflexe de se refermer.
- T'as intérêt à ne pas toucher à de l'ortie, parce que ça pique en masse et jusqu'au lendemain midi! Mais, en tisane, miracle! Ça ne pique plus et c'est très doux au goût et plein de bons sels minéraux.

- Les topinambours, c'est sympathique quand ils n'envahissent pas tout l'espace. Il n'y a pas que les Américains qui...
- Les petites bestioles indésirables peuvent être en partie neutralisées par l'ajout de purin.
- Le purin, c'est une espèce de bouette de restants de feuillage ou de nourriture qu'on a laissé tremper dans l'eau pendant un ou deux jours en ayant soin de mettre un couvercle sur le seau. Ça ne sent pas forcément très bon mais c'est très profitable, au pied des plantes. On fait ça pendant les vacances de la construction, alors que les voisins sont partis... [Idem pour le purin de porc, paraît-il...]
- Les tomates ont des gourmands qu'il faut enlever (quand on sait les reconnaître!), de même que les branches trop basses pour porter les fruits. Ce qu'on

enlève, on ne le jette pas : c'est très bon pour faire du purin que l'on remet au pied des plants de tomates pour leur redonner leur calcium.

- Il est toujours étonnant de constater combien il existe de variétés de légumes. J'ai eu la surprise de récolter des tomates jaunes, des laitues brunes et des carottes rouges...
- Il ne faut pas arracher les plants de haricots après avoir récolté : ça repousse tout le temps qu'il fait doux!

Les vrais jardiniers doivent se tordre de rire en lisant ce résumé de mes apprentissages... Voilà une autre chose que j'ai apprise cette année : il y a autant d'approches en culture maraîchère qu'il y a de jardiniers. Va pour la diversité horticole! ☘

UN BRIN DE LECTURE...

Avoir ou être? : un choix dont dépend l'avenir de l'homme

Erich Fromm

Stéphane Charlier. Béthune (France)¹

Erich Fromm commence par une analyse linguistique consistant à distinguer dans son usage le verbe *avoir* du verbe *être*. Par exemple, affirmer que l'on « a une femme » comme on « a des problèmes » ou qu'on « a une voiture », c'est toujours ramener les choses et les êtres à une notion de propriété. On peut voir cela différemment et affirmer au contraire que l'on *est* marié, que l'on *utilise* une voiture et que l'on *est* perplexe ou embarrassé. Selon Fromm, cette distinction est lourde d'implications quant à notre rapport au réel et notre mode de vie. Être perplexe indique bien qu'il s'agit de quelque chose qui se trouve d'abord en nous, qui peut être lié à notre perception et sur lequel on peut agir. Avoir un problème c'est mettre une distance, mais en même temps ajouter un élément nouveau à tout ce que l'on possède sans parvenir à s'en détacher et à agir dessus.

Fromm applique ensuite cette distinction entre *être* et *avoir* à un tas de domaines : la conversation, la connaissance, les études, l'amitié, l'amour, le travail, etc. Chaque fois, il montre comment le mode de vie *avoir* révèle une approche à la fois égocentrique, utilitariste et passive des choses, au contraire du mode de vie *être*. J'ai retrouvé cette distinction dans une étude sociologique menée auprès de travailleurs français à propos des liens bonheur-travail. Dans les catégories populaires, les gens (en général) affirment avoir un

travail pour toucher un salaire qui permet d'acheter des choses et qui ensuite permet (éventuellement) d'être heureux. Dans les catégories plus favorisées (en moyenne), les travailleurs insistent sur le fait que le travail permet – au même titre que d'autres activités – de s'épanouir et d'être heureux, et que l'intérêt même de ce travail en fait une fin en soi, non un simple moyen.

Autre exemple : les études. Les étudiants du mode *avoir* arrivent aux cours sans connaissances, sans questions, sans s'être intéressés au préalable au thème qui sera traité. Ils essaient de prendre en notes un maximum d'éléments qu'ils tenteront par la suite d'ingurgiter pour mieux recracher le tout à l'examen. Les étudiants du mode *être* arrivent avec quelques idées (peut-être des préjugés) et ne cherchent pas à noter le cours de façon frénétique. Le cours est une occasion de voir les choses autrement, de faire évoluer leur compréhension du monde et de détruire justement leurs a priori : c'est une démarche qualitative et non quantitative (applicable si le cours est bien fait).

Je crois que Fromm peut nourrir nos réflexions quant au choix d'un mode de vie plus serein et moins matérialiste. Son ouvrage date de 1976, mais ses idées coïncident très bien avec les thèmes de la décroissance et de la simplicité volontaire. Enfin, vous trouverez dans son ouvrage un grand nombre de références culturelles occidentales : Socrate, Jésus, Maître Eckhart, Freud, Marx et autres. ☘

¹ Ce dernier est en train de mettre sur pied, dans le nord de la France, une association en faveur de la simplicité volontaire.

J'achète! : Combattre l'épidémie de la surconsommation

Inês Lopes

Graaf, Wann & Naylor (2004)

INTRODUCTION

Le livre J'achète! : Combattre l'épidémie de la surconsommation traite de ce que les auteurs appellent « la rage de consommer », cette maladie de la surconsommation. En anglais, les auteurs emploient le terme « Affluenza » (la contraction d'influenza et d'affluence). À travers la métaphore de la maladie, les auteurs nous proposent d'explorer les symptômes, les causes puis les traitements de cette maladie. Dans un dictionnaire, sa définition ressemblerait à ceci : « Rage de consommer : état pénible, contagieux et socialement transmissible, de surcharge, d'endettement, d'anxiété et de gaspillage, résultant de la volonté acharnée d'avoir toujours plus. »

Quels sont donc les symptômes de cette rage de consommer? Eh bien, d'abord, plusieurs souffrent de cette fièvre... du shopping. Les centres commerciaux sont les nouveaux temples où plus d'argent est investi que dans l'éducation supérieure, et où on passe plus de temps qu'avec sa famille. Les techniques de marketing, chaque fois plus sournoises, poussent la population à consommer toujours davantage, du neuf, du mieux, du plus gros, du tout de suite, du jetable, du « supérieur ». Pour « satisfaire » ces « besoins », plusieurs s'endettent. Il y a aujourd'hui plus de faillites que lors de la crise de 1929. Malgré ces signes d'une indigestion, on continue de consommer. Avec l'avènement des technologies permettant de produire deux fois plus vite, nous avons donc deux options : produire la même quantité et travailler deux fois moins (la société de loisirs qui était prédite) ou travailler autant et produire deux fois plus (la société de consommation pour laquelle nous avons plutôt opté).

Les impacts environnementaux sont ahurissants. La surconsommation américaine menace la biodiversité (la disparition des espèces est actuellement environ 1 000 fois plus rapide que le taux d'extinction naturelle), surexploite nos ressources naturelles pour la production de biens (bois, eau, pétrole, etc.), pollue l'air, l'eau, les terres. Plusieurs coûts sont aussi cachés. Par exemple, l'utilisation de plus en plus de voitures davantage énergivores produit des gaz à effet de serre, mène à l'entretien de plus en plus fréquent des routes, à des dépenses de santé publique, etc.

La bonne nouvelle, c'est qu'il y a des traitements à cette maladie de la consommation abusive. Plusieurs traitements sont proposés. D'une part, la simple réflexion. Il est suggéré de réfléchir à ses priorités dans la vie. Parfois, une réorientation de carrière est souhaitable.

Le mouvement de la simplicité volontaire est aussi cité.

« Quelqu'un nous a surnommés "le mouvement de la privation", mais ce n'est pas cela. On ne remplit pas le vide en se refusant quelque chose. On le remplit en mettant des choses positives à la place des choses négatives, en comblant nos besoins de communauté, de créativité, de passion, de lien avec la nature. Les gens s'aident mutuellement à comprendre cela. Ils apprennent à satisfaire leurs besoins véritables au lieu des faux besoins créés par les publicitaires. Ils apprennent des façons de se satisfaire profondément, sans que cela ait un impact grave sur l'environnement. »

– Cecile Andrews, 1996

Ce livre nous met en garde contre des tendances sociales actuelles, questionne le progrès, propose des réflexions. ☞



AGORA

Liste des groupes de simplicité volontaire

Baie-Comeau (depuis juin 2004)

Marquis Méthot : (418) 589-9059
mariecatlavoie@globetrotter.net

Beauce (personne-ressource)

Gilbert Rodrigue : (418) 774-9000
grodrigue@sogetel.net

Lanaudière (depuis janvier 2004)

Caroline Frappier : (450) 755-5465
maddog902@hotmail.com
<http://cf.groups.yahoo.com/group/svjoliette>

Lévis (depuis mai 2004)

Florian Lambert : (418) 839-0919
florianlambert@sympatico.ca

Longueuil (depuis septembre 2002)

Nathalie Coutu et Denis Sauvé : (450) 672-7999
nathaliecoutu@hotmail.com

Montréal – Ahuntsic (depuis 2002)

Anne Marchand : (514) 938-1224
amarcha@ucalgary.ca

Montreal Simple Living (groupe anglophone – mars 2005)

Didier di Camillo et Kim Smith
msliving@hotmail.com
<http://pages.videotron.com/msl>

Paspébiac (Gaspésie – projet de groupe)

Nathalie Ahier : (418) 752-2040
cjepasp@globetrotter.net

Portneuf (depuis l'automne 2004)

Marie-Claude Denys : (418) 873-1302
mcdenys@globetrotter.net

Québec (depuis l'automne 2001)

Pascal Grenier : (418) 660-5579
responsable@gsvq.org
<http://www.gsvq.org/>
(Émission radio « En toute simplicité », mercredi de 17 h à 18 h, sur CKIA 88,3 FM – <http://www.meduse.org/ckiafm>)

Saguenay – Chicoutimi (depuis novembre 2002)

Guyline Cossette : (418) 545-2338
oreoleqi@hotmail.com

Sainte-Anne-des-Plaines (depuis septembre 2005)

Joan Boily : boilyjo@yahoo.fr
Sylvie Carrière : (450) 478-6537

Sherbrooke (depuis 2000)

Denise Turcotte : (819) 563-8144
acef.estrie@qc.aira.com
Marie-Anne Tanné : (819) 820-1797

Trois-Rivières (depuis 2000)

Monique Émond : (819) 378-7888
acef@infoteck.qc.ca

Victoriaville (depuis l'été 2002)

Cécile Laroche : (819) 758-7242
cecilelaroch@hotmail.com

Avis de recherche

lancé par le groupe de Lanaudière

Bonjour à tous,

Je suis la responsable du groupe de simplicité volontaire de la région de Lanaudière. Nous souhaitons permettre à des familles de se rencontrer tout en pouvant s'informer sur la simplicité volontaire et ce qui s'y rattache.

Nous avons comme projet de créer un bottin de ressources alternatives de la région, qui sont hors du réseau des multinationales et parfois inexistantes dans les bottins téléphoniques.

Je suis donc à la recherche de collaborateurs pour qu'on puisse poursuivre notre diffusion d'informations dans notre belle région. Alors si vous êtes prêt à vous impliquer ou que vous avez des idées de conférences ou de discussion, appelez-moi!

Caroline Frappier
(450) 755-5465

P.-S. : J'aimerais aussi présenter cet automne des ateliers basés sur le livre *Votre vie ou votre argent*.

Des nouvelles de Ste-Anne-des-Plaines

par Joan Boily

Une fois par mois, le Groupe se rencontre pour discuter mais aussi pour se donner de nouvelles idées afin d'améliorer la qualité de nos vies et trouver de nouveaux gestes à poser pour rendre meilleur l'avenir de notre planète. Les rencontres se tiennent à la Maison de la famille, située au 238, rue Beaupré à Ste-Anne des-Plaines.

Laissez vos coordonnées au (450) 478-6537. Il me fera plaisir de vous rappeler.

Prochaine rencontre : lundi le 2 octobre à 13 h.

De plus, un projet de centre de réemploi est présentement en cours. Les personnes désirant se joindre à l'équipe peuvent le faire par courriel : recyc-dons@hotmail.com ou par téléphone au (450) 478-1935. Recycle donc! Pense à demain, pense à ton voisin.

Joan Boily

P.-S. : Si la demande est grande, il y a possibilité de faire les rencontres le soir également.

Rabais de 15 % sur les livres Écosociété

En tant que membre du Réseau, nous vous offrons un rabais de 15 %* sur les livres des Éditions Écosociété, qui propose une collection intéressante de publications traitant de sujet en lien avec la simplicité volontaire. Voici une liste non exhaustive des livres qui peuvent être commandés directement au Réseau (des frais sont à rajouter pour tout envoi postal).

Titre	Auteur	Prix régulier	Prix réduit
L'ABC de la simplicité volontaire	Dominique Boisvert	16 \$	12 \$
Acheter c'est voter	Laure Waridel	20 \$	17 \$
Les aliments trafiqués	Brewster Kneen	26,50 \$	23 \$
Alternatives à la globalisation économique	John Cavanagh et Jerry Mander	37,50 \$	32 \$
La belle vie	Serge Mongeau	17 \$	14,50 \$
Le bien commun recherché	François David	16 \$	14 \$
Deux roues, un avenir?	Claire Morissette	21,50 \$	18 \$
L'entraide	Pierre Kropotkine	29 \$	24,50 \$
Entre nous : rebâtir nos communautés	Marcia Nozick	26,50 \$	23 \$
Entretiens avec Chomsky	Normand Baillargeon et David Barsamian	20,50 \$	17 \$
L'envers de l'assiette	Laure Waridel	20,50 \$	17 \$
La globalisation du monde	Jacques B. Gélinas	29 \$	24,50 \$
Graines suspectes	R. Ali Brac de la Perrière et F. Seuret	19,25 \$	16,50 \$
Kidnappé par la police	Serge Mongeau	19,25 \$	16,50 \$
Manger Local	H. Norberg-Hodge, T. Merrifield et S. Gorelick	20,50 \$	17,50 \$
Mégalomanie urbaine	Mark Douglas Lowes	24,50 \$	20,75 \$
Moi, ma santé	Serge Mongeau	18,25 \$	15,50 \$
La mondialisation de la pauvreté	Michel Chossudovsky	32 \$	27,50 \$
Non, je n'accepte pas	Serge Mongeau	29 \$	24,50 \$
Notre empreinte écologique	Mathis Wackernagel et William Rees	26,50 \$	23 \$
Objectif décroissance	M. Bernard, V. Cheynet et B. Clémentin	24,50 \$	21 \$
Plaidoyer pour une agriculture paysanne	Roméo Bouchard	20,50 \$	17,50 \$
Ralentir : travailler moins, vivre mieux	John D. Drake	20,50 \$	17,50 \$
La simplicité volontaire : plus que jamais	Serge Mongeau	23,50 \$	20 \$
Une société à refaire	Murray Bookchin	23,50 \$	20 \$
La télé cannibale	Michel Lemieux	19,25 \$	16,50 \$
La voie de la simplicité	Mark A. Burch	23,50 \$	20 \$
Les vrais maîtres de la forêt québécoise	Pierre Dubois	20,50 \$	17,50 \$

Il est aussi possible de commander d'autres livres d'Écosociété en nous contactant. Les résumés des livres sont disponibles sur le site Internet www.ecosociete.org.

* Ce tarif préférentiel s'applique aussi aux étudiants non-membres.

PETITES NOUVELLES DU RQSV

Renouvellements des cotisations suite à la relance téléphonique

Le Réseau a décidé de faire une relance téléphonique ce printemps auprès des membres qui n'avaient pas encore renouvelé leur cotisation. Chaque année, le taux de non-renouvellement est plutôt élevé, ce qui peut s'expliquer de plusieurs façons : la cotisation n'est pas un pré-requis pour pratiquer la simplicité volontaire, le Réseau ne répond pas forcément aux attentes de tous les membres, le coût fixé peut être un obstacle, etc. Mais, parfois, il s'agit tout simplement d'un oubli, d'où l'importance de la relance! Ainsi, plus de 200 membres ont effectué leur renouvellement. De plus, le Réseau compte aussi près de 150 nouveaux membres qui ont cotisé pour la première fois depuis le 1^{er} novembre 2005. 48 % des membres ont donc renouvelé leur cotisation.

Causeries mensuelles au Réseau

Les causeries sont de retour cet automne au bureau du Réseau! Cette année, une membre bénévole, Renée Archambault, s'est pleinement impliquée dans la programmation et se chargera de la recherche de contenu ainsi que de l'animation. Merci Renée! Voici le programme des causeries pour la saison :

- Lundi 25 septembre : La surabondance, que pouvons-nous y faire?
- Lundi 16 octobre : S'approprier le marché du travail selon ses besoins.
- Lundi 13 novembre : Série de réflexions sur le sens de la richesse.
- Lundi 11 décembre : Noël autrement.

Les causeries sont ouvertes à touTEs (contribution volontaire). Elles ont lieu au 1710, Beaudry, à partir de 19 h. Merci de confirmer votre présence.

Réseau dans les médias

Actuellement, plusieurs maisons de production nous contactent pour réaliser des documentaires sur les adeptes

de la SV. Tout d'abord, en septembre sur le réseau communautaire du câble Cogeco sera présenté un reportage sur une famille écolo, afin d'encourager les gens dans la protection de l'environnement et montrer comment de petits gestes peuvent faire une différence. Ensuite, Idéacom International produira une série documentaire intitulée *Simplement la vie* à Canal Vie en 2007 sur des adeptes de la SV. Il s'agit de 10 reportages de 30 minutes sur plusieurs aspects de la SV. Et puis en mars 2007, ce sera au tour de TV5 de diffuser une autre série, cette fois-ci sur le vélo, avec un épisode complet consacré à la SV et au transport à bicyclette.

Enfin, l'édition de septembre de la revue *Bien grandir*, magazine que l'on retrouve dans les CPE et CLSC, propose une entrevue avec Dominique Boisvert, auteur de *L'ABC de la simplicité volontaire* et secrétaire du CA du Réseau, sur le thème des jeunes et de la famille.

Des questions pour l'avenir du RQSV

À l'automne 2005 et au printemps 2006, Dominique Boisvert a participé à huit Salons du livre dans autant de régions du Québec, pour présenter *L'ABC de la simplicité volontaire* (éd. Écosociété) et rencontrer une foule de lecteurs et de gens sympathiques ou curieux face à la SV. Suite à ces discussions et rencontres, il a soumis au Conseil d'administration du Réseau **une série de réflexions et de questions que nous voulons brièvement partager avec vous** (après tout, la vie et l'avenir du Réseau, c'est d'abord vous, ses membres et sympathisants!).

On constate que le nombre de gens intéressés par la SV est infiniment plus grand que le nombre des membres du RQSV, et que ceux-ci connaissent un taux de « rotation » important : pourquoi devient-on (ou pas) membre du Réseau et qu'est-ce qui explique que plusieurs membres, parfois très engagés dans la SV, cessent de renouveler leur cotisation après quelques années? Est-il important que le membership grossisse de façon continue et si oui, comment faire pour assurer la stabilité des nouveaux membres? De même, on constate que plusieurs équipes s'essouffent, après un certain temps, et que le caractère très « large et inclusif » de la notion de SV (qui comprend aussi bien la critique de la surconsommation que les préoccupations écologiques, un rapport différent au temps, au travail et à

l'argent, le souci d'une plus grande justice sociale et même des dimensions spirituelles) a l'avantage de pouvoir accueillir bien des gens avec leurs préoccupations, mais aussi l'inconvénient de tirer un peu dans toutes les directions et d'être difficile à bien cerner. Enfin, on constate des différences importantes entre les diverses régions et les grands centres comme Montréal ou Québec, et on se demande comment mieux servir les différents besoins des membres du Réseau.

Dans un document de quatre pages soumis à la discussion d'un CA spécial, réuni toute la journée le 18 août dernier, on s'interroge sur quel type de RQSV on souhaiterait développer au cours des cinq prochaines années, sur l'utilité ou non de « restreindre » ou de « mieux focaliser » la notion de SV autour de l'une ou l'autre de ses dimensions, sur les divers types de membership qu'il vaudrait mieux développer (faut-il viser le grand nombre? privilégier des cellules plus petites mais plus stables? devenir une sorte de groupe de recherche spécialisé? etc.), et sur le rôle d'un groupe comme le RQSV dans le mouvement plus large en faveur du changement social. Les discussions du CA vont se poursuivre tout au long de l'année et nous vous tiendrons au courant de l'évolution des débats. **Et si vous avez vous-mêmes des idées sur le sujet et le goût de les partager, n'hésitez surtout pas à communiquer avec le RQSV, par écrit ou autrement, pour nous en faire part!** Merci à l'avance.

Rencontre du Simplicity Forum aux États-Unis

Une foule de gens travaillent, de diverses manières, à promouvoir les valeurs de la SV aux États-Unis : auteurEs, conférencierEs, cercles de simplicité, groupes environnementaux, Centre pour un « nouveau rêve américain », ateliers *Votre vie ou votre argent?*, etc. Mais il n'existait, jusqu'en 2001, aucun lieu ou regroupement permettant à ces gens de mettre leurs préoccupations en commun et possiblement de développer certaines actions communes. C'est dans ce but qu'est né le **Simplicity Forum** qui se réunit chaque année en congrès. Mais la rencontre de juillet 2006, tenue à Los Gatos, près de San Jose en Californie, a pris une importance toute particulière : avec des subventions initiales presque épuisées, une première expérience de permanence malheureuse en 2005-2006 et, là aussi, une « rotation » importante des membres du Forum d'un congrès à l'autre, c'est l'avenir même du Simplicity Forum qui se jouait. En résumé, disons que la rencontre de Los Gatos a permis une relance du projet sur des bases à la

fois plus modestes et plus concrètes : mise en place d'une banque de conférencierEs et contacts avec les médias; améliorations du site Internet actuel pour le rendre plus vivant et interactif; levée de fonds plus modeste en commençant par les membres et sympathisants (au lieu de compter sur de larges subventions venant de Fondations); et possibilité d'organiser un Congrès national plus important à Washington en 2007 en partenariat étroit avec le New American Dream Center.

« La simplicité volontaire dans votre assiette »

Cet été, suite à un kiosque tenu lors d'un marché public montréalais, le Réseau a produit un recueil de recettes simples et économiques. On y retrouve une soixantaine de plats, classés en diverses catégories (soupes, salades, plats avec et sans viande, desserts). Mais qu'est-ce qu'une recette étiquetée « sv »? Et bien, voici nos critères : la recette doit être facile à préparer, à l'aide d'ingrédients naturels que l'on peut trouver aisément et pour un coût modique. Ce recueil se bonifiera avec le temps. Avez-vous des suggestions à nous faire? Des plats qui, à votre avis, devraient se retrouver dans ce livret? Nous serions intéressés à les connaître! Vous pouvez retrouver ce guide sur notre site Internet (section Agora-Outils divers) ou bien le recevoir par la poste (3 \$, incluant les frais d'envoi). Merci beaucoup à notre membre bénévole Line Parent, qui a eu l'idée de ce recueil et a pris en charge la conception, la recherche ainsi que la rédaction!

Implications au Réseau

Vous souhaitez vous impliquer au sein du Réseau mais vous ne savez pas comment? Voici une liste non exhaustive de différentes tâches à réaliser : effectuer une recherche des articles sur la SV et le Réseau, classer les coupures médiatiques et notre documentation papier en vue de rendre opérationnel un centre de documentation pour les membres, aider à la recherche d'informations pour les causeries, prendre contact avec les bibliothèques québécoises pour leur proposer l'abonnement au bulletin, écrire un résumé de livres traitant de SV, rechercher du contenu pour la section « ABC » du site Internet, noter et sélectionner les différentes activités en lien avec la simplicité volontaire, etc. Certaines tâches peuvent se faire à domicile. Si vous êtes intéresséEs par l'une d'entre elles ou si vous avez besoin de plus d'informations, contactez-nous! De plus, nous sommes ouverts à toute proposition.

Des nouvelles des groupes

Les groupes de simplicité volontaire sont toujours présents à travers la province! Parmi ceux-là, notons celui de la Maison de Famille de Sainte-Anne-des-Plaines qui, depuis un an maintenant, se rencontre régulièrement (voir la rubrique Agora). Quant aux groupes de Lanaudière et Rive-Sud, ils sont en ce moment à la recherche de nouvelles personnes intéressées à s'impliquer (voir la rubrique Agora). Par ailleurs, le groupe de Québec vous propose sa programmation d'automne (disponible sur Internet à l'adresse www.gsvq.org): salons de discussion, conférences, ateliers d'introduction à la SV, groupe de partage pour acheteurs compulsifs, émission de radio, vente d'objets écologiques et matériel audiovisuel sur la SV!

Pour plus d'informations, nous vous invitons à contacter directement les groupes (voir la liste des groupes dans la rubrique Agora).

Subventions refusées

Le RQSV avait soumis à la Fondation Béati, au printemps 2006, un projet visant à promouvoir la SV spécifiquement auprès des groupes sociaux moins nantis ou plus marginalisés, économiquement et socialement: assistés sociaux, immigrants, femmes monoparentales, communautés culturelles, etc. Développé sur une base expérimentale, ce projet visait à vérifier notre intuition selon laquelle « la SV n'est pas seulement un luxe pour les riches ou la petite bourgeoisie », mais qu'elle peut être une contribution pertinente et utile pour des gens de tous les milieux et de toutes les classes de la société. Le projet visait également à approfondir, sur le terrain, les rapports féconds qui peuvent exister entre la simplicité volontaire et la simplicité involontaire.

Malheureusement, le projet n'a pas été accepté par la Fondation, ce qui ne nous empêchera pas de continuer à nous intéresser à cette problématique, même si nous ne pourrions évidemment pas y consacrer le temps et les ressources humaines que la subvention nous aurait permis.

De même, le comité de priorité dans les dons de la Conférence religieuse canadienne ou CRC (qui regroupe l'ensemble des communautés religieuses d'hommes et de femmes du Canada) a décidé cette année de ne pas prioriser notre demande d'appui financier. Au cours des deux dernières années, le comité avait priorisé notre demande sur une base temporaire pour aider le RQSV à développer son membership afin de pouvoir assurer son

autofinancement. Le comité, tout en continuant de reconnaître l'importance de notre contribution sociale, a estimé que le Réseau devait désormais voler de ses propres ailes.

Ces deux réponses ont le mérite de nous poser clairement la question suivante: **croions-nous assez à l'importance de notre mission et de notre Réseau pour en assurer nous-mêmes le financement (par nos cotisations, nos dons personnels, la sollicitation que nous pouvons faire autour de nous, etc.)?**

Réflexions sur la SV

Il continue de s'écrire plein de choses sur la SV et ses diverses composantes. Certains de nos membres publient des lettres ou articles dans divers médias (y compris dans le journal français *La décroissance*). D'autres travaillent sur divers manuscrits (qui trouveront ou non des éditeurs au cours des prochains mois): sur les thèmes de rapports entre simplicité volontaire et involontaire, sur la décroissance, sur la philosophie politique sous-jacente à la SV, sur les connivences entre la SV et l'héritage biblique, etc. De même, plusieurs étudiantEs travaillent, ici et à l'étranger, sur des mémoires de maîtrise ou de doctorat portant sur le sujet. Signalons enfin, même si c'est surtout pour préciser que le titre est assez trompeur, la parution récente du livre québécois *La simplicité involontaire* d'Alain Samson aux éditions Transcontinental (le livre porte davantage sur les divers facteurs d'appauvrissement des Québécois et sur les solutions de l'auteur que sur la SV).

L'économie sociale et la consommation responsable

L'économie sociale a connu au Québec une popularité médiatique et un essor institutionnel à partir du Sommet socio-économique du gouvernement Bouchard en 1996. Pour fêter ses 10 ans, le Chantier de l'économie sociale organise, les 16 et 17 novembre 2006, un Sommet de l'économie sociale et solidaire qui tracera un bilan de ses contributions dans les divers secteurs de la société. Parmi les sujets étudiés figure la consommation responsable et le RQSV a été invité, avec une quinzaine d'autres groupes québécois, à la fois à définir ce que pourrait être cette consommation responsable et à en établir l'état actuel de la situation. Comme cette invitation le démontre, le RQSV commence à être reconnu comme un acteur utile de la société québécoise.

Le Réseau et sa participation à la Journée de la lenteur

Le 21 juin dernier, des dizaines de personnes se sont réunies au Parc Lafontaine à Montréal pour clamer une fois encore que le solstice d'été, la journée la plus longue de l'année, peut être aussi une belle occasion pour célébrer la *Journée de la lenteur*! Une journée pour ralentir le rythme, profiter de ce qui nous entoure, etc. Le Réseau a offert un atelier afin de montrer aux personnes présentes des moyens pour arrêter de courir! D'autres activités avaient lieu, du Chi-Kong au Club du rire en passant par la gymnastique sensorielle. Merci à Guylaine Martin et Line Parent pour l'animation des ateliers.

Nous vous invitons à visiter le site officiel (<http://www.journeelenteur.ca/>): il se peut que le solstice d'hiver soit aussi célébré!

Retour sur l'Assemblée générale annuelle 2006 du 23 septembre 2006

Nous étions une cinquantaine de membres à nous réunir au Centre Laurier à Montréal, en ce samedi soir automnal de septembre. Certains se sont déplacés de Québec et de l'Outaouais pour venir entendre le rapport d'activités et le bilan du CA pour l'année 2005-2006, ainsi que les états financiers de l'organisme. Une place a été faite aux questions et commentaires des membres sur le bulletin *Simpli-Cité*, le site Internet, le colloque ainsi que les autres activités du Réseau. On notera, entre autres, les interrogations sur l'emphase qui est mise pour obtenir de la visibilité médiatique, le lien existant entre le taux de participation au colloque, les revenus nets et la couverture médiatique reçue, ainsi que la fluctuation du nombre de

membres et la proportion des nouvelles cotisations versus les non-renouvellements. Enfin, il a été suggéré d'offrir des ateliers pratiques (concernant l'entretien de vélo, les petits travaux domestiques, etc.) ainsi que de reprendre des ateliers d'introduction à la simplicité volontaire pour être plus à l'aise à en parler aux médias et lors de conférences ou kiosques. Les membres ont aussi apprécié les perspectives du Réseau pour l'année qui s'en vient, en particulier la collaboration avec le Groupe de Québec pour un colloque à Québec au printemps 2007 et le souhait de favoriser des contacts plus fréquents avec les groupes régionaux.

Concernant le Conseil d'administration, quatre postes d'administrateurs étaient en élection et nous avons de plus entériné le mandat d'Isabelle Forget qui a été cooptée en cours d'année. Trois administrateurs ont renouvelé leur mandat pour deux ans: Chantale Grandchamp, Louis Chauvin et Dominique Boisvert. Bienvenue à Virginie Guibert, membre du Bas-Saint-Laurent, qui se joint à eux cette année! Nous tenons aussi à remercier chaleureusement Doan-Trang Phan pour son implication au sein du CA en tant que trésorière et administrative dévouée.

Serge Mongeau nous a ensuite offert une conférence sur le thème « Au-delà de la simplicité volontaire : la décroissance ». Son exposé a suscité de vives réactions de la part des membres : les différences entre la simplicité volontaire et la décroissance, la notion d'implication individuelle versus implication collective, le caractère radical de la décroissance, le lien entre le Réseau et le mouvement de la décroissance, etc. À n'en pas douter, on risque d'en reparler dans le courant des prochains mois!

Merci à tous les membres qui sont venus assister à l'AGA et au plaisir de poursuivre ensemble le chemin de la simplicité volontaire!





DEVENIR MEMBRE DU RQSV

Le Réseau québécois pour la simplicité volontaire (RQSV) réunit des personnes qui veulent vivre et promouvoir la simplicité volontaire comme moyen d'améliorer leur propre vie et de contribuer à édifier une société plus juste et plus durable.

Le RQSV est un organisme sans but lucratif financé par la cotisation annuelle et les contributions volontaires* de ses membres, ainsi que par la vente du bulletin *Simpli-Cité* et de livres. La cotisation annuelle est de 25 \$.

En devenant membre, vous :

- recevez le bulletin *Simpli-Cité* (quatre fois par an, par la poste ou par courrier électronique);

- favorisez la création de nouveaux groupes de simplicité volontaire et la diffusion à grande échelle des avantages individuels et collectifs de ce mode de vie;
- pouvez participer et voter à l'assemblée générale annuelle;
- profitez d'une réduction de 15 % sur les livres du RQSV;
- bénéficiez d'un prix réduit lors des activités payantes du RQSV.

* Il est possible de soutenir financièrement le RQSV et de recevoir un reçu pour fins d'impôt en faisant un don (distinct de la cotisation) à l'ordre de la Fondation Écho-Logie.

ADHÉSION AU RQSV

Nom _____		Date _____
Adresse _____	Ville _____	Code postal _____
Téléphone (résidence) _____	Téléphone (travail) _____	Courriel _____

Cotisation annuelle de 25 \$

Abonnement* à *Simpli-Cité* : 10 \$

Le coût de l'abonnement est de 20 \$ pour les groupes et institutions
(chèque ou mandat poste à l'ordre du RQSV)

*N.B. : La cotisation de 25 \$ pour être membre du RQSV vous donne droit **gratuitement** à *Simpli-Cité*. Indiquez ci-contre le moyen de livraison.

Je veux recevoir le bulletin *Simpli-Cité* : par la poste par Internet

Veillez retourner formulaire et chèque au : Réseau québécois pour la simplicité volontaire
1710, rue Beaudry, local 3.3
Montréal (Québec) H2L 3E7

J'aimerais que le RQSV donne mes coordonnées au groupe de simplicité volontaire de ma région (s'il y a lieu).

Je souhaite former un nouveau groupe de simplicité volontaire dans ma région.

En devenant membre, je souhaite :

rencontrer d'autres personnes apprendre des trucs pratiques approfondir ma réflexion

soutenir le mouvement de la simplicité volontaire m'impliquer de la façon suivante :

Je soutiens le RQSV (contribution volontaire)

25 \$ 50 \$ 100 \$ 1 000 \$ Autre : _____

Reçu pour fins d'impôt (don minimum de 25 \$).

Envoyez-nous un chèque à l'ordre de : Fondation Écho-Logie
1710, rue Beaudry, local 3.3
Montréal (Québec) H2L 3E7

N.B. : Pour être membre, vous devez régler votre cotisation et votre don séparément.