



Été 2008  
Volume 9, numéro 2

Sommaire du numéro

- 1 **ÉDITORIAL**  
*Éprouver le bonheur de se sentir « plusieurs »*
- 3 **LE MOT DU PRÉSIDENT**
- 4 *Élargir la perspective*
- 7 *Valse de vélos autour du parc Lafontaine*
- 7 *Fête des mères, fête du temps donné et reçu*
- 8 *Quelques réflexions sur le temps*
- 10 *La machine à générer du temps?*
- 11 *L'industrie minière et la simplicité volontaire*
- 12 *« À ton âge, tu devrais... »*
- 13 *Balade délinquante au pays du temps perdu*
- 14 *Barrick Gold poursuit la maison d'éditions Écosociété*
- 16 *Un appel à la solidarité*
- 16 *Commentaires de nos lecteurs*
- 17 **AGORA**
- 18 **PETITES NOUVELLES**
- 20 **DEVENIR MEMBRE**

LES SIMPLICITAIRES ET  
LE TEMPS

ÉDITORIAL

**Éprouver le bonheur de se sentir « plusieurs »**

*par Diane Gariépy*

Le 20 mai dernier, c'était l'assemblée générale du Groupe de simplicité volontaire de Québec (GSVQ). J'y suis allée. À chaque fois que je me rends à une rencontre citoyenne de ce genre, c'est l'occasion pour moi de refaire le plein. C'est tellement beau de voir des gens s'être déplacés malgré la fatigue du soir pour penser le monde différemment. C'est tellement émouvant, ce vouloir vivre en partageant les ressources de la Planète sans prendre plus que ce qui revient à chacun, en toute équité, ici ou là-bas.

Quelques semaines auparavant, j'étais l'invitée d'un groupe de familles de Mercier/Châteauguay qui se réunissent au moins une fois par mois, tour à tour chez les uns et les autres. Et avec les enfants, s'il-vous-plaît ! Pendant que les enfants jouaient dans la cour jusqu'à la brunante, ils ont échangé sur la simplicité volontaire, tout naturellement, à table, entre les restes de salades, le pot de jus et les brioches, alors que l'un des papas prenait des notes sur son ordinateur portatif et qu'une maman prenait aussi des notes juste en face de lui. Les enfants ont toujours hâte, paraît-il, d'aller à cette rencontre mensuelle du vendredi soir; ils disent : « On s'en va à notre party ». Les parents aussi ont bien hâte. Des mères m'ont confié qu'elles avaient craint beaucoup l'isolement alors qu'elles ont choisi la maternité. Mais depuis qu'existent ces rencontres familiales, on ne craint plus rien! Voici ce qu'il y avait au point Varia de cette belle rencontre printanière :

*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  
Alain Lavallée

**Révision :** Christine Dumas

**Mise en page :** Yolande Cusson

**Dessins originaux :** Claire Obscure

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

Dépôt légal :

Bibliothèque nationale du Québec, 2008

Bibliothèque nationale du Canada, 2008

ISSN : 1718-1755

**PROCHAIN NUMÉRO**

***Simpli-Cité***

**La parole aux jeunes**

Faites parvenir vos textes au plus tard  
le 15 août 2008.

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

[RQSV@simplicitevolontaire.org](mailto: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  
Téléphone : 514 937-3159

Courriel: [RQSV@simplicitevolontaire.org](mailto:RQSV@simplicitevolontaire.org)

Site Internet et forum du RQSV :  
[www.simplicitevolontaire.org](http://www.simplicitevolontaire.org)

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

Suite de la page 1

- Qui veut m'aider à faire une vente de garage?
- Qui aurait une voiturette pour mettre derrière mon bicycle?
- Une demande d'information sur le partage du temps de travail
- Info : des possibilités d'emploi pendant l'heure du midi au Service de garde

Dites-moi : il y en a combien de ces personnes qui se réunissent régulièrement en petits groupes au Québec, de ce genre de groupes solidaires, communautaires, environnementaux, simplicitaires, alternatifs, etc., etc.? Plus je me promène, plus j'en découvre!

Le problème, c'est qu'on ne se connaît pas assez entre groupes. Imaginez quand le groupe de Mercier échangera par courriel avec un groupe d'Alma... ou quand un groupe de Victoriaville donnera rendez-vous à une gang de Saint-Isidore pour faire un pique-nique familial... à Nicolet! Faire réseau, c'est éprouver ce bonheur de se sentir «plusieurs», de pouvoir affirmer ses couleurs sociales et politiques sans craindre la marginalisation; c'est garder l'optimisme devant une société qui cultive le chacun pour soi dans tous les domaines.

Il y a le Réseau québécois pour la simplicité volontaire (RQSV) et, à Québec, il y a le Groupe de simplicité volontaire de Québec (GSVQ). Tous deux sont nés pour mettre en place ces réseaux (avec un petit «r») faits de petites cellules qui, bien souvent, ne portent même pas de nom. Mais le RQSV et le GSVQ ne suffisent pas à faire naître des liens



entre nous. Vous faites partie d'un groupe de base qui vous aide à vivre la simplicité volontaire? Faites-vous donc connaître! Écrivez au Réseau, racontez-nous votre genèse, vos échanges, vos réalisations. Formons des réseaux alternatifs! ☞

Les 26 et 27 avril dernier, avait lieu le colloque annuel du RQSV sur le thème du temps. Vous y étiez? Vous allez retrouver sous la plume de quelques participants la ferveur du temps retrouvé sous l'éclairage de la simplicité volontaire. Vous n'y étiez pas? Qu'à cela ne tienne! Ces articles ont des chances de quand même vous plaire. D'autres personnes qui n'ont pas pu venir au colloque ont aussi décidé de «coucher sur le papier [électronique]» leur expérience du temps savouré en simplifiant leur vie.

Comme toujours, saluons la créativité de nos lecteurs/écrivains, toujours nombreux à répondre à l'appel de textes sur un thème particulier.

Bonne lecture! ☞

## LE MOT DU PRÉSIDENT

Il me fait plaisir de prendre la parole aujourd'hui en tant que nouveau président du Réseau québécois pour la simplicité volontaire (RQSV). C'est en effet un véritable honneur que vous me faites de me permettre de diriger, avec cette nouvelle équipe du conseil d'administration que je respecte beaucoup, les destinées du RQSV pour l'année 2008-2009. Le RQSV est un jeune organisme qui n'a que huit ans. Les gens qui s'y sont impliqués ont pourtant accompli de belles choses en peu de temps. Ce bulletin trimestriel que vous lisez est sûrement le fleuron de l'organisme. Les colloques annuels que nous avons tenus tant à Montréal qu'à Québec comptent aussi parmi les grandes réalisations du Réseau. La mise sur pied et le développement continu de notre site Internet qui offre aux membres et au grand public une vaste gamme de ressources liées à la simplicité volontaire furent le résultat du travail acharné d'un nombre imposant de collaborateurs. Ces réalisations ne sont, en fait, qu'une infime partie de tout ce qui a été accompli par un groupe dévoué d'employés et de bénévoles. Kiosques d'informations dans des événements pertinents, causeries, parutions médiatiques, conférences publiques ainsi que la mise en place de systèmes de gestion à l'interne de la permanence s'ajoutent à une longue liste de réalisations.

Malgré cela, le RQSV présente en ce moment à ses membres et à son conseil d'administration un défi de taille à relever. En effet, pour des raisons qui restent quelque peu nébuleuses, le Réseau, depuis quelques années, a connu une baisse dans le nombre de membres qui renouvellent assidûment leur adhésion. Cette constatation a motivé les membres de conseils d'administration précédents à se questionner sérieusement quant à cette situation et plusieurs actions ont été entreprises, surtout au cours des deux dernières années, pour tenter de remédier à la situation. Nous avons, entre autres, l'an dernier, élaboré un plan d'action triennal qui tenait compte de ce que nous voyions comme les lacunes qui pouvaient, au moins en partie, expliquer ce recul dans la membriété. Le plan d'action voulait prendre en considération tant les besoins et les désirs de nos membres actuels que les moyens pour mieux faire connaître le RQSV et la simplicité volontaire à travers le Québec, attirant ainsi de nouvelles personnes qui pourraient, à leur tour, mettre l'épaule à la roue pour propager le concept et l'expérience de ce style de vie dont la nécessité se fait de plus en plus sentir.

Ainsi, nos deux plus grands désirs au conseil d'administration, pour la santé du RQSV demeurent : une plus grande implication active des membres actuels et l'attraction d'un nombre toujours grandissant de personnes qui viendront partager notre vision et propager la simplicité volontaire à travers le pays. Dans le premier cas, nous invitons donc tous nos

membres à prendre connaissance, via notre site Internet, de notre nouveau plan d'action, d'y trouver un projet qui convient à leurs intérêts et de communiquer avec notre coordonnateur qui se fera un plaisir de discuter avec vous des termes de votre implication. De plus, d'ici quelques semaines, vous retrouverez sur notre site Web des demandes particulières de bénévoles pour les tâches les plus urgentes. Alors, si la simplicité volontaire vous tient à cœur et si vous reconnaissez l'importance d'un réseau stable et fort, il n'y a qu'un pas à franchir pour faire profiter le Réseau de votre enthousiasme et de vos talents.

Dans le deuxième cas, nous sommes à élaborer différentes stratégies pour augmenter la présence du RQSV sur la scène québécoise : accent sur la formation et le maintien de groupes régionaux, présence dans les médias, établissement de liens avec des organismes ayant des affinités avec la SV ainsi qu'une banque de conférences et de conférenciers. De votre côté, en plus de vous impliquer comme bénévole, vous pouvez faire connaître la simplicité volontaire et le RQSV dans votre milieu immédiat et inviter chaleureusement les gens qui vous entourent à devenir membres et à s'impliquer à leur tour. Vous pouvez profiter des nouveaux outils comme Le Guide des groupes SV pour examiner de près la possibilité de former un groupe dans votre région ou votre quartier. Il y aurait place pour une dizaine de groupes dans Montréal seulement! Les états financiers présentés à l'assemblée générale annuelle du 27 avril dernier indiquaient un total de 400 membres cette année pour pouvoir équilibrer le budget. Ceci nécessiterait une augmentation de 50 membres du nombre recensé à la mi-mars ainsi que le renouvellement de tous les membres dont l'adhésion se terminait le 31 mars. Un petit effort de chacun de nous saura sûrement combler ce déficit.

Si les événements courants tels que la flambée des prix du pétrole et de la nourriture sont précurseurs de temps difficiles à venir, notre Réseau deviendra, encore plus qu'aujourd'hui, un phare indiquant la route à suivre pour éviter les pires écueils tant matériels et sociaux que psychologiques. Sa santé financière et son omniprésence dans la société québécoise sont probablement le plus beau cadeau que nous pouvons faire à nos enfants et petits-enfants. Il n'en dépend que de nous tous.

Je termine en vous souhaitant à tous une année simplifiée sereine et joyeuse. J'anticipe avec une certaine fébrilité le plaisir de travailler à vos côtés pour aider à faire de ce monde un endroit où il fait bon vivre. ☞

*Louis Chauvin,  
président du Réseau québécois pour la simplicité  
volontaire (RQSV)*

## LES SIMPLICITAIRES ET LE TEMPS

### Élargir la perspective

par Christine Lemaire

Dans ses deux livres sur l'art du temps, Jean-Louis Servan-Schreiber affirme : « Comme celle de la boussole indique le nord, l'aiguille du temps, quels que soient nos détours, pointe dans cette direction obstinée : nous, d'où part et où aboutit le problème »<sup>1</sup>. Selon lui, nous sommes entièrement responsables de notre rapport difficile avec le temps, mais de ce fait, nous disposons de toute la marge de manœuvre nécessaire pour agir, sans plus nous soucier de trouver d'autres coupables. Ce jugement est partagé par la grande majorité des théoriciens de la gestion du temps ainsi que par la plupart des auteurs d'ouvrages de psychologie populaire. Nous serions les seuls responsables de nos journées, de notre vie et, donc, de notre satisfaction face à elles.

### Partager la responsabilité

Pour ma part, j'ai le sentiment que si nous nous laissons porter par le flot, si nous renions souvent nos aspirations les plus profondes pour nous laisser happer par une urgence, ce n'est pas seulement que nous manquons de volonté. L'identification d'autres éléments permettant de partager le poids de notre responsabilité face au temps m'apparaît comme une façon de développer une vision plus juste de la réalité. Ce ne saurait être une échappatoire, mais plutôt un moyen de nous aguerrir face à une situation beaucoup plus complexe qu'on nous la présente généralement.

Ainsi, serions-nous les seuls responsables de notre manière d'appréhender le temps... Et si nous allions voir dans la vraie vie? Parlez à cette employée de bureau, survivante de la dernière restructuration de son entreprise qui, au lendemain de l'événement, va et vient à l'étage où elle travaille et constate que la moitié des bureaux sont vides. Aurt-elle le choix de refuser le surplus de travail qu'on lui imposera suite au « réaménagement des effectifs »? Bien sûr que non, puisque ce travail lui sera présenté comme la récompense de sa compétence et de son efficacité passées.

Considérez aussi cet entrepreneur qui, à force de volonté et d'heures de travail, mettra sur pied une entreprise prospère. Si d'aventure nous venions à apprendre que pour y parvenir, il aura dû vivre un divorce, devenir un étranger pour ses enfants ou un fils que ses parents ne voient jamais, nous lèverions les yeux au ciel comme devant les grands saints d'antan; pour réussir, ne faut-il pas faire des sacrifices?

Bien sûr, on pourra toujours nous dire qu'en ce qui a trait à la « gestion du temps », nos méthodes de travail sont déficientes et que nous manquons d'organisation. On pourra aussi analyser tous les travers psychologiques que nous avons pu développer quand il est temps de prendre en main un projet difficile ou un agenda trop bien garni. Mais au-delà de tous ces problèmes personnels, il y a autre chose. Il y a une société qui, chaque fois que nous avons l'air bien occupés, nous tape dans le dos en signe d'approbation. Un système de valeurs qui nous rassure sur le fait que nous soyons utiles et donc vivants.

### À contre-courant

Même en devenant simplicitaires, la plupart d'entre nous sentons bien précaire notre liberté face au temps. De fait, même si nous considérons notre société de consommation d'un regard critique et protestons contre les dictats de performance établis par la globalisation, nous avons encore le monde à changer! Et pour y arriver, la tentation est grande de bourrer nos journées de gestes et d'engagements de toutes sortes, de lectures et de conférences qui nourriront notre analyse et notre action. En percevant l'urgence de la situation mondiale, les cris de notre Planète qui est en train d'étouffer, notre temps peut facilement être aussi pressurisé que celui de n'importe quel citoyenNE moderne.



David Allen, une grande vedette du monde de la productivité<sup>2</sup>, insiste sur le fait que vivre en fonction de ses valeurs ne simplifie jamais la vie. Au contraire, cela la complexifie. Et je n'ai qu'à regarder mon mari partir en croisade chaque fois qu'il va faire les courses, pour comprendre que cet auteur a bien raison! Car cela prend bien plus de temps de suivre une vendeuse à la recherche de bottes fabriquées au Canada ou d'expliquer encore et encore à l'épicier que non, nous ne voulons pas de barquette de styromousse, que de s'en tenir simplement à ce qui nous est offert et de la façon dont cela nous est offert! Et puis, vider le composteur ou réparer le grille-pain, cela prend du temps que nous devons glisser entre la réunion de notre coopérative d'habitation et notre prochain quart de travail!

<sup>1</sup> SERVAN-SCHREIBER, Jean-Louis. Le nouvel art du temps. Contre le stress. Albin Michel, 2000, p. 121.

<sup>2</sup> ALLEN, David. Getting things done. 2001.

Ce n'est donc pas parce que nous nous sommes mis en marge de la société néo-libérale que nous avons automatiquement transformé notre façon de vivre le temps. Car le système de valeurs ambiant nous a laissé des lunettes bien particulières et le regard qu'elles nous font porter sur notre vie est encore teinté par cette obligation : en faire le plus possible chaque jour. La situation est critique et les choses pressent. Nous sommes encore très occupés et serions en droit de réclamer de cette société, dont nous remettons pourtant tout en question, la tape d'encouragement qui nous confirme notre utilité.

### Les mêmes outils?

Parce qu'ils ont été développés par l'organisation, les outils de la gestion du temps se sont érigés sur la base des valeurs organisationnelles<sup>3</sup> : individualisme, progrès, performance, rapidité, pour n'en nommer que quelques-unes. Rien de plus normal et logique : toute réflexion se déploie à partir de l'expérience vécue dans un contexte donné. Parce que ces valeurs organisationnelles se sont généralisées à l'ensemble de l'activité sociale, il n'est pas étonnant non plus que les outils de gestion du temps développés au sein de l'organisation prétendent pouvoir servir à toute la vie. Là où il faut s'étonner, c'est qu'ils y ont pris toute la place, nous faisant oublier que l'entreprise n'a rien à faire de «se sentir vivante»; ce qu'elle veut l'entreprise, c'est produire.

Le concept de «gestion» présuppose une mise en ordre, une organisation, une rationalisation qui nous confine à l'intellectualisation de la vie. Le corps et les émotions, afin de rentrer dans ce schéma structuré, sont tordus et appauvris. Le corps n'est plus un lieu où la Vie circule, mais un moyen d'arriver à réaliser nos projets. Les émotions, particulièrement les négatives, n'entrent pas dans cette logique de l'efficacité et nous avons tendance à les repousser dans la noirceur de notre subconscient puisqu'elles nous retardent, nous mettent du bois dans les roues. Les autres, quant à eux, sont là pour participer à nos projets; sinon, ils sont souvent considérés comme des «voleurs de temps».

Par définition, l'objectif – cet outil par excellence de la gestion du temps – nous lance en avant. Il s'installe hors de nous, dans quelques minutes, demain ou l'année prochaine. Il nous impose une tension constante, nous poussant à remplir le vide créé entre ici et maintenant, et là-bas, ce lieu idéalisé de sa réalisation. Alors seulement, nous serons heureux; alors oui, nous pourrions nous arrêter et profiter de la vie. Mais d'ici là, nous ne prêterons plus trop attention aux fleurs sur notre chemin. Si cette vision du temps sert bien notre société de consommation, elle rétrécit de façon dramatique l'expérience humaine, d'où le malaise social dont nous pouvons percevoir chaque jour les manifestations autour de nous.

Afin de mener à bien nos horaires surchargés nous avons tendance à employer les mêmes outils que ceux élaborés et proposés par notre société de la super efficacité. Nous nous tournons encore vers ceux qui nous promettent que nous pourrions tout faire, si nous savons établir nos priorités convenablement, si nous savons nous organiser. La plupart d'entre nous avons l'impression qu'alors, le chemin emprunté sera rectiligne, asphalté et ensoleillé. Or, c'est tout le contraire. Décider de remettre son temps personnel en priorité, c'est abandonner les grandes routes pour marcher sur des sentiers broussailleux. Nous risquons en effet d'y perdre nos repères.

### Un jardin, au centre

Les outils de la gestion du temps nous poussent en avant puisqu'ils ont été développés par un monde du «faire» – le monde des affaires – et non pour une société de l'être. Pour être, il faut employer d'autres outils. Comme il ne nous viendrait jamais à l'idée de jardiner avec un marteau et un tournevis – bien que ces outils aient incontestablement prouvé leur efficacité –, nous nous entraînerons à manier la pelle et le sarcloir afin de dégager l'essentiel de nos vies. Les outils de l'être sont l'arrêt, le silence, la contemplation, la réflexion détendue, les explorations créatrices qui n'ont d'autre but que de nous entraîner sur des chemins de traverse sans nous mener nécessairement vers des «solutions». Et tout le secret de la vie pleine, «vaste et profonde<sup>4</sup>», réside dans le fait de savoir déposer les outils de la gestion, pour en prendre d'autres et apprendre à les utiliser avec autant de maîtrise que ceux que nous venons de ranger.



Nous avons aussi à redéfinir le sens de la vie à partir de notre propre expérience : nos valeurs évidemment, mais aussi notre propre niveau d'énergie. Faire un peu plus de place à ces «autres» de notre vie; pas seulement ceux qui souffrent de la pauvreté ou de la pollution, mais ceux qui nous accompagnent, en ayant perdu l'habitude de nous demander quoi que ce soit, mais qui apprécieront que nous nous arrêtions pour être avec eux, tout simplement. Il faut beaucoup choisir, car nous sommes constamment sollicités et ce, pour des raisons qui sont hautement valables. Il faut beaucoup élaguer et même renoncer à cette réputation que nous aimons encore et toujours avoir : être de toutes les

<sup>3</sup> Cette affirmation est le fruit d'une analyse qui fera l'objet d'un essai à paraître.

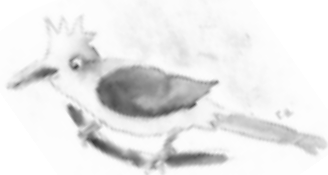
<sup>4</sup> Richard Séguin. Aux portes du matin.

luttons qui contribuent à changer le monde. C'est même, oh horreur! avoir parfois l'air égoïste et paresseux! Tout ceci afin de laisser de la place dans nos vies à autre chose, une autre façon de vivre le temps.

Une fois que nous nous sommes convaincus que cet exercice pourra, à la longue, nous procurer un plus grand bien-être, une fois que nous aurons su distinguer nos véritables besoins, il reste encore à vivre au jour le jour en fonction de ce que nous avons établi. Et c'est sans doute le plus difficile. C'est un peu comme arrêter de boire dans une brasserie. Car les autres, autour de nous, continuent leur course. Par la puissance de leur mouvement, ils nous remettent constamment en question. Nous avons sans cesse à nous justifier devant eux, mais surtout, à nos propres yeux.

Y arriverons-nous sans développer une conscience spirituelle? Il faudrait se poser la question. Parce que ce sentiment d'urgence qui nous assaille lorsque nous regardons les nouvelles ou respirons l'air vicié de nos villes, nous avons besoin de l'apaiser par une sérénité et une Joie d'être, un appel de la profondeur qui nous solidifiera dans notre action. À mon avis, seule la spiritualité, qu'elle soit bouddhiste, athée ou chrétienne, peut développer cet autre regard. Ce regard de paix qui permet d'être autant que de faire.

Une parole de Marie Gérin-Lajoie m'inspire beaucoup : «L'impatience est la caractéristique de la passion égoïste, de l'inquiétude et du trouble, de l'orgueil. Elle procède de notre esprit borné qui n'a qu'un jour pour agir! (...) Ne prenons pas le rôle de la Providence universelle comme si l'avenir du monde était entre nos mains...<sup>5</sup>» Dans le Québec des années 1950, cette femme énergique devait elle aussi être constamment confrontée à l'urgence de l'indigence humaine. Son action a été d'une efficacité dont nous lui sommes encore redevables.<sup>6</sup> Et pourtant, ce qu'elle donne à ses sœurs<sup>7</sup> ce n'est pas des principes de gestion. Elle recommande d'agir aujourd'hui, simplement, mais avec un autre regard; de voir le temps non pas comme une ressource à employer mais comme un lieu où se côtoient la force de l'action collective, une confiance en la Vie et une conscience du « temps long » de l'Histoire.



### Un coffre au trésor

Il ne s'agit pas d'appliquer une méthode, mais plutôt de développer une attitude. Il ne s'agit pas de vivre pour demain mais de prendre conscience des beautés toutes simples de notre quotidien. Il s'agit d'un voyage où tous les pas comptent; les petits comme les grands. Les changements radicaux, s'ils ont à se faire, se seront érigés sur une quantité de petits pas, de piétinements et même de reculs,

une multitude de minuscules prises de conscience et d'imperceptibles petits riens; pas de quoi cocher les étapes d'un plan d'action... Ce changement est un processus dans lequel il faut réapprendre à compter en années et non en semaines ou en mois; apprendre même à ne pas avoir d'«échéance». C'est toute l'étendue de la vie que notre regard doit couvrir, puisque c'est elle que nous avons à vivre.

Peu à peu, un espace – toujours fragile, toujours à désherber – se libère. De fait, la récompense du chemin de traverse pourrait bien se trouver ici, dans la conscience et la disponibilité, non seulement envers les autres, mais aussi envers notre environnement et surtout envers nous-mêmes. L'espace nécessaire pour que notre être et nos actions se déploient, qu'ils n'étouffent plus dans un laps de temps étriqué, sous un amas de choses à faire. Dans un tel espace, il serait possible d'acquérir une plus grande acuité de nos sens, une meilleure écoute de nos émotions, une qualité et une précision d'action.

Nous aurons toujours des horaires à suivre, des échéances à rencontrer et des horloges dans nos maisons. Notre vie moderne impose un certain cadre de référence qui, à moins d'habiter sur une île déserte, nous rattrapera toujours. De plus, les outils proposés par les méthodes de gestion du temps sont extrêmement puissants et efficaces quand nous avons à faire. Il serait donc ridicule de vouloir les jeter par-dessus bord. Ce que je propose ici, c'est plutôt de leur donner leur juste place dans un ensemble beaucoup plus varié d'outils ou de façons de vivre notre temps; un véritable coffre au trésor, à la mesure de notre richesse et de notre dignité d'êtres humains.

Et les êtres humains ne font pas que « gérer » : le temps; ils le vivent. ☞

<sup>5</sup> Écrit en 1953. MALOUIN, Marie-Paule. «Marie Gérin-Lajoie, 1890-1971» in ROY, MA et LAFORTURNE, A. Mémoires d'elles; fragments de vies et de spiritualités de femmes. Montréal, Mediapaul, 1999, p 254.

<sup>6</sup> Marie-Gérin Lajoie a mis sur pied un programme de certificat d'études sociales à l'Université de Montréal.

<sup>7</sup> Marie-Gérin Lajoie est aussi fondatrice de l'Institut Notre-Dame-du-Bon-Conseil, une communauté religieuse séculière.

### Le bulletin Simpli-Cité en version électronique

Vous avez une adresse courriel ?

Vous préféreriez recevoir le bulletin Simpli-Cité en version électronique ?

Faites-le nous savoir en écrivant au RQSV à l'adresse suivante : [RQSV@simplicitevolontaire.org](mailto:RQSV@simplicitevolontaire.org)

## Valse de vélos autour du parc Lafontaine

par Arthur Lacomme

Un lundi matin printanier. Casque sur la tête, mains gantées sur le guidon, je suis prêt. Aujourd'hui, c'est décidé, c'est la course : voiture ou vélo, qui va l'emporter?

Me voilà sur la rue Sherbrooke, en direction du centre-ville. J'ai repéré mon concurrent : le conducteur d'une Pontiac de couleur rouge. La circulation devient dense, les autos sont pare-choc à pare-choc. Je pédale, pédale, pédale, si pressé de passer la ligne d'arrivée et de mériter la médaille.

Et puis...  
Je décide de bifurquer à droite et d'emprunter la piste

cyclable sur la rue Gauthier. Les enfants s'en vont guillerets, sac au dos. Petits cris de joie et grands sourires de bonheur sur le chemin de l'école. Après l'obstacle de l'avenue Papineau, emboucanée d'émanations automobiles, la verdure du Parc Lafontaine m'attend paisiblement. Un homme, assis sur un banc, lit un roman. Un groupe de femmes nomades qui font leur séance d'exercice physique, petit tapis bleu en bandoulière. Cette autre personne promène son chien. Je croise aussi l'écureuil blanc du parc. Est-ce le même que je vois ici chaque été depuis 5 ans?

Le temps semble s'être arrêté. Même si les vélos valsent en silence autour du parc, sur la piste cyclable. Même si les coureurs transpirent autour du lac. En fait, c'est le temps de la performance et du rendement qui semble s'être arrêté. Ici, on vit l'instant présent. On est en contact avec la nature, on profite du temps radieux. Chaque seconde se vit dans la chaleur du vent, dans le bleu du ciel, dans le chant des oiseaux, dans le parfum de l'herbe, dans le goût de la vie. J'ai même l'impression que mon odomètre indique une vitesse... négative!

Puis, je sors du Parc Lafontaine, apaisé. Prêt à poursuivre ma journée. Et le conducteur de la Pontiac rouge? Peut-être déjà arrivé à bon port. Certainement stressé. ❧



## Fête des mères, fête du temps donné et reçu

par Hélène Levac

Ma mère a eu 85 ans en février. Plus frêle depuis quelques années, elle n'en est pas moins intéressée par toutes sortes de choses et a toujours quelque projet de bricolage ou de couture en marche.

La distance ne me permet pas de la voir très souvent. Pendant la fin de semaine occasionnelle que je vais passer avec elle, petits travaux et bavardages meublent un temps précieux. Histoire de la famille et histoires de famille à sauvegarder. Documents retrouvés. Photos familiales. Plaisir simple, lien de génération à génération. Rien n'achètera jamais les heures passées ainsi.

Le temps reçu au long de l'enfance et la présence aux événements de ma vie appellent le temps donné à celle qui m'a mise au monde. Sans avoir été très proche d'elle durant toutes ces années, la maturité me permet de mieux apprécier ma mère. Cadeau de temps, don de présence. Reconnaissance envers une personne qui disait de ses enfants : «Je les connais comme si je les avais tricotés».

Au temps de la petite école, la carte bricolée pour la fête des mères était souvent la seule manifestation tangible de la journée. Nous n'avions alors pas tout le battage publicitaire qui a cours le mois précédant le deuxième dimanche de mai. Mais nous aimions notre mère, et la maîtresse d'école nous rappelait de le lui dire.



Chaque visite à ma mère est un peu une fête des mères, tout simplement. ❧

### Poème de mon cru

La modernité a produit  
Les produits furent multipliés  
Puis mis en marché  
La surconsommation est née  
La croissance (\$) est chantée  
On demande plus de pétrole  
On fabrique de l'éthanol  
La vie coûte cher en cibole  
Bientôt ce sera la rareté  
Ou la simplicité «obligée»

## Quelques réflexions sur le temps

par Serge Mongeau

Ma préoccupation pour le temps remonte à de longues années, au moment où j'ai pratiqué la médecine. Même si je n'ai été médecin que pendant deux ans, j'ai eu l'occasion d'accompagner quelques personnes dans leurs derniers instants. Et plus tard, j'ai aussi eu d'autres occasions d'être en contact avec des gens qui savaient leur mort proche. J'ai constaté que certaines d'entre elles faisaient alors un bilan très négatif de leur vie, qu'elles avaient vécue presque sans en prendre conscience, au fil des circonstances, comme cela venait. La grande question que plusieurs semblaient vouloir éviter était : «Qu'est-ce que j'ai fait de ma vie?»; la réponse allait souvent dans le sens que c'était la vie, les événements et les circonstances qui avaient fait les choix pour elles. Elles avaient travaillé, beaucoup travaillé même, avaient pris divers engagements, mais n'avaient jamais pris de temps de se demander si c'était bien ce qu'elles voulaient faire de leur vie.

J'étais jeune, j'étais plein d'énergie, je voyais tant de choses à changer dans ce monde... alors moi aussi, je me suis fait happer par la vie, par le travail, par le militantisme. Il y avait tellement à accomplir et si peu de gens qui s'y mettaient; alors j'en faisais plus. Je n'étais pas prêt à comprendre le message que certains mourants m'avaient laissé. J'ai voulu tout faire en même temps. Je devais avoir une santé de fer car mon corps a tenu. Mais aujourd'hui, quand je regarde en arrière, je me rends compte qu'il y a de longues périodes de ma vie dont je ne conserve aucun souvenir. Sans doute étais-je trop fatigué ou absorbé dans mes tâches. J'étais physiquement là, mais où était ma conscience? J'étais affecté du syndrome du militant hyper-engagé : tout faire très vite... et avec la conséquence de se brûler, la plupart du temps et, sans doute, de devenir beaucoup moins efficace.

### Ralentir

Malgré tout, sûrement avec l'aide de mes proches qui, à certains moments, ont tiré la bride, avec aussi la sagesse que nous apporte parfois l'âge, j'ai compris peu à peu qu'il fallait ralentir le tempo, et cela pour différentes raisons : d'abord parce que si l'on veut poursuivre l'action entreprise le temps qu'il faudra pour la mener à bien, il faut durer, être capable de

tenir longtemps; ensuite, quand nous menons des actions sociales et que nous travaillons à bâtir un monde meilleur, il me semble nécessaire de le faire en intégrant déjà les valeurs et les façons de vivre que nous voudrions voir progresser. Et je ne veux certainement pas une société où l'on travaillera quinze heures par jour! Le monde à construire ne doit pas être porté par un travail intense et sans relâche, bien au contraire; enfin, la lecture de Gandhi m'a amené à réaliser que ne n'ai pas à porter seul la responsabilité de tout changer; j'ai à faire ma part et quand j'ai fait dans la journée ce que je pouvais accomplir, je peux me détendre, prendre du temps pour jouir de la vie et, le soir, me coucher en paix. Tout cela est d'ailleurs essentiel pour être une personne équilibrée, et c'est à cet état que tout agent de changement social devrait aspirer. Gandhi m'a aussi

fait voir que dans nos actions, les moyens que nous utilisons importent davantage que la fin que nous voulons atteindre; en effet, rarement arrivons-nous aux objectifs que nous nous étions fixés, ce qui pourrait nous décourager; mais si nous avons agi correctement, dans le respect des autres et avec humanité, nous ne pouvons qu'avoir des résultats positifs, même si nous ne sommes pas toujours en mesure de le percevoir.

Des sages orientaux rencontrés au hasard de mes lectures, j'ai compris l'importance de bien faire tout ce que l'on fait, de l'accomplir en pleine conscience et avec attention; alors même les gestes les plus banals prennent un autre sens. Je ne lave plus la vaisselle en me dépêchant de la finir, au contraire j'apprécie pleinement ce moment et tente de faire la meilleure tâche possible. Souvent, je me prête à cet exercice recommandé par Gurdjieff : en pleine action, sortir de soi-même pour se regarder en train d'agir et prendre conscience de ce que l'on est en train de vivre. C'est là une excellente façon d'arrêter le temps et d'apprécier la vie.

### Temps et simplicité volontaire

J'étais simplicitaire avant la lettre. Quand, après l'avoir découvert chez Duane Elgin, j'ai commencé à populariser le concept ici, j'ai compris tout ce que ce mode de vie m'avait apporté jusqu'alors. Sans conteste, la contribution la plus importante de la simplicité volontaire à ma vie fut de me donner une immense liberté. Vivre avec peu permet de choisir son emploi non en fonction du revenu qu'il offre, mais de l'intérêt qu'il présente; et pour moi l'un des attraits importants de tout emploi réside dans la possibilité d'y consacrer un temps limité, de telle sorte qu'on puisse





s'adonner avec facilité à d'autres activités. Ces activités où justement nous avons davantage de possibilités de choix. C'est quand on peut choisir qu'on exerce sa liberté.

Moins consommer requiert moins d'argent et donc moins d'heures de travail rémunéré. Mais la simplicité volontaire contribue aussi d'autres façons à nous donner plus de temps : moins de biens et un plus petit logement demande moins d'entretien. Moins de consommation signifie moins de magasinage. Moins d'appareils, moins de réparations. La culture du moins nous amène à un désintérêt et même à un rejet devant la culture du plus : on devient presque allergique aux centres commerciaux et surtout à toute cette publicité qui caractérise tellement notre société. Bientôt on fuit la radio commerciale et on éprouve un malaise croissant devant sa télévision, cette machine à créer des besoins. On la regarde alors de moins en moins longtemps pour parfois aller jusqu'à l'éviter totalement, ce qui est mon cas. Que d'heures alors récupérées; que de temps dont nous disposons!

Enfin, du temps pour réfléchir et pour vivre sa vie en pleine conscience. Pour continuer à grandir, pour apprendre. Nous sommes tellement comblés avec tous ces livres qui recèlent la sagesse accumulée pendant des siècles. Pourquoi donner tant d'importance à la lecture? Parce que nous pouvons lire à notre rythme, arrêter si une phrase nous interpelle, fermer le livre quelques instants pour réfléchir. On me dit souvent qu'il y a de bonnes émissions à la télé; sans doute certaines sont-elles meilleures que d'autres, mais je m'y sens si souvent bousculé par un rythme qui empêche de s'arrêter et de réfléchir sur ce que l'on voit et dit. Je voudrais revenir sur un fait, une phrase; mais l'émission continue...

Du temps pour accomplir ces choses importantes dans la vie, que de plus en plus de gens négligent parce qu'ils n'ont plus l'énergie ni le temps de les faire, parce qu'on a inventé des services qui les accompliraient à notre place, et mieux que nous parce que de façon professionnelle, comme s'occuper de nos vieux, donner des soins de santé, garder nos enfants, préparer nos repas, etc. Nous avons oublié que nous sommes des êtres grégaires, qui avons besoin de contacts avec les autres, qui requérons pour nous épanouir un sentiment d'appartenance. Tout cela que la consommation ne comble pas, tout cela que la consommation de services voudrait remplacer mais n'arrive jamais à le faire complètement.

Du temps pour se développer, s'épanouir, découvrir ces talents cachés que notre société de surspécialisation laisse en friche, car pour que nous soyons plus performants, on nous force à nous spécialiser toujours davantage et nous devenons des gens qui en savent de plus en plus, mais sur de moins en moins.

Du temps pour reprendre contact avec la nature, cette nature dont nous sommes issus et dont nous nous éloignons constamment en croyant la maîtriser; mais qui nous signifie de façon de plus en plus brutale que nous ne sommes que des apprentis-sorciers bien imprudents et que nous sommes déjà allés beaucoup trop loin dans l'artificialisation de nos vies. Du temps pour retrouver notre vraie nature et redonner toute sa place à ce qui répondrait adéquatement à nos besoins profonds, à l'amour, au rire, au jeu, à une alimentation saine et non chimifiée.

Du temps pour agir, aussi. Car la lucidité qu'amène la réflexion ne peut que conduire à l'action devant toutes ces injustices, tous ces malheurs, ces situations qui requièrent toute notre attention.

Et plus on a de temps, plus on peut faire soi-même ce qu'on devrait acheter et qui requiert de l'argent, donc du travail : cultiver son jardin, faire ses conserves, fabriquer ses vêtements, etc. Et alors on s'engage dans ce que je qualifie de «cercle vertueux», car en ayant moins de temps pour gagner, on a plus de temps.

Tout cela, pour arriver à quoi? À être quelqu'un de bien, une personne qu'on respecte non à cause de ce qu'elle possède, mais de ce qu'elle est. Quelqu'un de bon.

Pas facile aujourd'hui de prendre son temps. Car la frénésie de consommation a gagné l'ensemble de nos vies. Nous sommes constamment sollicités pour faire quelque chose : aller à un spectacle, voyager, sortir tout simplement. Dans notre société, on fuit le silence; «mais s'il fallait que les gens commencent à réfléchir...» Pour résister, il faut, d'une certaine façon, se blinder, se créer son petit monastère, son coin de méditation, ses moments d'inactivité; être capable d'affronter la solitude et parfois l'ennui qui point, mais qui ouvre la voie à la réflexion. S'organiser pour ne pas être totalement organisé; donc, devenir un être libre. Et la liberté, il faut le savoir, est un état bien difficile à assumer. Car qu'en faire?

Vers la fin de la vie, on éprouve souvent une grande difficulté à faire le partage : quel temps pour soi? Quel temps pour les autres? On aurait le goût, après tant d'années d'engagements divers, de tout laisser tomber, d'oublier les problèmes du monde et de se retirer dans son coin; mais, il semble que la persistance dans l'action soit source d'inspiration pour plusieurs. Alors, moi je continue. ❧



## La machine à générer du temps?

par Sylvie Vincent

Le « temps » me fascine depuis toujours. Toute jeune, je lisais des récits de science-fiction et les paradoxes provoqués par des voyageurs du temps imprudents me fascinaient particulièrement. La maîtrise du temps est une quête constante dans l'histoire de l'humanité : on cherche des stratagèmes pour en sauver ou pour contrer ses effets, destructeurs de toute chose matérielle. Notre temps sur cette terre est compté, et c'est bien pourquoi nous cherchons à l'utiliser au maximum.

Au colloque d'avril dernier, on nous a proposé deux théories très intéressantes lors du panel sur le temps. La première était que notre contrôle ou manque de contrôle sur le temps dépend de nos priorités : si l'on se dit qu'on n'a pas le temps de faire quelque chose, c'est qu'en fait ce n'est pas une priorité pour nous; mais quand une chose devient importante ou urgente, on trouve bien le temps de la faire. Théorie avec laquelle je suis assez d'accord. La deuxième proposition, à savoir que le temps de travail a beaucoup diminué et continuera de diminuer à cause de l'utilisation des machines (notamment des ordinateurs), générant ainsi plus de temps libres, m'a au contraire heurtée de prime abord pour ensuite susciter une réflexion. Il est vrai que la durée moyenne de la semaine de travail, en général, tend à diminuer. En théorie, on ne travaille plus six jours par semaine pour se reposer le dimanche. On tend même vers la semaine de quatre jours, qui consiste parfois à essayer de faire en quatre jours ce qui en prendrait normalement cinq.

### Qu'en est-il vraiment quand on y pense?

Il est vrai que l'ordinateur traite plus rapidement des données, comptables, par exemple. Donc en théorie pour faire de la tenue de livres, je dois travailler moins d'heures. Par contre, je dois maintenant lire mes courriels et y répondre, prendre le temps de transférer les courriels à la corbeille, relever les appels de ma boîte vocale ou prendre un appel sur mon cellulaire si j'ai succombé à la tentation de m'en procurer un (ou si on me l'a imposé), et ce, souvent en dehors de mes heures de travail officielles depuis qu'on peut accéder à tout, à distance et en tout temps, en particulier

depuis l'invention du *laptop*. Je dois maintenant prendre des copies de sécurité de mes données, toujours penser à sauvegarder mes modifications dans Excel sans quoi je risque de reperdre le temps que j'aurai sauvé à faire ces précieux calculs. Sans compter les stress physiques dus à l'utilisation de la machine : fatigue visuelle, maux de dos et de cou, fatigue inconsciente due au bruit de fonds des machines dont on s'entoure.

Je crois également que les cadences de travail, toujours plus rapides, laissent de moins en moins de place au temps de réflexion. J'ai tendance à essayer d'adapter mon rythme à celui de la machine et, lorsque je travaille à l'ordinateur, une partie de mon cerveau est sans doute occupée à le faire fonctionner plutôt qu'à se concentrer sur le sujet qui me préoccupe. De plus, je m'attends inconsciemment à ce que l'ordinateur « pense » pour moi, alors que je n'ai aucune attente face à une feuille de papier vierge. Il y a peut-être là quelques bonnes idées qui ne seront jamais nées.

Et qu'en est-il de mon temps hors travail? Les machines dont je m'entoure m'aident-elles à libérer du temps?

Je prends mes messages sur mon répondeur en arrivant chez moi et je peux maintenant écouter toutes les émissions que j'aurais manquées n'eût été de mon lecteur-enregistreur DVD à disque dur. Ces vêtements que j'ai portés aujourd'hui et qui ne sont pas vraiment sales, et hop une petite brassée de lavage avant de souper, pourquoi pas? Ah, et je dois aussi penser à transférer les archives vidéo familiales de la vidéocassette vers le DVD, changement de technologie oblige.

Mes temps de loisir sont parfois grugés par des rendez-vous chez le chiro ou le massothérapeute, par des séances d'entraînement au gym visant à contrer les effets des longues heures passées devant l'ordinateur. Mes loisirs eux-mêmes, parfois, se passent aussi devant l'ordinateur : clavardage, lecture de mes courriels personnels, transactions financières ou recherches sur Internet.

J'ai appris mon premier métier de secrétaire sur une machine à écrire manuelle; j'ai commencé à travailler sur une machine électrique et j'ai vu arriver l'ordinateur personnel non sans scepticisme, alors que tout le monde ou presque s'enthousiasmait pour la « chose ». On m'avait dit alors qu'il fallait soit accepter le progrès, soit aller faire pousser des carottes sur une île déserte.

La machine a ses avantages, notamment lorsque nous devons traiter en grandes quantités des données répétitives. Mais faut-il vraiment recopier ses recettes préférées dans Word? Utiliser un logiciel comptable pour gérer sa comptabilité personnelle? Enregistrer des émissions qu'on n'aura

### Commentaires sur le Simpli-Cité

Vous avez des commentaires ou des suggestions ?

N'hésitez pas à nous les faire parvenir, afin que le bulletin réponde aux besoins de ses lecteurs et lectrices!

probablement jamais le temps de visionner? Et surtout, faut-il toujours se procurer la machine dernier cri, celle qui, toujours plus puissante et rapide, rend désuète l'autre qui répondait parfaitement à nos besoins l'an dernier?

La machine, consommatrice de ressources lors de sa fabrication, énergivore à l'utilisation et source de pollution lors de sa destruction, cette machine tient-elle sa promesse de nous faire gagner du temps? L'utilise-t-on à des fins essentielles, ou au moins contribue-t-elle à notre liberté?

Je n'ai pas la nostalgie du bon vieux temps et je ne me passerais pas de mon vieil ordinateur «désuet». Mais je n'ai pas l'impression qu'il me donne davantage de temps. Le temps passe, quoi que nous en fassions.

La simplicité volontaire pour moi, c'est me libérer de l'emprise que la machine a sur nous. Dans cet esprit, chaque instant passé à marcher, à écrire au crayon et à raturer pour préciser sa pensée, à cuisiner (sans trop de machines), à jaser plutôt qu'à clavarder, à regarder passer les nuages couchée dans un hamac, à ne rien faire même, chacun de ces instants est en soi une victoire sur le temps. ✂

## L'industrie minière et la simplicité volontaire

par Julie Galipeau

### L'industrie minière

L'exploitation minière qui est la base de toute notre technologie et de plusieurs de nos objets consiste à creuser un trou dans la terre afin d'en extraire des minerais pour la production de métaux. Malheureusement, cette industrie laisse une empreinte environnementale extrêmement profonde et irréversible en contaminant l'eau, la terre et l'air. Elle provoque des bouleversements majeurs du paysage et conduit à la destruction d'habitats, d'animaux et de poissons.

Cette destruction se fait entre autres à travers deux phénomènes connus de l'industrie minière : le drainage minier acide (DMA) et l'utilisation de produits toxiques comme le cyanure. Le DMA se produit systématiquement lorsque les minéraux sulfurés contenus dans la roche sont en contact avec l'air et l'eau. Il y a donc production d'acide sulfurique qui, à un certain degré d'acidité, dissout des minéraux toxiques comme le plomb, le zinc, le cuivre, l'arsenic, le sélénium, le mercure et le cadmium, qui se retrouvent dans les eaux souterraines et de surface. Le DMA est la menace environnementale la plus sérieuse; vient ensuite l'utilisation du cyanure. Afin d'extraire de la masse rocheuse certains métaux (comme l'or et l'argent), une solution de cyanure, un poison extrêmement toxique, est

utilisée avec des effets dévastateurs sur les cours d'eau, la vie aquatique et les autres animaux (notamment la mort de milliers d'oiseaux migrateurs).

De plus, partout au monde où des sites miniers sont construits, à part l'impact environnemental, de graves problèmes sociaux et changements culturels sont engendrés par l'exploitation minière, notamment avec les déplacements de population, la destruction du tissu social et l'imposition de valeurs et de façons de vivre complètement étrangères aux populations locales.

### Les métaux, la technologie et nos habitudes de consommation

Les gestes que nous posons quotidiennement ont des conséquences beaucoup plus importantes que ce que nous pouvons imaginer. Nous devrions donc agir avec prudence. Décider d'agir en conscience et faire des choix éclairés peut nous permettre de minimiser les dommages.

Mais de quelle façon pouvons-nous faire des choix éclairés et ne pas

acheter qu'en fonction de la commodité ou du bas prix d'un objet? Premièrement, il faut s'armer de courage et s'informer, car la liste des possibles effets négatifs de nos achats est souvent inaccessible au public. Il est plus facile aujourd'hui et peut-être moins tabou de parler d'achats écologiques en ce qui concerne les aliments que nous mangeons... et pourtant, le monde «technologique» dans lequel nous vivons nécessite des quantités astronomiques de métaux, ce qui a des conséquences que l'on commence seulement à identifier.

### Le coût réel

Arrêtons-nous un moment avant de nous procurer, par exemple, un objet produit à partir de métaux (bijoux, ustensiles de cuisine, outils de construction, appareils électriques, télévision, ordinateur, télécopieur, cellulaire, voiture...) et allons voir ce qu'est le coût réel de ce dernier. Le coût réel veut simplement dire d'inclure dans la réalité de l'objet la liste des côtés positifs ET négatifs : tous les coûts et dommages engendrés par sa production et son utilisation, de sa création à sa disposition finale, et cela à tous les niveaux : environnemental, social,



politique, économique et même spirituel. Ainsi, nous serons en mesure de mieux mesurer les conséquences de nos choix afin de faire des achats vraiment responsables.

### Des questions de base importantes nous permettent d'y arriver

- Pourquoi j'achète cet objet (influence de la publicité, mode, vide intérieur)?
- Est-ce que j'en ai vraiment besoin?
- De quoi est-il composé?
- Comment ont été extraites les matières premières qui le composent, dans quelles conditions a-t-il été produit et avec quelles conséquences à tous les niveaux?
- Qui bénéficie le plus de ce produit, et qui paie le coût des dommages?
- Quels sont les possibles effets négatifs de l'utilisation de l'objet sur la santé physique et mentale (accoutumance, dépendance, vitesse, stress, manque d'exercice physique...)?

«Chaque avance technologique nous fait perdre un morceau du monde» ☞

### «À ton âge, tu devrais...»

par François Beauparlant

**V**ous avez sûrement déjà entendu ou même dit cette phrase. Elle est souvent utilisée pour faire la morale à quelqu'un et lui signaler qu'il ne fait pas ce que les gens de son âge devraient faire. À la suite du dernier colloque portant sur le temps et suite à mon expérience personnelle, je me suis rendu compte qu'il y avait une espèce de cheminement-type implicite de la vie qui dit qu'à un âge donné on devrait posséder tels trucs, être dans une telle situation, penser de telle façon ou faire certaines activités. Ne suivant pas vraiment ce patron depuis plusieurs années

(involontairement au début, mais de plus en plus volontairement maintenant), je ressens une pression parfois agaçante de la part de mon entourage et de la société pour m'y conformer. Malheureusement, ce cheminement mène à une vie routinière du style métro/boulot/dodo(/RÉER/tout-inclus/surconsommation) qui ne m'attire pas vraiment. Pour beaucoup de gens toutefois, cela semble aller de soi.

Mais d'où viennent ces supposées «règles»? Qui a décidé qu'à la fin de l'adolescence/début vingtaine, on devrait vouloir s'acheter une voiture? Qui a dit qu'on devrait être marié, avoir des enfants, avoir sa propre maison et travailler de 9 à 5 dans la trentaine et plus? Je suis bien conscient que ces règles évoluent au fil du temps et des générations. Par exemple, dans le temps de mes grands-parents, on se mariait pour la vie très jeune et on avait des enfants dans la vingtaine, ce qui n'est plus le cas de la majorité aujourd'hui. Bien sûr, pour les enfants il y a une horloge biologique que les femmes doivent respecter si elles veulent avoir des enfants en santé, mais depuis quelques années la tendance est de retarder l'arrivée des enfants (une nouvelle règle?).

Cependant, il n'y a aucune règle qui dit qu'on devrait voyager, avoir du plaisir et profiter de la vie. En fait oui, mais seulement quand on est jeune et quand on est à la retraite. Pourquoi est-ce que dans notre vie active on devrait être «sérieux» et se contenter du métro/boulot... et reporter le plaisir à plus tard? Il me semble dommage qu'on ne profite pas plus de nos meilleures années. Peut-être est-ce ainsi parce qu'il n'y a pas de «règles» pour inciter les gens à le faire... Je ne sais pas, et je poursuis ma réflexion là-dessus.

C'est difficile par moments d'être en dehors du cheminement-type, d'être à contre-courant de la majorité (les simplificateurs le savent bien!) et il peut être tentant et réconfortant de «réintégrer les rangs». On peut aussi faire semblant de faire comme les autres pour éviter de se faire dire «à ton âge tu devrais...» et se faciliter la vie, tout en poursuivant sa propre voie, son propre cheminement.

J'avoue être de plus en plus indifférent aux «À ton âge, tu devrais...», et je prends plaisir à suivre ma voie, à me fixer des objectifs personnels et à les atteindre, particulièrement s'ils sont à contre-courant. Pour ce qui est des autres, je les laisse dans leur petite routine; peut-être qu'ils réaliseront un jour. Certains ne réaliseront jamais, mais j'espère pour eux qu'ils auront été heureux.

### Voici un exemple de cheminement «à ton âge tu devrais» :

Au début de la vingtaine, tu devrais vouloir avoir une automobile, faire la fête, être aux études. À partir de la

### À vos plumes!

Vous n'avez jamais fait ça, écrire un article dans un bulletin? En revanche, vous avez la tête pleine d'idées à partager avec d'autres sur la sv? Risquez-vous!

**Nous ne pouvons cependant promettre de publier tous les textes reçus. Mais vous n'aurez pas perdu votre temps pour autant : écrire aide toujours à clarifier ses idées.**



mi-vingtaine, les études devraient être finies, tu devrais vivre en appartement et être en train d'entrer sur le marché du travail pour de bon. Dans la trentaine, tu devrais avoir un emploi stable, être bien établi, avoir une maison, un/une conjointE, des enfants, sans oublier de cotiser à ton RÉER. Dans la quarantaine, métro/boulot/dodo sans oublier ton RÉER. À 55 ans, tu devrais être en préretraite (liberté 55) ou être en train d'y penser sérieusement. À 65 ans, tu devrais être à la retraite si tu ne l'es pas déjà. À la retraite, tu devrais jouer au golf, faire partie d'un club de l'âge d'or, voyager, etc. ☞

## Balade délinquante au pays du temps perdu

par Dominique Boisvert

J'ai grandi dans une famille où j'entendais souvent répéter : « Le temps perdu ne revient plus ». Moi qui préférerais, à ce qu'on m'a raconté, tourner autour des arbres au lieu de me rendre à ma leçon de piano!

Pourtant, toute ma vie, j'ai essayé d'en faire le plus possible, de remplir mon agenda au maximum, de ne jamais dire non. Je n'ai jamais été, jusqu'ici du moins, un doux rêveur vivant au fil du temps et profitant de la vie. J'ai travaillé fort. Surtout dans les milieux communautaires. J'ai milité à presque plein temps pour plein de dossiers, j'ai animé des groupes, mené des batailles juridiques et politiques (entre autres pour les immigrants et les réfugiés). J'ai beaucoup écrit et parlé dans le domaine public (livres, journaux, revues, conférences, débats) et sur plein de sujets (paix et non-violence, justice sociale, solidarité internationale, spiritualité, simplicité volontaire, etc.). Bref, j'ai « réussi » et on m'appréciait.



Mais à quel prix! « Burnouts » et dépressions (au pluriel), épuisement récurrent, tension permanente (aussi bien en moi qu'autour de moi). La réussite se paye ! Et on la fait souvent payer aux autres, autant qu'à soi-même. Si bien qu'à force de me frapper la tête sur le mur et non sans avoir d'abord atteint « le fond du tonneau » (il y en a qui ont la « tête dure » et qui ne changent pas facilement, malgré leurs prises de conscience et leurs nombreuses bonnes résolutions), je commence seulement maintenant à imaginer, et surtout à explorer concrètement qu'un autre monde est possible.

J'en viens à remettre sérieusement en question ce rapport contemporain et occidental au temps qui se mesure en accomplissements ou en performance.

Nous courons souvent après le temps. Après tout, « Le temps, c'est de l'argent ». Nous remplissons nos journées à ras bord. Les obligations, réelles ou supposées, en occupent déjà une large part. Et les offres et sollicitations alléchantes sont innombrables : rencontres, loisirs, voyages, achats, etc.

J'apprends depuis peu à vivre à mon rythme. Et j'apprends à accepter que ce rythme est lent, très lent, quoi qu'on en dise ou pense autour de moi.

Et si le temps était gratuit ou donné pour qu'on en jouisse, chacunE selon ses besoins et ses goûts... Sans autre souci que d'être accordéE à son rythme intérieur... Sans aucune préoccupation d'efficacité ou de rendement... Et pour le seul plaisir d'exister au milieu et avec les autres...

Sacrilège sans doute! Et pourtant, c'est possible. Je le vis chaque jour. Et c'est terriblement intéressant, même si la fécondité d'un tel rapport au temps se mesure autrement. Évidemment, chacunE ne le vivra pas de la même manière, selon qu'il ou elle est retraitéE, parent de jeunes enfants, en milieu de carrière professionnelle, ou avec des contraintes financières plus ou moins importantes. Mais comme la simplicité volontaire, un tel rapport au temps est accessible à tous. Et tous peuvent en tirer leur propre profit.

Pour y arriver, il faut accepter de lâcher prise, de perdre du temps, de ralentir. Prendre le temps de goûter ce qui passe, d'être présent à chaque instant qui nous est donné, que ce soit la bouchée qu'on mange, la personne qu'on croise (et qu'on salue), l'attente de l'autobus, le téléphone qui sonne, ou les soucis dont on n'arrive pas (pour l'instant) à se détacher. Renoncer à tout lire, tout voir, tout savoir. Et se centrer résolument, délibérément, principalement, sur ce qui nous aide à vivre et à être heureux, nous et les autres, nous avec les autres. Bref, il faut accepter de rompre avec les diktats de la société ambiante, assumer notre délinquance et revendiquer le « droit à la paresse » (ce manifeste de Paul Lafargue rédigé en ... 1880 et toujours si actuel!) et au temps perdu.

On aura compris que je ne plaide pas ici pour que tous adoptent le pas de la tortue. CertainEs avancent naturellement au galop. Et d'autres pratiquent les rythmes les plus variés. Ce qui compte avant tout, c'est d'être ajusté à soi, et se donner, vraiment, le droit à tous les possibles. Même si, il



faut bien le reconnaître, l'expérience montre que la vitesse permet généralement moins de goûter et d'apprécier, que la préoccupation de performance engendre très souvent le stress, qu'en matière de temps comme ailleurs, «la modération a bien meilleur goût» et que le désencombrement de nos journées (comme de nos logements) crée nécessairement de l'espace pour qu'advienne du neuf et que surgisse la vie.

Bien sûr, j'écris ce texte pour moi tout autant que pour les autres : pour partager l'aventure heureuse que j'expérimente, certes, mais aussi pour baliser ma route, pour renforcer mon désir, pour me rappeler à l'ordre chaque fois que la tentation me vient de reprendre le rythme d'avant, de céder au chant des sirènes et de vouloir à nouveau «rentabiliser» tout mon temps. Non, décidément, mieux vaut prendre tout mon temps, au risque de le perdre. Car là comme ailleurs, on joue souvent à «qui perd gagne»...

Je ne peux, en terminant, résister à l'envie de vous partager le texte magnifique, sorte de poème sur le temps, qu'un de mes frères écrivit pour mes parents, il y a exactement 30 ans, quelques semaines après la mort de notre jeune sœur de 18 ans dans un accident de la route. Ce texte accompagnait une vieille photo noir et blanc montrant nos parents, alors jeunes fiancés, jouant aux dames dans le jardin familial :

### ☞ « Qui perd gagne » ☞

le Temps est ce grand jeu de dames  
carreauté de jours et de nuits  
où on apprend à perdre et à se laisser manger  
par le vent.  
on y perd des dents, des cheveux, des enfants...  
les doigts grignent, trébuchent et dansent  
le damier redevient noir et blanc  
les prunelles de l'autre prennent le large  
nous voilà sans bagage.  
nudité, lieu des métamorphoses...  
à perdre ainsi on gagne lentement  
le doux silence d'une aube à l'horizon  
les sous-bois du mystère  
et la voix du dedans chuchote :  
le Temps n'est qu'une saison. ☞



## Barrick Gold poursuit la maison d'éditions Écosociété

par Diane Gariépy

**B**arrick...quoi?

Les médias ont beaucoup parlé de Barrick Gold, ces derniers temps. Savez pas qui c'est, Barrick Gold?

Barrick Gold, c'est une grosse compagnie minière qui a soulevé un tollé général ces dernières années parce qu'elle a l'intention, pour aller extraire de l'or, de déplacer des glaciers de la cordillère des Andes entre l'Argentine et le Chili, mettant ainsi en péril l'approvisionnement en eau potable des populations locales et l'équilibre écologique de toute cette grande région naturelle.

La compagnie Barrick Gold revient dans l'actualité, chez nous cette fois, car elle a intenté une poursuite de 6 millions \$ contre la maison d'édition Écosociété parce que cette dernière a publié un livre, *Noir Canada*, Pillage, corruption et criminalité en Afrique, dans lequel notamment on évoque le dossier lourd de Barrick Gold auprès des populations africaines; les trois auteurs aussi sont visés par la poursuite. Ce n'est pas la première fois que cette compagnie réagit de cette façon quand on pose publiquement des questions sur ses agissements : en huit autres occasions, Barrick Gold a déjà poursuivi des groupes ou des individus et à sept reprises, elle a gagné parce que ceux qui étaient poursuivis n'avaient plus les moyens de se défendre. C'est

### Prochain numéro de *Simpli-Cité*

« La parole aux jeunes! »

Que pensent les enfants, les ados et les jeunes adultes de la simplicité volontaire? Quels sont les défis particuliers qu'ils ont à rencontrer?

Est-ce plus ou moins difficile d'être simplicitaire que pour la génération de nos parents?

Comment les jeunes se perçoivent-ils par rapport à la société de consommation?

Laissons la parole aux plus jeunes. Laissons-les nous parler de ce qu'ils ou elles pensent vraiment de la S.V.!

Faites parvenir leurs textes avant le 15 août.

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

exactement là la nature de ce qu'on appelle une poursuite-bâillon, ou SLAPP en anglais (Strategic Lawsuit Against Public Participation) : écraser la partie la plus faible (la plus pauvre, pourrait-on dire) en faisant constamment augmenter les frais légaux.

### Un peu d'analyse...

Barrick Gold, c'est comme pour toutes les compagnies d'extraction minière : elles ne sont pas des enfants de chœur! C'est qu'elles font beaucoup de profit et la demande internationale est très grande pour les métaux. À mesure que les ressources naturelles vont devenir rares, et donc chères sur le marché, ce genre de compagnies va continuer avec de moins en moins de scrupules à aller chercher la matière au détriment de la population locale, des institutions démocratiques, et de l'avenir de la planète. Il faut donc réagir; et bravo aux auteurs qui ont colligé une imposante documentation sur les comportements de ces compagnies en Afrique.

### Poursuite d'Écosociété

Les éditions Écosociété? Une petite maison d'éditions, celle qui a publié La simplicité volontaire plus que jamais de Serge Mongeau, ce livre à qui l'on doit la naissance de notre mouvement, le Réseau québécois pour la simplicité volontaire, qui existe depuis le printemps 2000. Les éditions Écosociété se donnent pour mission de publier les points de vue qui vont dans le sens de l'écologie et de cette société émergente à laquelle nous souscrivons avec la simplicité volontaire. Bien sûr, cela passe par la dénonciation de tout ce qui freine les efforts vers une société juste et équitable.

### Alors...?

En prenant conscience de l'origine de ce que nous consommons et surtout des conséquences amenées par la production de ces objets, en choisissant de vivre simplement, déjà nous contribuons à freiner l'exploitation de la planète et des populations locales. Il faudrait aussi nous interroger sur l'utilisation qui est faite de l'argent de nos futures pensions par nos fonds de retraite qui financent fréquemment des multinationales aux comportements pour le moins douteux.

En misant sur l'entraide plutôt que sur la consommation individuelle et en manifestant notre solidarité avec ceux qui luttent pour que cesse le pillage du Tiers Monde, nous aidons à faire progresser l'humanité.

S'organise actuellement au Québec une campagne de soutien de ceux qui mènent ce combat pour la liberté d'expression. En consultant le site <http://slapp.ecosociete.org>, on

peut trouver plus d'information sur cette importante campagne qui comporte deux volets. D'une part, presser le gouvernement du Québec d'adopter au plus tôt une loi contre les poursuites-bâillons; cette loi a été promise, car le cas actuel n'est pas unique, ce genre de poursuites se multipliant rapidement; d'autre part, aider financièrement la maison d'édition et les auteurs à se défendre devant les tribunaux, ce qui coûtera des centaines de milliers de dollars. ☞

**« Véritable poursuite-bâillon (SLAPP) utilisée pour museler la critique sociale! Le gouvernement québécois entend légiférer cet été pour faire obstacle à ce type de poursuites abusives. On ne peut qu'espérer qu'il tienne parole, et prestement!**

**De quoi parle au juste Noir Canada? Il dresse le tableau troublant des agissements de sociétés canadiennes, principalement des minières, en Afrique. Barrick Gold n'est pas la seule à être éclaboussée dans ce livre bien documenté. C'est le cas d'une trentaine d'autres. Inscrites à la bourse de Toronto, elles se livrent à un pillage « légal » – « les mains sales sous des gants blancs », dirait Prévert – au bénéfice d'actionnaires auxquels elles sont seules redevables. »**

*Jean-Claude Ravet, Extrait de l'éditorial de la revue Relations, mai 2008*  
[www.revuerelations.qc.ca](http://www.revuerelations.qc.ca)

<http://www.revuerelations.qc.ca/rerelations/abonnement/index.htm>

## Faites lire le Simpli-Cité!

Que faites-vous de votre Bulletin Simpli-Cité une fois que vous l'avez lu ?

Avez-vous pensé à le passer à un-e ami-e ?

Pourriez-vous le laisser dans une salle d'attente chez le médecin ?

Ne pourriez-vous pas le prêter à un groupe communautaire et demander de le commenter pour le plus grand bénéfice du Réseau ?

Serait-il possible que vous le présentiez à votre bibliothécaire préféré-e pour suggérer que la bibliothèque municipale s'abonne ?

## Un appel à la solidarité

Chers membres et sympathisants,

Un de nos membres fondateurs et bienfaiteur de longue date, Serge Mongeau et les Éditions Écosociété, sont en proie à une poursuite légale des plus odieuses et injustes. La situation financière de cette maison d'édition à but non-lucratif est en péril à cause de cet événement, mais peut-être plus important, cette poursuite en est une parmi tant d'autres qui met en péril les fondations mêmes de notre système démocratique. Dans celui-ci, même les plus faibles doivent avoir la possibilité de se faire entendre. Profitons-donc de la liberté qui nous reste pour s'assurer que nous ne perdions pas nos droits durement acquis au fil du temps. Nous pouvons ainsi agir sur trois fronts :

- 1) signer la pétition en ligne pour une loi anti-SLAPP et la faire circuler largement; <http://slapp.ecosociete.org/>
- 2) écrire à notre député et au ministre de la justice pour exiger une loi anti-SLAPP (vous pouvez facilement adapter le présent texte pour en faire une lettre à votre député);
- 3) faire un don à Écosociété, organisme à but non lucratif, pour l'aider dans sa bataille juridique

Chacun de nous, qui a un respect de la démocratie, a intérêt à faire pression sur le gouvernement afin qu'il adopte une loi, à l'Assemblée nationale, concernant les poursuites-bâillons. Ces poursuites sont un détournement du processus judiciaire au profit des multinationales et des organisations riches financièrement. Le système judiciaire vise normalement l'atteinte d'une plus grande justice pour tous, alors qu'avec les

poursuites-bâillons, on muselle les groupes qui possèdent moins de ressources financières que les multinationales. De nombreux exemples existent ici même au Québec où de petits organismes communautaires et environnementaux impliqués dans des contestations de projets de développement ont été complètement neutralisés par l'utilisation de poursuites-bâillons. Cette situation est une atteinte grave à la démocratie et est de nature à décourager la participation à la vie publique.

Un projet de loi contre les poursuites-bâillons est actuellement en préparation au gouvernement du Québec. Demandez à votre député d'utiliser son influence pour faire en sorte que le projet de loi soit le plus juste possible et protège adéquatement les petits groupes de pression qui sont, la plupart du temps, constitués de bénévoles et dotés de moyens financiers extrêmement limités. Ces petits groupes, sans but lucratif, sont une grande richesse dans notre processus démocratique, social, communautaire et pour la protection de notre environnement. Demandez-lui aussi de considérer la possibilité de protéger les cas actuels de poursuites-bâillons dans la loi en préparation sur ce sujet.

En tant que membres du RQSV ou sympathisants à la cause, nous nous devons d'agir selon notre conscience et de supporter un des nôtres qui subit ce genre d'attaque. Je vous remercie donc à l'avance de votre implication et de votre générosité.

Pour le Conseil d'administration

*Louis Chauvin, président du Réseau québécois pour la simplicité volontaire (RQSV)*

**Bonjour,**

Je m'adresse à vous, simplicitaires, pour trouver une ou des personne(s) qui auraient eu une expérience similaire à celle-ci : transformer un emploi à temps plein en un poste partagé. J'aimerais connaître vos expériences, c'est très important pour moi. Vous pouvez m'écrire à l'adresse suivante : [juliears@hotmail.com](mailto:juliears@hotmail.com) Je remercie à l'avance toutes les personnes qui pourront m'informer de leur expérience, positive ou négative.

*Julie Arseneau,  
Mercier/Chateauguay*

### COMMENTAIRES DE NOS LECTEURS

**Bonjour, le Québec!**

J'ai bien reçu le journal de la simplicité volontaire. Je ne l'ai pas tout lu, mais j'ai trouvé la mise en page très bien et je suis restée accrochée à l'article de celle qui raconte son magasinage pour l'achat d'un bol de toilette Ici, c'est très courant ce système à 2 volumes selon les petits ou les gros besoins...

*Lucille Gariépy,  
Sion, Suisse*



## AGORA

### Liste des groupes de simplicité volontaire

#### Baie-Comeau (depuis juin 2004)

Marquis Méthot : 418 589-9059  
[mariecatlavoie59@hotmail.com](mailto:mariecatlavoie59@hotmail.com)

#### Beauce (personne-ressource)

Gilbert Rodrigue et Danielle Fay : 418 774-9000  
[grodrigue@sogelet.net](mailto:grodrigue@sogelet.net)

#### Gatineau (depuis l'été 2006)

Karine Sigouin ou Pierre-Luc Baulne : 819 777-3448  
Émilie Norman-Fortin : 819 210-0932  
[svgatineau@hotmail.com](mailto:svgatineau@hotmail.com)

#### Lanaudière (depuis janvier 2004)

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

#### Longueuil (depuis septembre 2005)

Groupe d'achats : Josée Morel au 450 679-3254

#### Montréal – Ahuntsic (depuis 2002)

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

#### Paspébiac (Gaspésie – projet de groupe)

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

#### Québec (depuis l'automne 2001)

Pascal Grenier : 418 660-3550  
[responsable@gsvq.org](mailto:responsable@gsvq.org)  
<http://www.gsvq.org/>  
(Émission radio « En toute simplicité », jeudi de 17 h à 18 h,  
sur CKIA 88,3 FM – <http://www.meduse.org/ckiafm>)

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

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

#### Sherbrooke (depuis 2000)

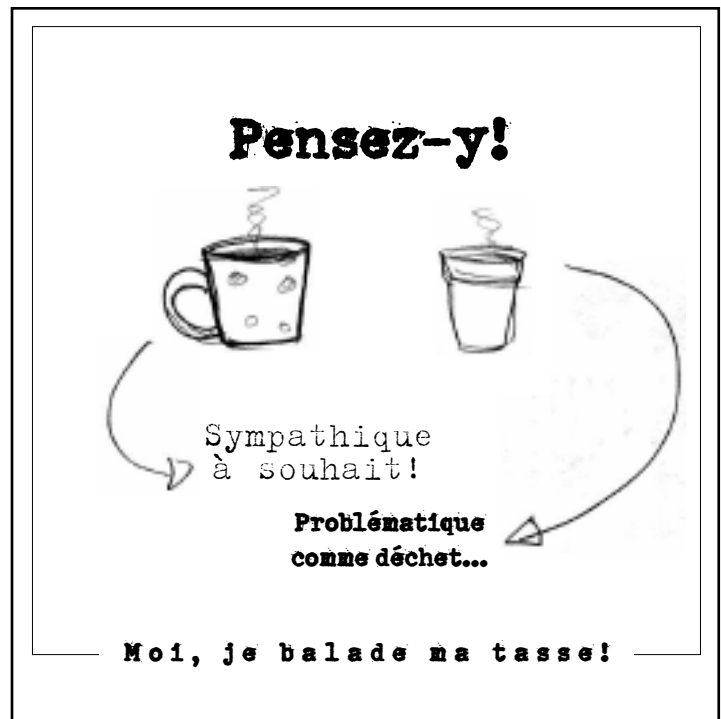
Denise Turcotte : 819 563-8144  
[acef.estrie@qc.aira.com](mailto:acef.estrie@qc.aira.com)  
Marie-Anne Tanné : 819 820-1797

#### Trois-Rivières (depuis 2000)

Monique Émond ou Jean-Jacques Gauthier : 819 378-7888  
[acef@infoteck.qc.ca](mailto:acef@infoteck.qc.ca)

#### Victoriaville (depuis l'été 2002)

Guylaine Martin : 819 795-3721  
[simplicitevicto@hotmail.com](mailto:simplicitevicto@hotmail.com)



## PETITES NOUVELLES DU CA DU RQSV

Cette partie a été réalisée par Louis Chauvin, président et Pascal Grenier, administrateur

### Une nouvelle coordonnatrice

Il me fait plaisir de vous annoncer l'embauche d'une nouvelle coordonnatrice à la permanence suite au départ d'Alain Lavallée qui utilisera ses talents désormais au sein du conseil d'administration du RQSV.

Ainsi Mme Soumya Tamouro entrera en fonction le 4 août prochain. Elle a été sélectionnée parmi plusieurs candidats de marque qui auraient pu, tous et chacun, bien remplir le poste. Soumya a été retenue entre autres pour son dynamisme, sa personnalité rayonnante, son sens d'organisation, et son dévouement au mode de vie soutenu par la simplicité volontaire.

Dotée d'une maîtrise en biologie avec spécialisation en nutrition, Soumya a détenu un nombre imposant de positions tant comme employée que comme travailleur autonome ou bénévole. Entre autres elle a siégé sur le CA du Conseil régional de l'environnement de Montréal et du CLSC Hochelaga Maisonneuve; elle a aussi consulté pour le Jardin botanique et la Biosphère d'Environnement Canada.

Dans ses propres mots, Soumya « désire mettre au service du RQSV [s]es expériences polyvalentes, [s]on esprit d'entrepreneuriat, [s]a créativité et habiletés sociales à valoriser et véhiculer les valeurs de la simplicité volontaire auprès d'un plus grand nombre de gens et institutions possible ».

Nous lui souhaitons donc une chaleureuse bienvenue au sein de notre organisme avec la certitude qu'elle sera un atout précieux pour le mouvement de la simplicité volontaire et le RQSV.

Louis Chauvin

### Colloque

Le colloque d'avril 2008 fut un réel succès. Les fiches d'appréciation ont été compilées par Anne Savoie (bénévole) et révèlent un haut taux de satisfaction des participants. Le RQSV a retiré du colloque un bénéfice net de 2300\$. Yannick Chauvin a pris des photos tout au long de la fin de semaine et produit par la suite un excellent document Power Point sur le colloque. Celui-ci sera sur le site du Réseau.

Le CA du RQSV a aussi discuté récemment de l'organisation d'un autre colloque en 2009.

Après avoir tenu compte de la suggestion de sortir du duo d'alternance Montréal-Québec pour la tenue des colloques sur la simplicité volontaire, les membres du CA ont jugé qu'il serait imprudent, pour le moment et pour plusieurs raisons, de sortir de ces centres urbains importants. Un comité a été formé et Québec a été choisi pour la tenue du colloque 2009.

### Offre de conférences

Nous prévoyons accroître l'offre de conférences par des représentants du RQSV. Ainsi certaines personnes seront contactées pour devenir conférenciers(ières) du RQSV et une liste de sujets sera offerte aux bibliothèques, aux groupes communautaires et environnementaux, aux écoles, etc. Les conférenciers(ières) seront invités(es) à verser 25 % de leur cachet au RQSV.

*« Il existe plusieurs pistes de solutions qui s'offrent aux humains pour réduire les facteurs qui provoquent les changements climatiques. Et puis, on ne peut pas toujours s'en remettre au système pour régler les problèmes; il nous faut, à titre individuel, être en mesure de se « policer » pour aboutir à des résultats concrets. Vous savez, on vit dans une société où les dépenses personnelles sont plus élevées que les revenus. Eh bien, la liberté de consommer, c'est aussi la liberté de ne pas le faire. »*

*Claude Villeneuve, professeur à l'Université du Québec à Chicoutimi*

Le Devoir, 3-4 mai 2008 page G6

Titre de l'article : *La liberté de consommer, c'est aussi la liberté de ne pas le faire, Une réflexion sur l'avenir de cette planète nommée Terre*

## Comité des groupes régionaux

Monique Côté et Pascal Grenier ont présenté lors du colloque le tout nouveau «Guide de démarrage et de développement des groupes de simplicité volontaire». Ce document d'une trentaine de pages et de facture attrayante a été très bien reçu par les participants au colloque. Un atelier de discussion sur ce document avec certains représentants de groupes du Québec s'est ensuite tenu dans le cadre du colloque.

Comme suite aux activités du Comité des groupes, Louis Chauvin a proposé la création de groupes virtuels avec notre liste de membres. Pascal Grenier a aussi proposé d'aider des personnes ou des groupes plutôt fragiles à organiser une activité importante en région, comme une grande conférence, afin de favoriser le démarrage ou la consolidation de groupes.

## L'assemblée générale annuelle

Lors de l'AGA du RQSV, tenue en même temps que le colloque, le rapport d'activités et les perspectives 2008-2009 ont été présentés par la présidente sortante, Chantale Grandchamp. De même, le rapport financier et les prévisions budgétaires ont fait l'objet d'un exposé par Louis Chauvin. Nous avons eu de belles discussions avec les membres dans la salle. Entre autres, Serge Mongeau a offert de produire un livre aux Éditions Écosociété avec des articles tirés des bulletins Simpli-Cité, depuis le début de leur publication. L'argent recueilli à partir des droits d'auteurs pourrait aller au RQSV.

Lors des élections, de nouveaux administrateurs ont été élus ou réélus, soient : Louis Chauvin, Chantale Grandchamp, Monique Côté, Alain Lavallée et Caroline Frappier. Louis fut par la suite élu président par le CA, Monique, vice-présidente et Chantale, secrétaire-trésorière par intérim jusqu'à ce qu'Alain puisse occuper cette fonction après avoir quitté son poste de coordonnateur du RQSV.



## Logo

Le voici enfin! Le nouveau logo de la simplicité volontaire québécoise. Reste à peaufiner l'intégration des noms du Réseau ou des groupes régionaux. On travaille là-dessus et ça devrait aboutir très bientôt. Moi j'ai bien hâte d'avoir mon t-shirt (tissu bio, équitable, réutilisé ou recyclé et local) pour afficher avec fierté cette belle représentation de notre mouvement.

Dans les mois qui viennent, à mesure que nous écoulons les vieux stocks, l'ancien logo fera place à celui-ci un peu partout : site web, bannière, papeterie etc.

L'enthousiasme lors du dévoilement au colloque était palpable; il y a la simplicité mais en même temps un dynamisme évident dans cette création d'Anna Louise et Charl qui entrainera le RQSV et la simplicité volontaire dans de nouvelles sphères à compter de cet automne. Pour la couleur, qui ne paraît pas ici, encore la simplicité avec texte en noir et encadré vert symbolisant l'espoir.

En tout cas c'est clair!  
Nous on VOTE Simplicité  
Volontaire!!!



## Poursuite-bâillon des éditions Écosociété

Le RQSV prévoit plusieurs actions pour soutenir les Éditions Écosociété et les auteurs du livre Noir Canada, qui sont victimes d'une poursuite-bâillon, considérant l'apport historique important de Serge Mongeau et des éditions Écosociété à la vie du RQSV.



## 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 \$. Visitez le site Internet au [www.simplicitévolontaire.org](http://www.simplicitévolontaire.org)

### 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 et bénéficiez d'un prix réduit lors des activités payantes du RQSV.

### Information obligatoire

Nom (individu, groupe ou institution)

Adresse

Ville

Code postal

Téléphone (résidence)

Téléphone (travail)

Courriel

### Adhésion au RQSV, renouvellement d'adhésion ou abonnement au bulletin *Simpli-Cité*

- Je désire adhérer au RQSV et recevoir gratuitement le bulletin *Simpli-Cité*  25 \$ (Cotisation annuelle)
- Je désire uniquement m'abonner au bulletin *Simpli-Cité* pour un an  10 \$ Individu  20 \$ Groupe ou institution

**Veillez faire votre chèque ou mandat poste à l'ordre du RQSV et le retourner avec votre formulaire au :**

Réseau québécois pour la simplicité volontaire (RQSV)  
1710, rue Beaudry, local 3.3  
Montréal (Québec) H2L 3E7

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

- 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
- Je fais partie du groupe de \_\_\_\_\_

Où avez-vous appris l'existence du RQSV?  Télévision  Radio  Journaux  Site Internet  Amis

Autre \_\_\_\_\_

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 :

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Pour soutenir le RQSV (contribution volontaire)

Il est possible de soutenir financièrement le RQSV en faisant un don (distinct de la cotisation) à l'ordre de la Fondation Écho-Logie. Un reçu pour fins d'impôt sera émis pour tout don de 25 \$ et plus.

25 \$  50 \$  100 \$  1000 \$  Autre : \_\_\_\_\_

**Faire parvenir votre chèque à l'ordre de :** Fondation Écho-Logie  
1710, rue Beaudry, local 3.3  
Montréal (Québec) H2L 3E7

**Important**  
Vous devez  
payer votre don  
et votre cotisation  
séparément