

# Simpli-Cité



Automne 2010

Volume 11, numéro 3

## Sommaire du numéro

- 3 *La simplicité volontaire sur une échelle en cinq points*
- 4 *Faut-il une échelle?*
- 4 *La simplicité, le monde et moi*
- 7 *Processus de la simplicité volontaire*
- 7 *C'est le magasinage qui m'a lâchée*
- 8 *Commencer par la fin*
- 10 *Mais qu'est-ce donc que la simplicité volontaire?*
- 11 *Simplicités (involontaires ou volontaires) chez nos voisins*
- 13 *Vivre ensemble au quotidien : une pratique en voie de disparition?*
- 14 *Mais après quoi court-on?*
- 15 *Les « freins » contre la simplicité volontaire*
- 18 *Ressembler à ses voisins, voilà LE frein!*
- 19 *Un obstacle majeur à la protection de l'environnement*
- 19 *Des poules en ville?*
- 20 **VOUS NOUS AVEZ ÉCRIT**
- 21 *Et c'est parti!*
- 22 **AGORA**
- 23 **PETITES NOUVELLES DU CA DU RQSV**
- 24 **DEVENIR MEMBRE DU RQSV**

## LA SIMPLICITÉ VOLONTAIRE : OÙ EN ÊTES-VOUS RENDUS?

Chers lecteurs et lectrices,

«Si la simplicité volontaire est un processus, où en êtes-vous rendus?» Quelques-unEs ont travaillé fort pour répondre à la question. À partir de quels critères se base-t-on pour calculer la distance qui nous sépare d'un beau 100 % en la matière? Est-il possible, d'ailleurs, d'arriver au sommet de l'échelle, en simplicité volontaire? Quelle échelle? Quels objectifs?

Ces questions, elles ont dû torturer un peu Lilia Boujbel et Alain d'Astous lors de leur recherche sur les «Manifestations de la simplicité volontaire» et dont nous avons pris connaissance au colloque annuel 2010. Avant nous, ils ont eu à élaborer des critères pour être à même de cerner la pratique simplicitaire. Alors, je m'en voudrais de ne pas mentionner ici quelques jalons tirés de cette recherche Boujbel/d'Astous :

- Les simplicitaires réguliers adhèrent davantage aux valeurs de ce style de vie et sont plus assidus dans leurs pratiques que les simplicitaires occasionnels. D'ailleurs, ils utilisent mieux les ressources dont ils disposent.
- Les simplicitaires réguliers sont les plus détachés émotionnellement vis-à-vis des désirs de consommation. Ils sont aussi ceux qui se contrôlent le mieux.
- Les simplicitaires réguliers et occasionnels sont plus attentifs que les non-simplicitaires aux comportements des organisations<sup>1</sup>; ils favorisent les produits locaux et les petits commerces ainsi que les produits qui financent une cause en particulier. Ceci tout en essayant de contrôler leur volume de consommation.
- Les simplicitaires réguliers sont plus satisfaits de leur vie que les simplicitaires occasionnels et les non-simplicitaires. De plus, la pratique régulière et continue d'un style de vie simple est liée positivement à la satisfaction avec la vie qui est un indicateur de bonheur.

1 Dans le contexte, il s'agit ici des fabricants et distributeurs de marchandises de vente au détail



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  
**Révision :** Aline Cayzac  
Diane Gariépy  
**Mise en page :** Yolande Cusson  
**Dessins originaux :** Claudette Danis  
Claire Obscure

Dépôt légal :  
Bibliothèque nationale du Québec, 2008  
Bibliothèque nationale du Canada, 2008  
ISSN : 1718-1755

**PROCHAIN NUMÉRO**  
***Simpli-Cité***

Le boulot et la simplicité  
volontaire!

Faites parvenir vos textes au plus tard  
le 30 novembre 2010 à :  
[coordination@simplicitevolontaire.org](mailto:coordination@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 :

6444, rue Lescaillot, bureau 123  
Montréal (Québec) H1M 1M7  
Téléphone : 514 937-3159

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

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

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

**Interpellation brutale**

Toujours d'après cette recherche Boujbel/D'Astous, les simplicitaires auraient un niveau de scolarité plus élevé que les autres. Plus précisément : 73 % des répondants membres du RQSV disent détenir un diplôme universitaire de 1<sup>er</sup>, 2<sup>e</sup> ou 3<sup>e</sup> cycle.

Et c'est là que je vous coince! Du moins, vous, les quelques-uns qui vous plaignez de temps à autre de la longueur de certains articles du *Simpli-Cité*! Oh la la! Lire trois ou quatre pages, ce serait trop difficile! Oh la la! La migraine des universitaires du RQSV!

Je me moque de vous... et je ris de moi-même en même temps. Se pourrait-il que nous ayons tous tendance, baignant dans cette société d'audio et de visuel, tendance à perdre des acquis au niveau de la concentration intellectuelle? Je rencontre des universitaires qui sont devenus en quelque sorte des analphabètes fonctionnels : qui ne savent plus ni lire, ni écrire, ni prendre des notes lors de réunions. Des universitaires qui ont arrêté de lire dès qu'ils ont obtenu leur diplôme. Je me rappelle particulièrement du cas d'un prêtre ouvrier qui, à force de s'identifier aux plus démunis, en était devenu un; je le voyais écrire la date d'une prochaine réunion à l'endos de son paquet de cigarettes, lui qui fumait plus qu'un paquet par jour!

Le «savoir lire», ça s'entretient sinon ça s'affaiblit. Comme un muscle. Et pour accroître cette capacité, faut se forcer les méninges. Les petits journaux, les revues de chez le coiffeur et les grands titres des quotidiens ne suffisent pas pour entretenir la forme de nos neurones.

Mon père, un homme qui n'avait pour toute scolarité que sa quatrième année, m'avait dit, en me présentant le gros livre qu'il était à lire<sup>2</sup> : «C'est pas que c'est trop difficile. Faut seulement prendre le temps». ☞

Bonne lecture!

*Diane Gariépy*

2 C'était *Le cortège des fous de Dieu* du théologien Richard Bergeron (511 pages)



**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!

## LA SIMPLICITÉ VOLONTAIRE : OÙ EN ÊTES-VOUS RENDUS?

### La simplicité volontaire sur une échelle en cinq points

Jean-Luc Héту

L'échelle suivante n'a pas de valeur scientifique. Je l'ai créée dans mon bureau en m'appuyant sur des cas vécus, dans le but de stimuler la réflexion sur notre niveau d'intégration de la philosophie et de la pratique de la simplicité volontaire.

#### Niveau 1

On commence à soupçonner que la façon dont on utilise temps et argent mérite réflexion. Mais comme on n'en est qu'au début du processus, cela ne se traduit pas encore par des changements dans le quotidien.

Illustration : Un ami me montre les différents volumes qu'il s'est procurés sur la simplicité volontaire, et qu'il a tous lus. Il me dit qu'il s'agit là d'une philosophie de vie très intéressante. Quelques mois plus tard, il me montre l'auto sport qu'il vient d'acheter (lui et sa conjointe ont déjà chacun leur auto).

#### Niveau 2

La philosophie de la simplicité volontaire commence à s'incarner dans le quotidien. On s'habille assez souvent dans des friperies, on est porté à emprunter ses livres à la bibliothèque au lieu de les acheter, etc. Mais il subsiste des contradictions et des rechutes : sorties fréquentes dans des restos dispendieux, bonne bouteille de vin plusieurs fois par semaine, voyages fréquents dans le Sud ou en Europe, ou encore, achat d'un chalet juste pour soi...

Je n'ai pas jugé utile d'apporter une illustration ici ni au niveau suivant, car les lecteurs pourront en trouver facilement dans leur propre vie et autour d'eux.

#### Niveau 3

Notre pratique de la simplicité volontaire devient plus unifiée et plus cohérente, de sorte qu'on peut vraiment parler d'un style de vie. On a intégré la conscience que le temps est trop précieux pour être gaspillé, aussi bien à

l'échelle d'une journée qu'à celle d'une vie. Et c'est la même chose pour la conscience que les ressources de la planète sont limitées. Bref, on tente d'utiliser ses ressources personnelles de la façon la plus judicieuse, la plus signifiante et la plus solidaire possible.

#### Niveau 4

On se fixe des règles de vie qui ont du mordant sans devenir tyranniques pour autant. La SV n'est plus seulement une sensibilité qui inspire plusieurs de nos décisions, mais elle devient un mode de vie systématique.

Illustration : Un couple d'amis a évalué le nombre approximatif d'objets courants dont ils ont besoin : blouses et chemises, pantalons et souliers, livres et CD, etc. Ils ont ensuite adopté la règle suivante : on achète ou on reçoit un livre : on en donne un. On achète ou on reçoit une pièce de vêtement, on s'en défait d'une. L'année dernière, ils se sont entendus sur le coussin financier dont ils pensaient avoir besoin pour leurs vieux jours et ils ont remis le reste de leur avoir à des organismes humanitaires (il s'agit d'un couple âgé).

#### Niveau 5

La simplicité volontaire est devenue une vocation et au fil des ans, on s'emploie à la pousser à des niveaux qui s'éloignent vraiment de la moyenne.

Illustration : Une amie habite depuis dix ans une maisonnette d'une pièce sans électricité ni eau courante, où elle partage son temps entre la méditation et l'artisanat. Un autre ami habite en milieu urbain un studio d'une pièce où il se contente du strict nécessaire. Par exemple, il n'a qu'une paire de bas car, dit-il, je les lave tous les soirs.

Ces deux derniers exemples sont plus admirables qu'imitables et vous penserez sûrement : plus simple que ça, tu meurs. Mais toute échelle doit avoir deux extrêmes.

En conclusion, je dirais que nous sommes à la fois le produit de notre milieu (famille, époque, culture, etc.) et les architectes de notre vie. Nous devons assumer notre bagage génétique ainsi que notre héritage familial tout autant que les conséquences de nos choix antérieurs. Mais

FAIRE PARTIE D'UN CLUB D'ÉCHANGES DE BIENS ET DE SERVICES — VIVRE EN COOPÉRATIVE — FAIRE DU COVOITURAGE — LIRE LE SIMPLI-CITÉ ET LE PRÊTER À QUELQU'UN D'AUTRE — ÉVALUER CE QUE VAUT SOCIALEMENT SON BOULOT — TRAVAILLER À TEMPS PARTIEL — COMPOSTER MÉDITER

nous conservons toujours une marge de manœuvre pour aménager nos vies à la lumière de nos valeurs.

Si quelqu'un veut suggérer des modifications à la présente échelle en y ajoutant des échelons, je serais intéressé à les connaître ([jeanluchetu@hotmail.com](mailto:jeanluchetu@hotmail.com)). Mais attention : pas plus de dix points sur l'échelle, car même les échelles se doivent de demeurer volontairement simples... ☞

## Faut-il une échelle?

*Dominique Boisvert*

**M**erci à Jean-Luc de cette réflexion inspirée à la fois de sa pratique de psychologue, de pédagogue... et de simplificateur. Mais faut-il une échelle de la SV?

Si l'idée d'une évolution ou d'un cheminement personnels me semble intrinsèquement liée à la SV, sa transposition sur un plan linéaire, ou pire encore sur un plan vertical ou normatif (le haut d'une échelle étant généralement considéré comme le but à atteindre, sans doute encore inspiré dans l'inconscient collectif par l'image du ciel) me semble au contraire problématique, voire dangereuse.

Y a-t-il un « idéal », un but ou une « ligne d'arrivée » à atteindre en matière de SV? Certes, on peut progresser, comme dans tout apprentissage ou quête humains. Mais c'est une démarche par définition sans terminus : quand pourrait-on jamais prétendre « être arrivé »?

Et la personne rendue au troisième barreau de l'échelle (des cinq proposés par Jean-Luc) serait-elle « meilleure » ou plus « avancée » que celle qu'on associerait plutôt au deuxième échelon?

Sans compter que l'étendue de chaque étape (l'espace entre chaque barreau de l'échelle) risque d'être fort variable d'un échelon à l'autre et d'un individu à l'autre. Et que le cinquième barreau (le haut de l'échelle) est inévitablement ressenti comme extrémiste (je comprends qu'on est rendu au bout de l'échelle) et présenté par l'auteur lui-même comme « plus admirable qu'imitable », ce qui ne le rend guère attrayant!

Toute image a ses limites, c'est entendu. Mais ne serait-il pas plus important d'insister sur la trajectoire (suis-je dans une direction intéressante, dans la bonne direction?) et, surtout, sur les mécanismes qui mettent en

route (qu'est-ce qui fait que quelqu'un découvre l'intérêt, pour lui ou elle, de la SV et décide de commencer à simplifier sa vie?)?

Car passer d'un travail à temps plein à un travail à temps partiel pour se rapprocher de sa famille ou parce qu'on réalise que l'argent ne fait pas le bonheur, ou vendre sa deuxième voiture parce qu'on réalise qu'on peut se débrouiller bien avec le transport en commun ne sont-ils pas plus importants que de passer de cinq à une paire de bas ou de renoncer à l'eau courante ou à l'électricité?

La SV ne doit pas devenir une compétition à qui en ferait le plus (ou le moins, selon le point de vue)! Elle doit continuer à être une recherche du bonheur véritable, c'est-à-dire qui soit inséparablement bonheur pour soi-même, pour les autres et pour notre commune planète. ☞

## La simplicité, le monde et moi (ce n'est pas simple)

*Alain Lavallée*

**J**'ai beaucoup hésité avant d'écrire cet article visant à décrire où j'en suis présentement dans ma démarche de simplicité volontaire. Tout d'abord, je considérais de peu d'intérêt public d'étaler ma démarche de simplicité volontaire à la vue de tout un chacun, considérant de plus en plus la simplicité volontaire comme une démarche personnelle, cela d'autant plus qu'elle a selon moi échoué à se faire véritablement connaître dans notre société. Aussi, vous le verrez plus loin, comme mes propos ne sont pas d'un optimisme débordant concernant la place de la simplicité volontaire dans le monde qui nous entoure, j'aurais plutôt tendance à me taire dans ces moments-là pour éviter de faire l'oiseau de malheur. Toutefois, on m'a convaincu qu'il pourrait être intéressant que je parle de ma démarche dans laquelle d'autres simplificateurs se reconnaîtront probablement dans une certaine mesure. Et surtout, ce sera pour moi une occasion de faire le point sur mon cheminement depuis la lecture de « La simplicité volontaire, plus que jamais » en 1999. C'est en effet après avoir lu ce livre de Serge Mongeau que j'ai mis un nom sur le mode de vie que j'avais adopté petit à petit au fil des années. D'ailleurs, je me souviens que Serge Mongeau a dit qu'il lui arrive souvent que des gens s'exclament, après avoir assisté à une de ses conférences sur la simplicité volontaire : « C'est ça la simplicité volontaire? Eh bien, je la vis déjà! » Et pour paraphraser une expression



religieuse bien connue (Born Again Christians), moi aussi je suis un de ces «Born Again Simple» qui a enfin mis un nom sur ce qu'il vivait déjà.

Avec le recul, je dirais qu'un point tournant dans la démarche de simplification de ma vie a été de vendre mon auto après que celle-ci eut été endommagée lors du fameux verglas de janvier 1998. En fait, c'était la goutte qui fit déborder le vase car j'étais depuis quelques années mal à l'aise de dépenser une aussi grande part de mon maigre budget pour de la ferraille et aussi de contribuer à un problème environnemental dont j'étais de plus en plus conscient. Toutefois, je n'ai consenti à faire le «grand saut» que lorsque j'ai découvert que j'avais une alternative valable à mon auto afin d'éviter de me retrouver en grand danger de piétonisation (c'est-à-dire «à pied»). Par conséquent, aussitôt me suis-je débarrassé de mon auto au printemps 98 que je devins membre du service d'autopartage Communauto. Et comme il arrive souvent dans la vie qu'une chose amène à une autre, le fait de devenir membre de ce service m'a mené directement à un usage plus intégré du vélo. En effet, c'est lors de mon inscription à Communauto que j'ai connu la militante cycliste Claire Morissette (décédée en 2007, on a donné son nom à l'axe est-ouest de la piste cyclable traversant le centre-ville de Montréal), cofondatrice de ce service d'autopartage et que j'ai revue par hasard dans un autre événement où elle m'avait fait part de son nouveau projet : Cyclo Nord-Sud. C'est ensuite dans cet organisme que j'ai redécouvert le vélo, au contact de tous ces gens pour qui le vélo était bien plus qu'un loisir mais aussi un moyen de transport urbain efficace. Maintenant, le vélo est bien intégré à ma vie, autant comme moyen d'aller au travail et de me déplacer en ville que comme loisir. Par exemple, cet été, ma copine et moi avons apporté nos vélos en autobus jusqu'à Québec et en sommes revenus sur nos vélos. Quelle belle façon de découvrir ces régions bordant le fleuve Saint-Laurent!

Aussi, le fait de ne plus avoir d'auto devant ma porte a changé radicalement ma façon de consommer. Par exemple, il m'arrivait souvent dans mon passé d'automobiliste de me rendre dans des quincailleries de grande surface à environ 10 kilomètres de chez moi (20 aller-retour) pour y faire mes achats d'articles de rénovation. Toutefois, au bout de quelques utilisations d'autos «à la carte» avec Communauto (tarif au kilomètre et à l'heure), j'ai commencé à me demander si ça valait vraiment la peine de dépenser 15 ou 20 \$ pour peut-être économiser

quelques dollars par article. J'ai donc découvert ma quincaillerie de quartier où je me rends maintenant en vélo ou, lorsque j'ai de gros morceaux à transporter, en auto. De plus, je trouve que le service y est plus sympathique et les prix n'y sont pas tellement plus élevés.

Parallèlement à mon nouveau mode de vie «sans-auto-devant-ma-porte», j'ai lu le livre ci-haut mentionné de Serge Mongeau. Ensuite, je suis allé le voir en conférence à l'hiver 2001 et j'ai ajouté mon nom à une liste de personnes intéressées à former un réseau de simplicité volontaire (Réseau québécois pour la simplicité volontaire, abrégé en RQSV). Ce n'est que l'année suivante que je me suis joint à l'équipe du bulletin que vous lisez présentement. Cette aventure m'a même amené éventuellement à occuper le poste de coordonnateur du RQSV mais ça, c'est une autre histoire qui pourrait en elle-même faire l'objet d'un autre article. De plus, hormis ma contribution plus ou moins régulière au bulletin, surtout sous forme d'articles, je suis devenu un fervent participant du groupe de discussion sur la simplicité volontaire du quartier Ahuntsic, à Montréal.

Bien qu'il soit difficile de dire ce que serait maintenant ma vie n'eût été du RQSV, je dirais tout de même que d'échanger avec des gens s'intéressant à la simplicité volontaire m'a permis de développer des aspects de la simplicité volontaire que je n'aurais peut-être pas autant développés si ce n'avait été de ce réseau. Par exemple, l'alimentation était un aspect de ma vie auquel je ne m'intéressais que peu par rapport à celui du transport. Bien sûr, j'ai évolué depuis ma prime vingtaine où, je l'avoue humblement, les plats que je concoctais avaient à peu près le raffinement de ceux d'un homme de Cro-Magnon. Certaines lectures suggérées dans le groupe d'Ahuntsic m'ont amené à devenir beaucoup plus conscient de mes achats de produits d'alimentation et aussi qu'«on est ce qu'on mange».

Bref, je pourrais écrire là-dessus longtemps mais ce qu'il y a à retenir de ma démarche, c'est que je me sens maintenant plus en accord avec mes valeurs que par le passé. Auparavant, il y avait un décalage important entre mes valeurs de plus en plus environnementales et ma dépendance à l'automobile ainsi qu'à l'emploi que j'occupais à cette époque. D'ailleurs, un sondage effectué ce printemps auprès de simplicitaires et non-simplicitaires fait ressortir que ce décalage de valeurs rend les non-pratiquants de la simplicité volontaire moins heureux que la moyenne des simplicitaires.

Par contre, bien que je ne sente plus tellement d'écart entre mes valeurs et mes actions, je constate toutefois un grand décalage entre la société et moi. Il me semble y avoir en effet un décalage important entre ma façon de penser et celle que je perçois généralement autour de moi ou ce que l'on pourrait communément appeler «le système».

J'ai entendu plusieurs simplicitaires dire que ça tombe sous le sens de vivre la simplicité volontaire et qu'ils ne comprennent pas pourquoi le reste de la société reste majoritairement réfractaire à ce mode de vie. Eh bien, moi aussi je voudrais bien que tout le monde vive plus simplement mais que voulez-vous, ce n'est pas de cette façon que la majorité des gens voient cela. Que ça me plaise ou non, la plupart des gens vivent dans un système basé sur l'apparence et ils ont leurs raisons bien personnelles de faire la file pour le tout nouveau iPhone, de se faire une collection personnelle de 30 voitures à 21 ans, de s'endetter jusqu'aux oreilles, de changer leurs électroménagers au bout de trois ans parce que leurs couleurs sont passées de mode et tutti quanti. La force et l'attrait de ce système de surconsommation sont prodigieux. En considérant l'histoire du monde occidental avec un recul de plusieurs siècles, je réalise que ce système basé sur une constante expansion a derrière lui des siècles d'histoire de destruction de ressources naturelles, d'anéantissement de peuples, et autres choses pas très reluisantes (par exemple l'esclavagisme). Il me semble par conséquent évident que la simplicité volontaire a le poids de l'histoire contre elle, car croyez-vous qu'il y ait eu beaucoup de pays qui ont pratiqué à une époque ou une autre une certaine forme de limitation volontaire? Il y a bien sûr eu quelques tentatives mais ce sont toujours les pays expansionnistes qui l'ont emporté en bout de ligne. Par exemple, il y a eu pendant un siècle une politique de non-expansion en France. Toutefois, au bout de ce siècle de stagnation, la France s'est retrouvée en infériorité numérique par rapport aux pays voisins, notamment l'Angleterre où l'on s'était reproduit pendant ce temps comme des petits lapins et d'où s'étendait largement l'empire colonial. Alors, la France a dû se lancer à plein dans l'aventure coloniale pour rattraper le temps perdu. Et qu'est-ce que la colonisation, sinon d'aller chercher ailleurs ce dont on manque chez nous car on a trop de bouches à nourrir?

Face à tout cela, je me sens un peu comme devaient se sentir des pacifistes en 1939, soit à l'aube de la 2<sup>e</sup> Guerre mondiale. Les pacifistes ont bien sûr gagné car au bout de 6 ans, les gens en ont eu assez de cette guerre qui s'est ter-

minée en 1945. Comme disait Elie Wiesel, ancien lauréat du prix Nobel de la paix : «Toute guerre finit par la paix.» mais avant d'en venir à la paix, il a fallu quelques dizaines de millions de morts. Pour faire l'analogie avec la simplicité volontaire, faudra-t-il détruire notre environnement pour en venir à la simplicité? J'ai l'impression, malheureusement, que la simplicité ne sera pas volontaire pour la majorité d'entre nous et pour paraphraser Elie Wiesel, je dirais que «toute surconsommation finit par la simplicité». Par conséquent, si on pense que le Québec va devenir simplitaire d'ici quelques années, on risque d'être bien déçus... Et encore, je n'ai même pas parlé de ce qui se passe présentement en Chine où une expansion économique totalement débridée prend des proportions et a des conséquences sociales et environnementales tout simplement hallucinantes, faisant passer mes petits gestes environnementaux quotidiens comme étant totalement dérisoires.

Toutefois, mes propos du paragraphe précédent ne sont pas une raison pour moi de ne pas pratiquer la simplicité volontaire car je tiens tout de même à ma santé financière et mentale. De toute façon, je n'ai jamais été très porté à suivre le troupeau qui, paraît-il ne se porte pas tellement bien par les temps qui courent. Par exemple, la consommation d'antidépresseurs est à la hausse depuis plusieurs années et selon une enquête récente, 65 % des Canadiens seraient en sérieuse difficulté financière s'ils venaient à ne sauter qu'une seule période de paie. Finalement, il est important selon moi qu'il existe un regroupement tel que le RQSV



afin d'exprimer un point de vue différent de la majorité et aussi mettre en réseau des gens qui malheureusement se sentent souvent comme des extraterrestres par rapport à la société qui les entoure. Dommage tout de même car qu'y a-t-il de tellement extraterrestre à réfléchir aux conséquences (personnelles, sociales et environnementales) de ses agissements? N'est-ce pas plutôt celui qui brûle la chandelle par les deux bouts qui agit comme s'il n'était pas de cette Terre? ☞

## Processus de la simplicité volontaire

Marcel Debel

J'ai jeté depuis longtemps mon dévolu sur la simplicité volontaire. Jeune, dans ma famille, je vivais déjà cette simplicité volontaire dans les années 40 et 50. Nous appelions cela « vivre selon ses moyens ». C'était plus une survie que volontaire. Ma mère économisait beaucoup et ne gaspillait rien. Nous étions dix autour de la table. J'ai grandi et suis demeuré avec cette mentalité. Je crois que c'est dans mes gènes. À table, je ne gaspille rien. La nourriture est un bien sacré. Je cultive avec mon épouse un jardin écologique. Nous réalisons notre compost. Nous produisons nos conserves. J'ai une brouette pour mes déplacements de jardinage, mes voisins ont tous des tracteurs. Nous croyons que le compost et la diminution des déchets sauveront la terre si toute l'humanité collabore. Nous consommons beaucoup de légumes et de fruits frais et biologiques.

Je travaille, ou plutôt je m'amuse, autour de la maison : jardinage, aménagement paysager. Je plante des arbres, je coupe des branches envahissantes, je fais des sentiers avec du bois raméal ou des dalles, etc. Derrière notre maison, c'est le zonage agricole. Au lieu de m'abonner au conditionnement physique dans des studios intérieurs, je pratique mon conditionnement physique à l'extérieur et ça ne coûte rien.

Nous vivons dans un petit bungalow. C'était petit lorsque nos deux fils vivaient avec nous. Maintenant que nous sommes seuls, c'est juste d'appoint. Notre petite demeure bien décorée ne possède qu'une salle de bains. Nous sommes équipés d'un seul ordinateur, une seule télévision.

Nous ne possédons qu'une seule auto, une Intrépide 2000. Nous demeurons dans un quartier semi-urbain. Je favorise beaucoup la marche pour mes tournées et balades et le transport en commun. Je vais souvent à Montréal pour affaires. Je prends toujours l'autobus. Je suis absolument ébahi, abasourdi et sidéré quand j'arrive à Montréal dans l'achalandage et le déplacement effréné des piétons, des cyclistes et des automobilistes. Cette vitesse en urgence est proportionnelle à la vélocité de la consommation comme s'il fallait s'user et user la terre le plus rapidement possible.

Je réutilise le plus possible vêtements, papiers, outils, accessoires. Un vieux rangement à souliers me sert pour organiser mes outils dans l'atelier ou le garage. Je favorise beaucoup l'achat de produits faits au Québec. Tout cela me

revient au centuple. Je vis dans l'abondance, la joie, le bonheur et la santé. Merci à la Nature, à la Providence!

J'éprouve une grande admiration pour le mouvement « Simplicité volontaire » et je lui exprime ma reconnaissance pour cette conscientisation et la façon idéale de pratiquer agréablement une belle vie au ralenti. Y a-t-il une si grande urgence d'exploiter et d'épuiser nos richesses naturelles, polluer nos rivières, nos fleuves et nos océans, détruire nos boisés, gaspiller nos biens? Pourrons-nous un jour couper court à la manipulation des exploités, des affairistes, des spéculateurs et des tripoteurs de notre planète? ❧

## C'est le magasinage qui m'a lâchée

Diane Gariépy

Entre 18 et 25 ans, je vivais en accord avec à peu près tous les « prêts à penser » de l'époque : davantage Yvette que féministe, confiance aveugle envers nos dirigeants politiques, sens aigu de la propriété privée, préférence à la charité plutôt qu'à la justice, etc. Née sous la férule de Duplessis, j'ai étudié chez les Sœurs et fut pensionnaire pendant quatre ans. Ensuite, j'ai été lâchée lousse à Montréal et vécus le début des 30 Glorieuses à fréquenter les magasins. Je pouvais, en une seule fin de semaine, me taper tous les centres d'achats (il y en avait moins qu'aujourd'hui!) pour trouver une paire de sandales jaunes. J'ai fumé des Gitanes, porté la minijupe, me suis teint les cheveux, j'achetais du pain Weston et des May West, et je considérais que c'était une avancée de la modernité que d'avoir inventé les TV Dinner's à déguster en regardant le Ed Sullivan Show du dimanche soir.

Aujourd'hui, j'ai 65 ans. Le magasinage m'a lâchée. L'âge? La coquetterie? Non. Le magasinage m'a lâchée par manque d'intérêt. Je n'ai pas vraiment cherché à me défaire de mes biens. Il y avait bien l'hormone du grand ménage qui me saisissait à la fin de l'hiver mais ce n'était qu'hormonal. Je me suis seulement désintéressée de la chose.

C'est que je suis devenue occupée « ailleurs ». Avec le temps, je me suis mise à trouver mon bonheur dans le fait de lire, de comprendre, d'écrire, de vous écrire?, de « respirer par le nez », d'apprendre la cuisine indienne et créole, de marcher juste pour le plaisir de marcher, de faire la lecture à des tout-petits. Ça ne me coûte rien et ça ne s'empoussière pas.

ACHETER 80 % DE SES VÊTEMENTS DANS LES FRIPERIES — S'IMPLIQUER SOCIALEMENT — ÉCHANGER DES SERVICES ENTRE VOISINS — TRANSFORMER UN ÎLOT DE CHALEUR EN PETIT JARDIN SYMPATHIQUE — DONNER SURTOUT DES CADEAUX NON MATÉRIELS (DU TEMPS, DES LOISIRS PARTAGÉS, DE

Comment s'est effectué le passage entre ces deux pôles? D'abord en rapportant d'Afrique (1969-1972) les deux repères suivants :

- Nous n'avons pas besoin de beaucoup de biens pour être bien
- La solidarité familiale est plus forte si elle ajoute le voisinage au cousinage.

Cette famille élargie, je l'ai d'abord expérimentée au sein de groupes communautaires, puis sur la rue Marquette, à Montréal, où nous étions plusieurs à avoir acheté des maisons en copropriétés indivises sur la même rue, et où les échanges de biens et de services nous menaient tout naturellement à vivre simplement. Les partys étaient nombreux et cimentaient l'amitié – avec l'apport fondamental des enfants, il va sans dire. On ne sentait pas le besoin d'aller travailler comme des forcenés, de faire des voyages en Europe et d'avoir deux autos à la porte.

Aujourd'hui, je m'intéresse à d'autres projets sociaux alternatifs. Ces derniers se vivent dans des villages et des hameaux. Un réseau de «familles sociales» appelées à devenir très certainement fort pertinentes dans un avenir relativement proche<sup>1</sup>.

L'urbaine que je suis se frotte maintenant à la vie à la campagne avec ses odeurs, ses moustiques, son humidité, ses vents et ses pluies fréquentes. Mais aussi – soyons honnête! – en étant gratifiée de bien beaux paysages, de couchers de soleil magnifiques, et d'amitiés qui s'enracinent.

Et j'apprends. J'apprends que l'eau des puits peut être «é...puisable». J'apprends qu'avec une fosse septique, on ne doit pas trop actionner la chasse d'eau. Bref, dans mon processus vers la simplicité volontaire, après avoir délaissé l'achat de biens inutiles, j'apprends maintenant à ménager l'eau.

J'apprends aussi que les bécosses ne puent pas toujours et que le «fruit» des bécosses peut se transformer en bon compost, histoire de rendre à la terre ce qu'elle a donné si généreusement (un autre cycle de la nature qu'on ne m'a pas appris sur les bancs d'école). Je sais maintenant qu'existe la «permaculture» et qu'elle nous promet plus que des savoirs techniques.

Ma «famille» grandit encore. Mes appartenances deviennent de plus en plus larges : C'est rendu que les animaux, la pluie, les graines et les bibittes en font partie!

1 Quand nous aurons à composer avec ces trois épées de Damoclès : effondrement du système économique, augmentation du prix du pétrole, des aliments et des médicaments, emballement du climat. S'en sortiront alors ceux qui sauront cultiver la terre et nourrir les animaux sans trop de mécanisation, qui auront appris à vivre ensemble, et se contenteront matériellement de peu.

Comment les urbains pourront-ils s'adapter au futur des grandes villes? Ça, je ne le sais pas encore. Et ça me pré-occupe. À suivre... ☞

## Commencer par la fin

Dominique Boisvert

**S**i la SV est un processus ou une démarche continue, où en suis-je personnellement dans ce cheminement? Question intéressante qui m'a interpellé au plus haut point. Et conduit à des constatations surprenantes.

Puisqu'il faut de tout pour faire un monde, ma contribution sera certainement atypique. Mais peut-être malgré tout éclairante : sur le chemin de la SV, j'ai l'impression de marcher à l'envers, d'avoir commencé par ce qu'on croit souvent (à tort) être la «fin»!

Étant l'aîné de sept enfants nés dans les années cinquante dans une famille modeste privilégiant l'instruction, j'ai appris dès l'enfance à vivre avec peu de choses matérielles et à valoriser la connaissance, la lecture et le service des autres. Et même si je trouvais «injuste» que mon cousin-fils-de-docteur, plus jeune que moi, ait droit à des jouets bien plus gros et coûteux que les miens, j'ai rapidement appris à me «contenter» (c'est-à-dire à être content de) des cadeaux simples que nous recevions en famille.

Puis, l'initiation à la «caisse scolaire» dès le primaire, mon «carnet de compte» des allocations hebdomadaires de cinq, dix, puis vingt-cinq cents, mon intérêt pour la religion qui invitait au partage avec les pauvres et, plus tard, mon engagement dans la coopération volontaire internationale (j'ai travaillé deux ans en Afrique avec le SUCO) et donc une conscience toujours plus grande des inégalités matérielles et des injustices planétaires, tout cela a fait que j'ai appris (choisi?) très tôt à économiser, à ne dépenser que pour le nécessaire, à ne jamais acheter à crédit et à déplacer (inconsciemment) le sens du mot richesse de l'argent et des biens matériels vers la curiosité pour les connaissances et la culture.

Avec le résultat «naturel» que j'ai vécu simplement depuis mon enfance, que je n'ai jamais développé le goût pour la consommation «matérielle» (pour les biens culturels : livres, cinéma, théâtre, etc., c'est autre chose!!!), que



J'ai découvert en Côte d'Ivoire qu'on pouvait être heureux avec bien peu d'argent et qu'au retour, j'ai choisi avec ma compagne de vivre l'idéal de la « pauvreté évangélique ». Si bien que 10 ans avant la première apparition de l'expression « simplicité volontaire » et presque 30 ans avant la naissance du RQSV, je pratiquais déjà la SV sans le savoir. Et radicalement, comme tout ce que je faisais à l'époque (on est dans les années 70, avec l'essor des mouvements marxistes « révolutionnaires ») : je me disais chaque année que si par exemple on avait réussi à vivre, comme jeune famille, avec 20 000 \$ durant une année, on pouvait sûrement arriver à vivre avec 19 000 \$ l'année suivante! L'inflation à rebours, quoi! Ou la politique, déjà à contre-courant, du « toujours moins »! Pas par masochisme, mais avec la conviction (et l'expérience concrète) qu'on pouvait ainsi libérer davantage d'argent pour le partage, la solidarité avec les mouvements sociaux et communautaires, et pour l'engagement en faveur de la justice.

Quarante ans plus tard, ma réflexion sur la SV et mes expériences de vie m'ont conduit à modifier sensiblement ma compréhension et mes comportements. Et à m'éloigner graduellement, en apparence, de cet « idéal de la SV radicale » qui serait de vivre avec le moins possible. Je dépense bien plus pour des biens matériels, des loisirs ou un certain confort (en dollars constants de 1970) maintenant, tout en ayant le souci de garder mon « empreinte écologique » aussi faible que possible et en continuant à partager généreusement mes ressources financières avec d'autres. Je ne cherche plus à dépenser le moins possible, pas plus qu'à être aussi parfait ou radical que possible dans l'application de la SV. Je suis conscient, plus que jamais, de mes nombreuses contradictions et de l'impossibilité théorique et pratique d'être totalement cohérent dans tous nos comportements.

J'ai aussi appris que toute chose a son revers, que les plus grandes qualités sont presque toujours inséparables des défauts qui vont avec, que les circonstances de la vie font de chacunE de nous des êtres différents et qu'il ne peut donc pas y avoir un seul « modèle », en matière de SV comme dans tout autre domaine. Ainsi, le souci (que certains auraient pu juger maladif, ou du moins excessif) de dépenser le moins possible nous a permis, malgré un travail à temps partiel et des salaires modestes de groupes communautaires, de mettre rapidement de l'argent de côté et d'acheter tous nos logements successifs (plusieurs fois en copropriété ou en commune) comptant. De même, la décision de ne pas avoir d'automobile (à Montréal, où le transport en commun existe malgré ses limites) nous a permis de bien vivre et d'avoir quand même toujours de l'argent à donner, prêter ou partager.

Mais surtout, j'ai appris que tout cela n'a de sens que si cela permet d'être heureux, soi-même, avec sa famille, ses proches et la communauté plus large autour. D'être au moins aussi heureux qu'avec d'autres choix de vie, et si possible d'être même plus heureux qu'autrement. Car la SV n'a pas d'avenir autrement. Si on peut vivre de manière volontariste pendant un certain temps, ou si certainEs peuvent avoir plus d'aptitude au volontarisme que d'autres, les choix et les efforts que demande la simplification de nos vies ne seront intéressants et accessibles au plus grand nombre et n'auront de chance d'être durables que s'ils contribuent davantage au bonheur des gens que ressentis comme des privations ou des sacrifices.

C'est pourquoi, même si je vis en apparence une SV moins « radicale » ou moins « avancée » maintenant qu'il y a trente ans, je suis convaincu d'être en vérité rendu plus loin sur le chemin de la SV aujourd'hui qu'auparavant. Parce que le chemin ne se mesure plus de manière statique, en gestes extérieurs (niveau de vie, chiffre des revenus et dépenses, exigences de cohérence de chaque choix) mais plutôt de manière dynamique, en fonction des attitudes intérieures, de la direction de ma trajectoire. Je n'ai plus de « modèle », de « juge » ou de « catalogue de comportements simplicitaires » auxquels je devrais me comparer. Mais au contraire, la conscience de plus en plus vive des pièges et des prisons multiples que nous offrent la facilité, le confort et l'opulence (et dont je ne souhaite devenir ni le serviteur, ni l'esclave) et la conscience de mieux en mieux informée des limites que nous imposent la planète et le nombre de frères et sœurs humains avec qui nous la partageons. Et face à cette double conscience, l'envie grandissante d'être cohérent, de faire ma juste part, et d'y trouver mon sens et mon bonheur. ☞

*Pour entrer dans la simplicité volontaire, il n'y a pas de conditions mais, selon de nombreux simplicitaires il faut être arrivé à une prise de conscience de l'état du monde et de la part de responsabilité qui revient à chacun. La démarche de simplicité volontaire est un moyen et non une fin; les simplicitaires se considèrent toujours en chemin : adopter cette démarche n'est pas un but en soi.*

**De Bouver, Emeline Moins de biens, plus de liens, Éditions Couleur livres. Bruxelles 2008 page 42**

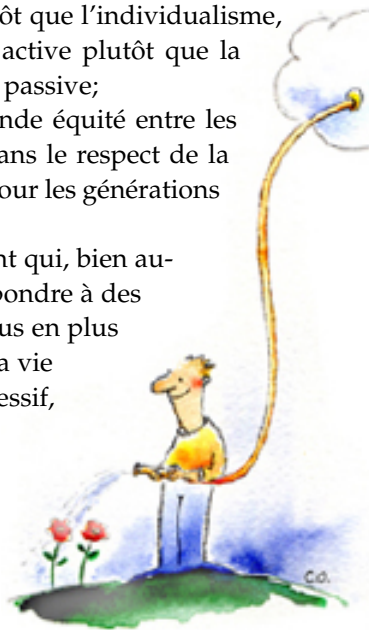
## Mais qu'est-ce donc que la simplicité volontaire?

Dominique Boisvert

Se demander où on en est dans notre voyage personnel au pays de la simplicité volontaire, comme on le fait dans ce numéro, est une bonne occasion pour revenir sur la définition de la SV.

Qu'est-ce que la SV? J'ai déjà écrit qu'il y avait autant de définitions que d'auteurs<sup>1</sup>. Et la définition qu'a choisi de se donner le Réseau québécois pour la simplicité volontaire est volontairement multiforme :

- Une façon de vivre qui cherche à être moins dépendante de l'argent et de la vitesse, et moins gourmande des ressources de la planète;
- La découverte qu'on peut vivre mieux avec moins;
- Un processus individualisé pour alléger sa vie de tout ce qui l'encombre;
- Un recours plus grand à des moyens collectifs et communautaires pour répondre à ses besoins et donc un effort pour le développement d'une plus grande solidarité;
- Le choix de privilégier l'être plutôt que l'avoir, le «assez» plutôt que le «plus», les relations humaines plutôt que les biens matériels, le temps libéré plutôt que le compte en banque, le partage plutôt que l'accaparement, la communauté plutôt que l'individualisme, la participation citoyenne active plutôt que la consommation marchande passive;
- La volonté d'une plus grande équité entre les individus et les peuples dans le respect de la nature et de ses capacités pour les générations à venir;
- Un courant social important qui, bien au-delà du RQSV, tente de répondre à des problèmes de société de plus en plus pressants (course folle de la vie moderne, endettement excessif, insatisfaction malgré une consommation débridée, épuisement professionnel, gaspillage et épuisement des ressources naturelles, désintégration du tissu social, etc.).



Ça ratisse large! Et ça permet à (presque) n'importe qui de trouver quelque chose à se mettre sous la dent, ou une porte d'entrée par laquelle il ou elle peut se rattacher à ce courant social qui a des composantes à la fois économiques, sociales, environnementales, politiques, philosophiques et spirituelles.



Les débats, même entre nous du RQSV, sur ce qu'est la SV, où elle commence et où elle finit (si on peut se permettre une telle expression) ne seront jamais finis. Car la SV n'est pas, et ne pourra jamais être, une chose précise, unique, mesurable : elle est plutôt une sorte de philosophie ou d'art de vivre, une orientation, un éclairage jeté sur nos manières de vivre et nos choix quotidiens. En ce sens, elle ne peut être que globale même si elle se traduit forcément par une multitude de petits gestes concrets. Mais aucun de ces gestes, même pris globalement, ne peut prétendre à être ou à définir la SV. Un peu comme l'altermondialisme ou l'anticapitalisme.

Force et faiblesse de notre Réseau, qui peut ainsi accueillir très largement mais qui peine à fournir des objectifs concrets ou qui pourraient être communs à tous, cette approche englobante et positive nous invite sans doute à un rôle social spécifique : celui du travail idéologique (au niveau des idées, des valeurs), du réseautage (servir d'outil de référence à d'autres ressources) et des partenariats (avec des organismes ou des groupes dont les objectifs et les terrains d'intervention sont plus précis, limités et par là même plus directement mobilisateurs).

*On estime qu'actuellement, un logement contient en moyenne 10 000 objets alors que la maison de nos ancêtres au XIX<sup>e</sup> siècle n'en contenait que 300 [...] En avons-nous vraiment besoin? Nous, peut-être pas, mais l'industrie, certainement!*

**Paul Ariès, Bernadette Costa-Prades, Apprendre à faire le vide Pour en finir avec le «toujours plus», Éditions Milan, 2009 140 pages**

<sup>1</sup> L'ABC de la simplicité volontaire, Écosociété, 2005, pp. 18-20 et 150-151.

C'est pourquoi, à mon avis, le RQSV aura de plus en plus intérêt à se rapprocher d'autres organisations comme le Mouvement québécois pour une décroissance conviviale, les expériences de Villes en transition, Équiterre ou Greenpeace en matière d'environnement, ATTAC-Québec sur les questions financières, les ACEF et Option consommateurs sur les questions de consommation et d'endettement, les diverses composantes du mouvement Slow (Slow Food, la Journée de la lenteur), etc.

Cela devrait favoriser un déplacement de notre regard : cesser d'évaluer où nous en sommes dans notre progression personnelle vers la SV (comme une sorte de « bulletin d'étape ») pour nous intéresser davantage aux multiples traductions concrètes et partielles auxquelles nous sommes invitéEs : placements éthiques, achat local, équitable et si possible biologique, plus grande autosuffisance énergétique, diminution de notre empreinte écologique, mise en commun ou partage généreux de nos ressources, participation active aux débats citoyens, etc. ☞

## Simplicités (involontaires ou volontaires) chez nos voisins

Michel Durand, Comité provisoire Transition Québec

On dit que lorsque les États-Unis éternuent, le Canada attrape un rhume. Pas toujours, car la présente récession a frappé moins fort ici que chez nos voisins du Sud. Cependant, ce qu'ils apprennent à la dure pourrait bientôt se propager chez nous.

Le berceau de l'automobile en Amérique du Nord, l'État du Michigan, dépave des routes parce qu'il n'a plus les moyens d'entretenir des chemins asphaltés (on fait de même en Pennsylvanie, dans les Dakota du Nord et du Sud, en Ohio et en Alabama)<sup>1</sup>.

L'État d'Hawaï coupe 17 jours d'enseignement dans ses écoles publiques pour essayer de boucler son budget, ce qui en fait l'État où l'année scolaire est la plus courte (163 jours au lieu de 180)<sup>2</sup>.

La ville de Colorado Springs, considérée comme la meilleure ville où habiter par les magazines Money et Outside et deuxième ville en importance du Colorado après Denver, éteint plus du tiers de ses lampadaires, vend les

hélicoptères de la police, coupe des emplois de policiers et de pompiers, élimine le transport en commun le soir et les fins de semaine, enlève les poubelles des parcs et les remplace par une invitation aux usagers d'apporter leurs déchets chez eux et leur demande, en passant, de bien vouloir y tondre les pelouses<sup>3</sup>. La source de toutes ces coupures est, bien entendu, la récession qui a débuté en 2008, l'effondrement du marché immobilier, la hausse du chômage et, par conséquent, des revenus fonciers (-30 %) et fiscaux.

Un autre phénomène assez éloquent : selon la Self Storage Association des États-Unis (l'association de l'entreposage libre-service), un ménage sur dix loue un espace d'entreposage. Si bien qu'il y en a 2,3 milliards de pieds carrés, assez pour que toute la population des États-Unis puisse y tenir à l'aise avec sept pieds carrés (deux mètres carrés) par personne! Un article publié en septembre 2009 dans le magazine du New York Times<sup>4</sup> étudiait cette industrie qui a connu une prospérité exceptionnelle au cours des dernières décennies. Elle a connu des mutations importantes depuis sa naissance. D'abord destinée à faciliter temporairement la transition lors des points tournants de la vie (divorce, mutation, décès), l'industrie a de plus en plus servi à satisfaire la glotonnerie et la paresse d'une population lancée dans l'accumulation effrénée de biens matériels. On achète une nouvelle maison, plus grande; elle est tellement la maison de nos rêves qu'il n'est pas question de la meubler avec nos vieilles affaires que l'on entreposera... en attendant d'y voir. Puis, on les oublie. D'autres vident le sous-sol pour y installer un cinéma maison et entreposent tout ce qu'il contenait, même des barils pleins de canettes consignées... qu'ils rapporteront un jour. Mais de plus en plus de gens sont forcés de couper dans les dépenses inutiles et décident d'éliminer les frais d'entreposage pour ces choses qu'ils sont certains de ne jamais utiliser (près de 25 % des locataires admettent qu'ils entreposent des choses dont ils ne veulent plus). Ils s'en occupent enfin! Au même moment, arrivent de nouveaux clients dont les maisons viennent d'être saisies ou qui n'arrivaient plus à joindre les deux bouts. Cependant, ceux-ci y entreposent tout ce qui leur reste.



1 [online.wsj.com/article/SB10001424052748704913304575370950363737746.html](http://online.wsj.com/article/SB10001424052748704913304575370950363737746.html)

2 [doe.k12.hi.us/news/furlough/index.htm](http://doe.k12.hi.us/news/furlough/index.htm)

3 [www.denverpost.com/news/ci\\_14303473](http://www.denverpost.com/news/ci_14303473)

4 [www.nytimes.com/2009/09/06/magazine/06self-storage-t.html](http://www.nytimes.com/2009/09/06/magazine/06self-storage-t.html)



Comme Terry Wallace, un vétéran de 59 ans qui loue un espace de 10 par 30 pieds au rez-de-chaussée, l'un de ceux qui ouvrent directement sur l'extérieur à l'aide d'une porte de garage. Il y passe ses journées, y lit son courrier, y mange des repas prêts à manger, y fait de l'exercice. Mais comme il n'a pas le droit d'y dormir, il dort dans son pick-up, fait du camping et visite des amis. Les 1 200 \$ en revenus de pension qu'il reçoit allaient entièrement au paiement de son loyer et le reste était payé avec sa carte de crédit. Quand, en juin 2008, le solde de celle-ci a atteint 30 000 \$, il a renoncé à son logement et a loué deux espaces d'entreposage. En triant le tout et en donnant le surplus, il a regroupé ce qui lui reste dans un seul espace qui coûte 200 \$ par mois : la différence a servi à éliminer ses dettes et à économiser depuis novembre 2009. Il décrit son expérience comme un nettoyage salubre.

Confrontés à des circonstances difficiles, bien des gens sont capables, en toute simplicité, de réinventer leur vie pour le mieux. C'est à souhaiter car des millions d'États-Uniens risquent encore de perdre leur maison. En juin 2010, 23 % des propriétaires étaient pris avec une hypothèque qui excédait la valeur de leur résidence, ce qui représentait 11 millions de foyers. Au Nevada, en particulier à Las Vegas, 68 % des détenteurs d'hypothèques sont dans cette situation. Si bien que les banques, pour éviter un effondrement encore plus grand de la valeur des maisons, jouent à la roulette pour choisir celles qu'elles saisiront<sup>5</sup>. Les propriétaires en retard dans leurs paiements ne savent jamais quand leur tour viendra; c'est une question de hasard... En 2010, 1 900 000 propriétaires tireront le mauvais numéro<sup>6</sup>!

D'autres décident délibérément de devenir des cobayes afin de servir d'exemples. Le plus connu est Colin Beavan qui a décidé de devenir No Impact Man en 2006 en entraînant sa conjointe, leur fille et leur chien dans l'aventure. Il résume ainsi les résultats de l'expérience (traduction libre) : «Pendant un an, Colin Beavan et sa famille ont abandonné le réseau électrique, n'ont produit aucun déchet, se sont déplacés uniquement à pied ou en vélo et n'ont rien acheté excepté de la nourriture (produite localement). À la fin, ils ont fait une découverte surprenante : vivre simplement n'était pas seulement bon pour l'environnement, mais les avait rendus en meilleure santé, plus heureux et plus riches sous des aspects inattendus».<sup>7</sup>

L'expérience a attiré l'attention des médias, il a publié un livre, un film a été tourné et il donne des conférences.

5 [www.huffingtonpost.com/2010/09/01/foreclosure-roulette-bank\\_n\\_699672.html](http://www.huffingtonpost.com/2010/09/01/foreclosure-roulette-bank_n_699672.html)

6 [www.huffingtonpost.com/danny-schechter/hard-times-are-getting-ha\\_b\\_691106.html](http://www.huffingtonpost.com/danny-schechter/hard-times-are-getting-ha_b_691106.html)

7 [noimpactproject.org](http://noimpactproject.org)

8 [sites.google.com/site/livingwithoutmoney/](http://sites.google.com/site/livingwithoutmoney/)

9 [www.zerocurrency.blogspot.com/](http://www.zerocurrency.blogspot.com/)

10 [fakeplasticfish.com/](http://fakeplasticfish.com/)

11 [www.cecileandrews.com/](http://www.cecileandrews.com/)

Un bon placement! N'empêche que sa relative célébrité sert à véhiculer le message de la simplicité dans un pays où les célébrités ont un impact (!) démesuré.

No Money Man est plus extrême. Comme son surnom l'indique, Suelo vit sans argent depuis 10 ans. Il n'est pas coupé du monde autant qu'on pourrait le croire : il reçoit bien des visiteurs et voyage. Son site d'information sur l'argent<sup>8</sup> est un procès dévastateur. On y trouve aussi une liste des autres «sans argent», hommes et femmes, d'hier et d'aujourd'hui et des réponses aux questions qui lui sont le plus souvent posées (FAQ). Son blogue<sup>9</sup> est une chronique au jour le jour de sa «riche» vie. Il garde ces sites à jour à partir de la bibliothèque municipale la plus proche...

Les ambitions de Beth Terry de Oakland, en Californie, sont plus modestes, en apparence : se débarrasser de tout plastique dans sa vie suite à la prise de conscience des effets catastrophiques des plastiques dans les océans. Rigoureuse, elle produit un graphique mensuel de ses déchets de plastique et invite les visiteurs de son blogue fake plastic fish<sup>10</sup> à faire de même. Cette femme qui se trouve bien ordinaire a néanmoins lancé plusieurs campagnes importantes. L'air de rien, se passer de plastique implique d'apprendre à vivre plus simplement.

Et juste comme je mets la dernière touche à cet article, voilà que je découvre par hasard Cecile Andrews<sup>11</sup>, une sereine simplicitaire de l'Oregon qui a lancé plusieurs cercles de simplicité, a écrit des livres sur le sujet et qui s'implique maintenant dans Transition Seattle! Difficile de mieux boucler la boucle...

Involontaires ou volontaires, plusieurs simplicitaires découvrent de nombreux avantages à la réduction de leur consommation. Ils y découvrent des satisfactions insoupçonnées. Leurs histoires doivent être mieux connues afin de démontrer que notre système économique fondé sur le « toujours plus » et le « jamais assez » n'est pas la seule option. L'imaginaire de tous ces gens terrifiés par la fin de la croissance éternelle a besoin de narratifs inspirants et souriants pour les aider à envisager les changements nécessaires. ✂

## Prochain numéro de Simpli-Cité

### Le boulot et la simplicité volontaire

Faites parvenir vos textes à  
[coordination@simplicitevolontaire.org](mailto:coordination@simplicitevolontaire.org)

Date de tombée des textes :  
30 novembre 2010

(Sur demande, votre texte pourrait être publié anonymement!)



## Vivre ensemble au quotidien : une pratique en voie de disparition?

Jocelyne Béique<sup>1</sup>

**N**ous cherchons à mettre en place les bases d'un avenir convivial, festif, viable, bien planifié, dans une frugalité assumée par des personnes consentantes, voire même enthousiastes. Après des années passées à bâtir des solidarités autour des arguments sur la simplicité pour mieux la mettre en pratique de mille et une manières, il semble nécessaire aujourd'hui d'établir une plus grande cohérence entre ces pratiques et une réflexion déjà solide, en bonne voie d'atteindre un public plus large.

Bien sûr, on ne doute pas ici que les membres actifs ou sympathisants au RQSV soient dans leur vie personnelle engagés dans une démarche et un mode de vie simplificateurs. Malgré le piège des paradoxes comme la consommation de produits exotiques ou parfois peu écologiques, la plupart tentent sincèrement de diminuer leur empreinte écologique et de participer le moins possible à maintenir le système capitaliste en bonne santé.

### MAIS

Après toutes ces réflexions, toutes ces démarches et toutes ces actions, chacun rentre chez soi. De temps en temps, un repas communautaire va réunir quelques adeptes, une réunion va soutenir le sentiment d'appartenance, des actions militantes vont mobiliser les énergies, un colloque va nourrir l'enthousiasme. Et ensuite, chacun retourne à sa vie en solo<sup>2</sup>, en couple, ou dans sa petite famille, coupéE des autres par une frontière quasi-infranchissable de nos jours : l'hyperindividualisme. C'est un phénomène que je nomme atomisation des personnes.

L'atomisation des personnes contribue à nourrir le capitalisme de mille et une manières, en obligeant tout le monde à consommer plus de produits en plus des innombrables services destinés à nier les effets de l'isolement, de la solitude, de l'insécurité, du sentiment d'inutilité, de la précarité dans les relations interpersonnelles au travail ou ailleurs, de la difficulté de vivre en couple ou avec soi-même. L'atomisation des personnes empêche la mobilisation des personnes face à des agendas surchargés, des déplacements multipliés, des responsabilités financières qui grugent leur disponibilité. L'atomisation des personnes prive la société

de la somme des connaissances et des compétences acquises durant toute la vie par les personnes isolées, une ressource potentielle dont nous avons un besoin pressant. L'atomisation des personnes contribue à augmenter la méfiance et à répandre un niveau d'exigence irréaliste envers les autres, par manque de pratique dans les contacts humains naturels, signifiants et quotidiens. L'atomisation des personnes nous affaiblit toutes et tous au profit du capitalisme puisque nous devons passer plus de temps à assurer individuellement notre subsistance.

Par contre, le vivre ensemble est une solution peu souvent envisagée, autrement que via les initiatives communautaires destinées à briser l'isolement social par des loisirs ou des activités, certaines formes de colocation, de co-habitation dans des coopératives ou les séjours plus ou moins prolongés dans des lieux de villégiature (par exemple les croisières!!!!).

Prenons seulement la colocation. On la comprend lorsque les participants sont jeunes, aux études ou en début d'insertion sur le marché du travail. Cet arrangement est vu comme une période temporaire, une solution tremplin vers l'aboutissement optimal : avoir un chez-soi qui nous ressemble, sans compromis, un lieu, même petit, où on trouvera la paix après une journée éreintante.

Tout le monde se rappelle bien sûr du joyeux temps des fameuses communes! Ah, les communes! Dès que ce mot est prononcé, il nous vient des effluves de partouzes, de fumées légèrement hallucinogènes, de restes de repas qui refroidissent sur les grandes tables, de ménage pas fait dans les coins, d'animaux laissés à l'abandon dans leur enclos. L'apprentissage de la vie en commune durant les années 1970 s'est fait dans un esprit festif, rebelle et insouciant pour la plupart, mais on a constaté que c'est nettement insuffisant pour réussir à prolonger l'expérience, malgré toute la bonne volonté investie. La vie en commun au quotidien est cependant une caractéristique fondamentale du comportement humain. Ce trait naturel, l'instinct grégaire, a prévalu durant la majeure partie de l'histoire de l'humanité, contribuant ainsi à la préservation de l'espèce. L'instinct grégaire a permis que se déploient chez l'humain diverses capacités fondamentales telles que la coopération, la protection des plus faibles, le partage des ressources, la parole et les aptitudes psychologiques assurant la viabilité de relations interpersonnelles satisfaisantes.

1 Jocelyne Béique est membre du Mouvement québécois pour une décroissance conviviale MQDC. Cet article lui a été demandé suite à un échange fort intéressant à l'assemblée générale annuelle d'août 2010. Ce texte paraît donc principalement dans l'Objecteur de croissance du MQDC mais aussi dans le Simpli-Cité du RQSV vu sa pertinence sous le thème : « Si la SV est un processus, où en êtes-vous rendus? ».

2 La revue L'actualité en fait son thème du mois de septembre 2010. Selon leurs chiffres, Montréal compterait 40 % de ménages en solo. La métropole est devenue la championne canadienne de ce mode de vie, notamment dans le quartier du Plateau, qui abrite aujourd'hui 57 % de solos.

Aujourd'hui, en dehors des peuples primitifs qui n'ont pas accès aux technologies, qui pratique le gréganisme? Ne sent-on pas de plus en plus inquiets à l'idée de côtoyer d'autres personnes dans un même habitat au quotidien? Dans les pays riches, il est bien connu que les familles sont plus petites, ne comportant parfois qu'un enfant qui fréquentera les autres à temps partiel. Comment arriver à développer ses compétences sociales dans un tel contexte? Trop d'enfants le font devant la télévision, devenant des adultes qui vivent par procuration à travers des personnages de films ou de téléromans. La plupart des enfants fréquentent l'école et cela depuis quelques générations, maintenant. Ils sont donc absents de la maison, coupés de leurs parents au travail, de leurs grands-parents parqués dans les centres d'accueil, des plus petits enfermés dans les garderies, des plus grands bouclés dans leur polyvalente, des autres enfants claquemurés dans leur classe, regroupés selon un âge précis, puis selon des activités parascolaires. Leur horaire saturé permet-il aux enfants de rechercher la présence bénéfique d'un adulte en qui ils ont confiance, au moment même où ils en ont besoin? Si la vie des enfants ne leur donne pas assez d'occasions d'être avec d'autres personnes de manière informelle, quel que soit leur âge, comment arrivent-ils à apprendre le vivre ensemble? Et nous, les adultes, avec nos agendas remplis de petites cases et nos appareils branchés sur des réseaux sociaux virtuels, sommes-nous si satisfaits de nos relations avec les autres (hommes, femmes, enfants, bébés, aînés)? Comment pouvons-nous transmettre les compétences du vivre ensemble à nos descendants si nous ne le pratiquons que trop peu?

On nous explique que les initiatives de regroupement tels les écovillages ou communautés intentionnelles nécessitent des années d'efforts déterminés et comportent de nombreuses embûches sur les plans légal, financier ou psychologique, pour ne nommer que ceux-là. Puisque nous nous sentons démunis et anxieux face à la perspective de partager le quotidien, nous développons le réflexe de définir précisément les caractéristiques de ces projets, des personnes qui y seront admises. Certains groupes, par exemple, excluent d'emblée la présence d'enfants, scrutant soigneusement les candidatures... et les portefeuilles. Dans trop de cas, ces projets avortent ou ne progressent pas comme prévu. Même la vie de couple subit les assauts de ces doutes et des exigences croissantes envers les autres. Nous avons en effet perdu en cours de route l'essentiel de nos compétences relationnelles et ne savons plus comment les retrouver. Nous avons bâti avec le temps un cadre légal contraignant qui n'offre que très peu de possibilités aux groupes de personnes désirant partager un habitat collectif. Or, le meilleur moyen d'échapper aux méfaits du capitalisme, c'est encore le gréganisme. Je suis convaincue que la pratique du vivre

ensemble au quotidien sera déterminante à partir de maintenant. Elle fera la différence entre un certain confort et la misère, quand la décroissance économique nous submergera. Elle pourra reconforter, protéger, assurer un minimum de ressources par le partage resserré des forces et des énergies, la complémentarité des connaissances et des compétences disponibles en tout temps plutôt qu'au bout du fil ou lors de rendez-vous. La pratique du vivre ensemble permettra le maintien de relations significatives, quand la méfiance et la violence seront éventuellement exacerbées par les impacts d'une plus grande précarité.

Il est plus que temps de réhabiliter cet outil fondamental pour lequel nous sommes naturellement constitués et par lequel nous avons réussi à nous perpétuer jusqu'ici. Dans le contexte actuel, cela devient une autre forme d'action politique qui s'oppose dans les faits au capitalisme effréné, comme le dit Marco

Sylvestro dans son étude sur les écovillages<sup>3</sup> : «Le politique, en ce sens, ne s'exprime pas qu'à l'intérieur des institutions de la démocratie représentative des sociétés industrielles, mais aussi à travers les interactions quotidiennes et les modes de vie». ☞



## Mais après quoi court-on?

Marthe Leclerc, animatrice au primaire

Travaillant en éducation depuis plus de vingt ans, votre sujet sur l'équilibre<sup>4</sup> et le temps me rejoint particulièrement puisque des gens qui courent, autant les jeunes que les adultes, j'en côtoie beaucoup. C'est même devenu une habitude de répondre à une salutation par : «Ça va bien mais ça va vite!» Rien de plus culpabilisant dans notre monde que d'avouer avoir le temps de bien faire sa journée du début à la fin. Essayez-le pour voir la réaction des gens.

Au secondaire, je voyais les jeunes qui s'engageaient dans la vie étudiante crouler sous leur horaire, cours et activités variées sans savoir comment faire des choix. Leur

3 Marco Sylvestro, Les écovillages comme stratégie holiste de développement durable et d'économie sociale, document présenté à l'UQÀM, p. 4

4 C'était le thème du Simpli-Cité no 2 et nous n'avions pu publier cet article.

montrons-nous vraiment que vite, trop et bien ne se rencontrent pas toujours? Pour le personnel, la charge de travail, les réunions, les comités divers et les responsabilités familiales encadrent leur course quotidienne. Un jour, dans une réunion sur je ne sais plus quoi (il y en a tellement), quelqu'un a passé cette remarque à propos d'un retardataire : « Avec lui, c'est le début de tout mais la fin de rien! ». Effectivement cette personne ayant l'air toujours plus engagée que tous les autres, arrivant à la course d'une autre occupation, repartant avant la fin du projet, ne faisait que passer sans vraiment s'impliquer à fond, créant des insatisfactions et des déceptions.

Aujourd'hui, je travaille au primaire et le même phénomène se produit. Pour les jeunes, le modèle créé par les adultes s'applique et cela, depuis la plus tendre enfance avec des cours de toutes sortes : natation, ballet, bébé yoga, éveil musical, etc., avec des activités, des devoirs et des projets qui garantissent un état d'occupation maximale dans le temps.

Comprenons-nous bien : je ne suis pas contre le fait que nos enfants vivent des activités intéressantes. Cependant, quand la semaine d'école et de garde frise les 50 heures (7h30 à 17h30), nos enfants ont des semaines plus longues que les nôtres au travail. Ajoutons les cours du soir et de fins de semaines, les devoirs, et quoi encore? Nous pouvons nous demander : leur reste-t-il un peu de temps pour s'ennuyer et pour rêver, ce temps si propice à la créativité et aux jeux spontanés de préférence à l'extérieur?

L'imprévu n'a plus de place dans notre horaire. Je remercie le ciel d'avoir eu des dimanches après-midi ennuyeux qui me donnaient le temps de repenser le monde, de réfléchir en me balançant dehors et de marcher dans le verger de ma grand-mère, loin de mes frères turbulents. De là me vient le goût de la nature et de la réflexion probablement. Accepter que le vide habite une journée et que les enfants perdent un peu de temps et cherchent quoi faire de ce temps libre, c'est un pas de plus vers l'équilibre. Encore une fois : Après quoi court-on?

Malheureusement, beaucoup de personnes se sentent coupables de ne pas assez en faire (activités) seul ou avec leur famille. Contrairement à ce que l'on pense dans nos sociétés, nos enfants ont besoin de calme et de temps libre. À titre d'exemple, la Finlande a développé des écoles où se vit un climat très familial allant de pair avec celui de la société. Les examens ne viennent d'ailleurs qu'en fin d'études supérieures.

Notre société québécoise n'est pas la Finlande et même en adaptant notre modèle scolaire sur le leur, les résultats en fin d'études, très performants chez eux, ne seraient pas les mêmes, chez nous. Nous pouvons tout de même nous ins-

pirer d'eux. On peut faire des choix plus éclairés pour simplifier notre vie, cela est bon pour nous et pour nos enfants.

Il est peut-être temps de prendre du recul et de faire de nouveaux choix. Le changement aussi demande du temps... Pas trop de presse!

À l'occasion, j'ai encore le sentiment de courir après le temps, mais je sais maintenant que j'ai le pouvoir de faire des choix. Il suffit de renoncer à certaines choses en acceptant les changements qui viennent avec ce choix.

Je dis de moins en moins souvent : « Ça va bien mais ça va vite! ». Par contre, je dis de plus en plus souvent : « Ça va bien, il fait beau aujourd'hui! » et ce, même les jours de pluie. ☘

---

« **QUELS SONT LES FREINS**, les sources de résistance au changement et leur importance au niveau individuel pour une transition vers la SV? »

*Cette belle question, nous avons été quelques-uns à nous la faire poser, en juillet dernier, par un chercheur belge dans le cadre d'un Mémoire qu'il préparait sur la simplicité volontaire. On peut maintenant lire cette thèse sur le site du RQSV au [http://simplicitevolontaire.org/documents/Amaury\\_Rustin-Les\\_freins\\_a\\_l'adoption\\_de\\_la\\_SV.pdf](http://simplicitevolontaire.org/documents/Amaury_Rustin-Les_freins_a_l'adoption_de_la_SV.pdf)*

*Voici trois textes qui lui furent envoyés pour tenter de répondre à sa belle question.*

*Diane Gariépy*

---

## LES « FREINS » CONTRE LA SIMPLICITÉ VOLONTAIRE<sup>1</sup>

*Dominique Boisvert*

**Comme l'ajoutait notre** ami belge : « Ma question est assez simple mais la réponse l'est peut-être moins »!

Admettons d'abord qu'il n'existe pas, du moins à notre connaissance, de réponse précise ou documentée à cette question : sondage « scientifique », étude universitaire, etc. Il s'agit donc plus, pour l'instant, d'impressions ou de convictions personnelles, fondées sur les expériences diverses de ceux et celles qui s'essaient à répondre à la question. Cela vaut aussi pour moi.

Je ne parlerai pas ici des facteurs qui peuvent expliquer la résistance au changement en général : bien des manuels et des études en psychologie en ont traité. Je vais essayer de

1 Ce texte a d'abord été publié le 7 août 2010 dans le Carnet des simplicitaires <http://carnet.simplicitevolontaire.org/>



me concentrer sur les freins qui empêchent ou retardent un passage vers la SV comme telle. Voici donc, en vrac et sans ordre de priorité, un certain nombre de ces «freins» à la pratique concrète de la SV.

**Une question d'image.** La SV est perçue par beaucoup d'une manière critique ou même péjorative : c'est une affaire de jeunes, de marginaux, de radicaux, d'écologues, de gens incapables de «réussir» dans la vie moderne et compétitive actuelle, de nostalgiques d'une époque révolue, etc.

**Une question de facilité.** Pour l'immense majorité, l'abondance est plus attrayante que la sobriété, l'automobile que la marche à pied, la publicité que la réflexion, la distraction que les priorités, le bruit que le silence, la viande que les légumineuses, le sucre et le sel ajoutés que la simple saveur des aliments.

**Une question de privilèges.** Nous sommes tous et toutes, même les plus «pauvres» d'entre nous, des privilégiés de la planète. Nous vivons dans des pays «riches», bénéficiant de droits et de liberté, profitant de la paix et d'institutions démocratiques, stimulés par des innovations technologiques incessantes et ayant accès à une surabondance d'offres et de stimuli de toutes sortes. Pourquoi renoncions-nous, sans y être forcés, à une telle situation privilégiée?

**Une question d'idéologie dominante.** Nous vivons dans un monde qui a réussi, au cours des 25 dernières années particulièrement, à imposer une vision économiciste, marchandisée et mondialisée de l'existence : tout n'a d'importance qu'en fonction de sa valeur monétaire, tout peut être l'objet de commerce et cette vision du monde tend à régir la planète toute entière, se substituant aux cultures et aux valeurs propres à chaque peuple ou région. Cette vision repose sur la croissance illimitée, fondée elle-même sur la consommation matérielle toujours plus grande. La SV heurte de plein fouet ce credo rouleau compresseur. Et les moyens (argent, réseaux de pouvoir, publicité, médias, etc.) auxquels elle doit s'affronter sont tout simplement gigantesques.

## À vos plumes!

Avez-vous envie d'écrire sur la simplicité volontaire?

Faites-vous plaisir en structurant votre pensée avec des mots!

Le Simpli-Cité est un des rares bulletins associatifs qui compte autant de membres participants.



**Une question de mimétisme et de nombre.** Nos comportements sont le plus souvent «sociaux», grégaires : nous agissons en fonction des codes et des modes qui régissent notre entourage familial, professionnel, culturel, socio-économique, de quartier. Peu de gens aiment se singulariser dans un groupe. Et pour l'instant, la SV et ses adeptes n'ont pas encore atteint la «masse critique» qui leur donnerait un facteur d'attraction sociale.

**Une question de morale janséniste.** Dans bien des pays occidentaux, influencés par une morale chrétienne, tout ce qui s'apparente au «sacrifice», au «renoncement», à l'effort volontaire a tendance à être rejeté comme un héritage détestable du passé ou, pire encore, comme un comportement sado-masochiste. Tant que la SV est d'abord perçue comme une «privation» (ce qu'elle n'est pas à mon avis), il ne faut pas se surprendre qu'elle ne soit pas populaire!

**Une question philosophique.** Notre vision du monde occidentale repose depuis longtemps sur l'idée d'un «progrès» linéaire et continu, en marche vers un avenir meilleur, sinon vers le Grand Soir des révolutionnaires ou le Royaume éternel des croyants. L'idée d'une «limite» (et pire encore, d'un recul) est tout simplement inacceptable, philosophiquement, pour bien des humains. L'être humain aime croire que le progrès est sans limite, que la science et la technique viendront un jour à bout de tout (même de la mort!) et qu'en ce sens, toute forme d'autolimitation est presque contre nature.

**Une question de liberté et de vocabulaire.** Bien des gens répugnent à se sentir (ou même à se percevoir comme) enrôlés dans quelque mouvement que ce soit. C'est pourquoi ils veulent bien modifier librement, à leur rythme et à leur manière, tel ou tel de leurs comportements si le cœur leur en dit, mais ils ne voudraient surtout pas être associés à la SV! D'autant plus que celle-ci est tellement englobante que personne ne peut définir, de manière précise ou satisfaisante, où commence et où finit la SV. À cet égard, il y aurait sans doute bien des simplicitaires qui s'ignorent. Encore que d'autres pourraient prétendre qu'une des conditions pour pratiquer la SV soit la volonté consciente de simplifier sa vie.

**Une question de pensée magique.** Tout le monde garde un relent de son enfance, où il suffit de penser le monde pour qu'il se plie à nos rêves ou à nos désirs. Il est tellement plus facile de croire que «les choses vont finir par se replacer d'elles-mêmes», qu'«ils» vont sûrement trouver une solution (les experts, les scientifiques ou les techniciens) au réchauffement climatique, que «la planète en a connu bien d'autres au cours de son histoire», plutôt que d'admettre que nous avons notre part de responsabilité dans l'état du réel et dans ce qu'il deviendra.



**Une question de paresse ou de mauvaise foi.** Combien de gens, conscients des enjeux et des gestes à poser, les retardent ou les négligent en se disant «Je ferai ma part quand les autres auront fait la leur», ou quand les «gros» auront d'abord commencé (les gouvernements, les entreprises, les syndicats). Prétexe à la procrastination ou conviction réelle, le résultat est le même. Qui va bouger le premier : la poule ou l'œuf?

**Une question de mauvaise lecture politique.** Bien des gens se disent que leur simple petit geste ne vaut pas la peine, que les questions sont tellement globales et complexes qu'ils se sentent totalement impuissants. Erreur politique fondamentale, qui leur fait oublier que les décisions collectives sont presque toujours l'aboutissement d'innombrables gestes et pressions préalables, que les problèmes gigantesques sont le plus souvent le fruit d'innombrables choix ou gestes individuels ou isolés (comme le réchauffement climatique, par exemple), et que les «experts» n'ont très souvent pas plus de pouvoirs ou de certitudes que l'ensemble des citoyens ou le simple «bon sens» (la crise économique en est le meilleur exemple).

**Une question de surabondance de choix.** Plusieurs n'agissent pas sous prétexte de ne pas savoir «par où commencer». Certes, la SV est multiforme et peut s'appliquer à tous les domaines de la vie. D'ailleurs, personne ne pourra jamais prétendre avoir fini de simplifier sa vie : c'est un processus individualisé et sans fin. Mais il s'agit le plus souvent de commencer quelque part (on pourrait presque dire n'importe où) et comme avec un brin dans une balle de laine, le reste va suivre. Pour deux raisons : d'abord parce que tout dans nos vies est interrelié, mais aussi et surtout parce que le bonheur que nous trouverons à simplifier certains aspects de nos vies va nous inciter à poursuivre le cheminement amorcé.

**Une question d'intérêts et de convictions.** D'autres, qui tirent profit de la situation présente, n'ont aucun intérêt à ce que la SV se répande, ni ici, ni ailleurs. Ceux qui croient que le capitalisme marchand est la seule ou la meilleure organisation économique possible, et ceux qui tirent leur position privilégiée de ce système de croissance illusoire ne vont pas couper la branche sur laquelle ils sont assis (même si certains individus peuvent, au niveau personnel, vivre une vie relativement sobre qui ne remet nullement en cause le système économique dont ils profitent).

**Une question de prix à payer.** Défricher de nouveaux sentiers, expérimenter des façons différentes, faire partie des explorateurs ou des innovateurs a un prix. Les succès viennent souvent au bout de plusieurs échecs. Pour plusieurs tentatives, seules quelques réussites. Il faut souvent faire face à l'incompréhension, aux résistances ou à l'hostilité.

La patience et la persévérance, le dévouement et l'altruisme, l'appui des proches, l'implication financière personnelle parfois importante, tout cela fait généralement partie du prix à payer pour développer des alternatives novatrices et durables aux façons actuelles de faire. Et il y a encore trop peu de gens prêts à payer ce prix (d'ailleurs décroissant, à mesure que plus de gens s'y impliquent).

À tous ces «freins», j'ajouterais une difficulté de lecture supplémentaire, applicable cette fois non pas aux individus qui résistent à pratiquer la SV mais aux analystes qui cherchent à évaluer la place et l'influence réelle de la SV dans notre monde : comment savoir qui, et à partir de quand, pratique la SV?

Je ne veux surtout pas «prêcher pour ma paroisse», ni chercher à embellir le portrait. Mais en reprenant les hypothèses des sociologues américains Paul H. Ray et Sherry Ruth Anderson, publiées dans leur livre *L'émergence des créatifs culturels* (Éditions Yves Michel, 2001, 512 p.), il est bien possible que le nombre des personnes pratiquant la SV d'une manière ou d'une autre soit beaucoup plus important qu'il n'y paraît à première vue. Ray et Anderson, en se basant sur de nombreuses enquêtes sérieuses, estiment à plus de 50 millions d'Étatsuniens (soit le quart de la population adulte) le nombre de ceux qui ont «profondément modifié leur vision du monde, leurs valeurs et leur mode de vie, en bref leur culture. Ces millions de personnes, créatives et optimistes, sont à la pointe et à l'origine de plusieurs types de changements culturels, modifiant en profondeur non seulement leur propre vie mais aussi la société en général.» (p. 16)

**Faites lire le Simpli-Cité :  
Abonnez-vous en double  
ou en triple**

... et distribuez les exemplaires du  
Simpli-Cité dans votre entourage (amis,  
camarades de travail, voisins...) et  
demandez-leur de vous les  
remettre avec leurs commentaires  
pour entamer un dialogue sur  
la simplicité volontaire.

## RESSEMBLER À SES VOISINS, VOILÀ LE FREIN!

Diane Gariépy

**J'ai eu l'occasion** d'animer maintes rencontres sur la simplicité volontaire et c'est lors d'une de celles-ci que je me suis fait ma petite idée sur LE «frein» qui bloque l'émergence de la simplicité volontaire.

CE frein, d'après moi, tient dans l'importance de ressembler aux gens de notre réseau d'appartenance. L'être humain est un animal social. Il doit en accepter les normes et même les promouvoir activement pour y faire sa place au soleil. Déjà, on sait que toute dépense luxueuse sert principalement non pas à nous procurer du confort, mais à épater nos semblables.

Pour opérer l'inverse et se mettre à vivre frugalement, il faut pouvoir, d'après moi, en s'appuyant sur une nouvelle norme d'un courant social en émergence, se rapprocher d'individus autour de nous qui sont porteurs des valeurs de référence sur la SV comme la liberté, l'autonomie, la franchise, la générosité, la joie de vivre, etc.

### **Voici d'où cette idée m'est venue :**

Lors d'une animation dans un petit groupe de 12-13 personnes, nous en étions arrivés à penser qu'on devrait vivre, pour la pérennité de la vie des humains sur la planète Terre, à la façon des Cubains : maison rustique, table, chaises, cuisinière, frigo, lit, manger peu de viande et beaucoup de légumes, boire du thé, ne se transporter qu'à bicyclette ou qu'en autobus, etc. Ceci ayant été formulé, une des participantes a dit : «Mais je suis capable de vivre comme

ça!» Et les autres personnes ont dit la même chose. Je leur ai donc demandé : «Alors, pourquoi ne le faites-vous pas?» Celle qui s'était exprimée la première a répondu : «Voistu, Diane, bientôt ce sera Noël et je serai reçue chez ma voisine avec 6 ou 7 services dans de petites assiettes de fantaisie, etc. Comment pourrais-je la recevoir à mon tour avec un plat seulement et juste avec peu de viande?»

Voilà. Ce qui nous empêche de vivre plus frugalement, c'est le voisin, la famille, les camarades de travail... C'est l'ambiance générale, les codes sociaux. Et non pas la peur de manquer, la boulimie, le stress et l'égoïsme.

C'est pour ça que, depuis, j'ai changé mon approche face à la question classique des gens : «Si je veux devenir adepte de la simplicité volontaire, je dois commencer par quoi?» Avant, j'énonçais des trucs du genre : faire son budget, repenser à l'entrée d'argent (le travail rémunéré), fermer la télévision pour se soustraire à l'influence de la publicité, suivre des sessions de relaxation, apprendre à respirer, lire des ouvrages sur la SV.

Aujourd'hui, ma réponse est différente. Je suggère maintenant que les participants identifient autour d'eux des gens qu'ils estiment être rendus un peu plus loin qu'eux sur ce chemin de liberté que constitue la simplicité volontaire. Qu'ils s'en rapprochent en les fréquentant un peu plus souvent. Aussi, qu'ils soient attentifs à découvrir autour d'eux des «simplicitaires» (des gens chez qui on se sent particulièrement bien, qui sont accueillants, chaleureux, où la communication est franche, joyeuse, où l'on ne fait pas d'étalage de «réussites» sociales), qu'ils se fassent attentifs à découvrir aussi des «simplicitaires anonymes», c'est-à-dire des gens qui vivent avec les caractéristiques de ce nouveau courant social... sans en faire tout un plat.

*Quand on parle de société de consommation, on évoque souvent une société qui consomme toujours plus, mais ce n'est que la partie émergée de l'iceberg.*

*En fait, une telle société n'aurait pu se développer aussi rapidement sans la destruction des cultures traditionnelles, la casse de ce que l'on appelle les usages, ces savoir-faire ancestraux, transmis de génération en génération. Elle passe par la perte de toute cette richesse, que ce soit pour cuisiner, s'occuper de la maison, coudre, bref de tout ce qu'on appelait autrefois le «savoir de la ménagère».*

*Car comment vendre toujours plus d'objets à quelqu'un qui sait recycler de vieux tissus, raccommoder au lieu de jeter, faire un gâteau avec des restes de pain, comme le pain perdu? Ces pratiques se sont donc vues ridiculisées, traitées avec mépris. Désormais, pour être moderne, il fallait s'équiper. Pour s'équiper, il fallait consommer.*

**Paul Ariès, Bernadette Costa-Prades Apprendre à faire le vide Pour en finir avec le «toujours plus», Éditions Milan, 2009 140 pages**

## UN OBSTACLE MAJEUR À LA PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT

Pascal Grenier

Au Québec, lorsque vous demandez aux gens ce qu'ils font pour protéger l'environnement, ils vous répondront presque inmanquablement : « je fais mon recyclage ». D'autres plus engagés vont dire : « j'achète le plus possible local et bio. » D'autres, enfin, diront : « je fais du compostage. »

Cependant, ces gestes, quoique valables, restent d'une importance environnementale limitée et sont relativement faciles à aborder dans une conférence ou une discussion. Toutefois, plusieurs thèmes, mentionnés ci-après, ont un impact important à très important et sont beaucoup plus difficiles à présenter en public.

- Avoir ou non des enfants;
- Utiliser l'avion pour des voyages non essentiels;
- Avoir une maison ou un véhicule surdimensionné par rapport à ses besoins;
- Manger fréquemment de la viande;
- Promouvoir un meilleur partage des richesses (des dirigeants de compagnies d'assurances et de banques gagnent des millions) et des ressources (86 % des ressources sont utilisées par 20 % de l'humanité);
- L'étalement urbain (un des problèmes environnementaux aux plus grandes conséquences).

L'obstacle majeur pour protéger l'environnement réside dans le fait que les importantes questions qui précèdent ne peuvent pratiquement pas être abordées en public. En effet, en soulevant ces thèmes, il y aura toujours plein de gens qui se sentiront coupables. L'un aura une grosse maison, l'autre demeurera en banlieue éloignée, enfin un troisième fera son voyage annuel en Floride. Même si le sujet est bien fondé sur le plan environnemental, le sentiment de culpabilité prendra généralement le dessus et se transformera en retrait, en défense ou en critique.

Si l'on ne peut véritablement parler des problèmes écologiques les plus importants, comment alors protéger l'environnement efficacement? ☞

### Des poules en ville?

Serge Mongeau

Quand j'étais petit, je demeurais sur la rue De Gaspé, dans Villers. Nous avions des poules dans la cave; les malheureuses (?) n'avaient droit qu'à fort peu de lumière naturelle (par un seul soupirail), ce qui ne les empêchait pas de nous fournir de beaux œufs bien frais.

Lorsque j'ai eu ma propre maison, en banlieue cette fois (à Saint-Hubert), j'ai refait l'expérience des poules : dans ma cour, j'ai aménagé un vieux bateau que j'avais récupéré à cet effet. Et là encore, ce fut une abondance d'œufs frais même

## Prochain numéro de Simpli-Cité

### Le boulot et la simplicité volontaire

- Estimez-vous que votre emploi est utile (ou inutile) socialement?
- Est-ce que ça vaut vraiment la peine de passer sa vie à la gagner?
- À n'importe quel prix pour l'environnement, nos gagne-pain?
- Les syndicats doivent-ils à tout prix se battre pour maintenir des emplois?
- Quand on est un politicien, faut-il vouloir créer des jobs juste pour... créer des jobs?
- Dans une société comme la nôtre, est-il bon de mettre toutes ses énergies dans son gagne-pain?
- Et si c'était le meilleur moyen qu'on avait trouvé là pour « faire tourner le monde » comme le dit si joliment la chanson de Vigneault?



Faites parvenir vos textes à [coordination@simplicitevolontaire.org](mailto:coordination@simplicitevolontaire.org)

Date de tombée des textes : 30 novembre 2010

(Sur demande, votre texte pourrait être publié anonymement!)



en hiver, grâce à un minimum de chauffage; les poules ne portent pas de plumes inutilement!

Le CRAPAUD (Collectif de recherche sur l'aménagement paysager et l'agriculture urbaine durable, de l'UQAM), vient de lancer une pétition pour demander à la Ville de Montréal de permettre le retour des poules en ville (interdites depuis 1966). Je crois que nous devrions appuyer cette requête.

Évidemment, il faudra encadrer cette pratique pour éviter les abus, mais il est certainement possible de trouver les moyens, pour les citoyens qui le désirent, d'élever quelques poules dans leur cour sans nuisance pour les voisins.

Pourquoi des poules en ville? Nous le savons tous, l'ère du pétrole à bas prix s'achève. Ce qui signifie aussi pour bientôt la fin de l'agriculture industrielle qui nous fournit la

presque totalité de nos aliments. En effet, cette agriculture requiert de grandes quantités d'engrais chimiques et de pesticides faits à partir du pétrole; une machinerie abondante alimentée aussi au pétrole; et l'utilisation d'avions et de flottes de camions pour transporter d'un bout à l'autre de la planète ses divers produits. Quand le coût du pétrole doublera ou triplera, ce qui ne peut manquer d'arriver bientôt puisque tous les puits d'accès facile se tarissent rapidement, le coût des aliments augmentera tellement qu'une bonne partie de la population ne pourra plus les acheter.

Le passage à un type d'agriculture sans pétrole ne se fera pas du jour au lendemain; la période de transition sera donc difficile. C'est ce qu'ont compris les gens qui ont lancé le mouvement des Initiatives de transition, dans lequel des citoyens décident de s'organiser pour rendre leur communauté résiliente, c'est-à-dire capable de faire face aux disettes et autres problèmes que nous amènera la fin du pétrole à bas prix. Pour ce faire, les citoyens engagés dans le mouvement explorent les divers moyens de produire eux-mêmes leurs aliments, en aménageant un potager sur leur terrain, en récupérant les espaces libres pour en faire des jardins collectifs ou communautaires mais aussi en élevant quelques poules pour les œufs, ou des lapins et poulets pour la

### VOUS NOUS AVEZ ÉCRIT

D'abord félicitations pour cet excellent bulletin. Je veux toutefois signaler de façon spéciale la nouvelle forme de lecture à l'écran sur une colonne et une page à la fois. Personnellement, j'expérimentais à chaque lecture du Simpli-Cité de la frustration en lisant à l'écran lorsqu'il était présenté en deux colonnes.

Félicitations aussi à Diane pour son analyse de la popularité descendante de la SV. Je suis tout à fait d'accord avec ton texte où il est mentionné que la SV a diminué de popularité depuis quelques années parce que la SV a perdu l'attrait de la nouveauté. Toutefois, comme tu le mentionnes, la SV reviendra en force fort probablement par obligation lorsqu'on subira des manques de ressources. Tout est une question de temps. Personnellement, je crois quelques années.

*Pascal Grenier*

Dans le bulletin de l'été 2010, le bel éditorial de Diane correspond à ma pensée et j'en cite un petit bout : «... nous vivons une période de transition vers des temps où la simplicité, si elle n'a pas été choisie volontairement, devra être subie». Il est important toutefois que « la SV continue son travail de changement de paradigme » et heureusement les énergies se renouvellent et d'autres personnes sont prêtes à donner du temps.

*Cécile Laroche*

Félicitations à toute l'équipe entre autres à Diane Gariépy pour son texte à la une de Simpli-cité (été 2010).

*Marcel Debel*



viande. On a aussi commencé à installer des ruches dans certaines villes, avec grand succès d'ailleurs. L'organisme Justfood, qui a obtenu de la Ville de New York le retour des poules en ville, préconise le regroupement de 8 familles par poulailler; voilà une façon sympathique de renforcer les liens dans nos communautés.

## Les objections

Une bonne réglementation permet d'éviter les problèmes sanitaires et de bruit. Quant aux défenseurs des animaux, ils devraient aller voir dans quelles conditions sont confinées les poules qui pour le moment produisent nos œufs. Quelques défenseurs de l'agriculture craignent peut-être pour leur marché; mais ne nous faisons pas d'illusions, même avec la permission d'avoir des poules, cette pratique demeurera toujours marginale.

Plusieurs villes américaines – Los Angeles, Miami, Chicago, New York par exemple – et canadiennes – Vancouver, Victoria, Niagara Falls – ont déjà ouvert leurs portes aux poules; qu'attendons-nous pour faire de même? ☞

## Et c'est parti!

Le jeudi 7 octobre dernier, les cieux ont été cléments : pas une goutte de pluie pour le lancement à Montréal, au Centre Saint-Pierre, de la version française du *Manuel de Transition de la dépendance du pétrole à la résilience locale*.

La salle était pleine (près de 90 personnes). C'est monsieur Jacques Languirand en personne qui a inauguré la soirée avec sa bonhomie habituelle et ses rires légendaires. Qu'il est bon de voir cette personne remplie de sagesse, ce patriarche, appuyer notre aventure et lui donner en quelque sorte sa bénédiction avant même le grand démarrage des Initiatives!

Puis la parole fut donnée à Serge Mongeau qui a préfacé le *Manuel de transition*. Une parole verte. Tout d'abord pour présenter l'état de la situation :

« Tout va mal, mais on continue comme avant! Nous voyons partout des signes accablants de détérioration de notre société : on construit un monde où l'écart s'en va grandissant entre les riches et les pauvres. Et nous dilapignons les ressources de notre environnement : l'eau, les ressources renouvelables ou non, les énergies fossiles. »

## Puis pour passer à l'action :

« Il faut agir radicalement par une décroissance conviviale. Et au bout du compte, nous serons plus autonomes,

plus capables de passer au travers quand il y aura moins de ressources. Il faut contribuer à multiplier les initiatives de transition vers un monde meilleur. »

Ensuite, Michel Durand, formateur attiré, nous a amenés à comprendre le génie de cette aventure commencée en Irlande, poursuivie dans tout le Commonwealth et maintenant rendue en Amérique. J'ai retenu surtout ceci : « Avant de se lancer dans l'aventure, il faut savoir d'où l'on part et où l'on veut aboutir ». Et, références à l'appui, je pense qu'il en a surpris quelques-uns en nous confiant ceci : « D'après moi, le pic du pétrole, il est déjà derrière nous ». Ça, c'était pour le « D'où l'on part ». L'autre bout de l'aventure d'une Initiative de Transition (dans une vingtaine d'années), il nous l'a montré aussi :

« L'économie locale se reconstruit, les gens tissent des liens de confiance, il y a moins de stress, la qualité de l'air, de l'eau et de la nourriture augmente, nous sommes davantage en santé, le pic est passé et nous vivons mieux ».

Entre ces deux pôles, il nous explique les différentes étapes d'animation des communautés locales :

- Mesure de la vulnérabilité du milieu (d'où l'on part)
- Inventaire des ressources humaines déjà à l'œuvre
- Élaboration d'une vision du futur post-pic pétrolier (où l'on va)
- La grande libération (fête d'inauguration) et dissolution du comité initiateur
- Planification de la descente énergétique
- Réalisation de la planification

Après, nous sommes passés à la classique période d'échanges avec la salle pendant laquelle furent rappelées l'expérience de Cuba, l'importance de la permaculture, du jardinage, de films (et d'un téléroman!) à voir, d'initiatives d'autres groupes.

Et, finalement, avant de s'en retourner chacun chez soi... un p'tit verre de rouge et une table de vente du *Manuel de transition* : 25 \$.

La soirée avait été animée avec beaucoup de doigté et de cordialité par Sylvie Robert, membre du Comité provisoire Transition-Québec. ☞

## 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 : [coordination@simplicitevolontaire.org](mailto:coordination@simplicitevolontaire.org)

## AGORA

### Liste des groupes de simplicité volontaire régionaux

#### Groupes actifs

**Montréal - Ahuntsic** (depuis 2002)

Pierre Patraki

[pierrepetraki@gmail.com](mailto:pierrepetraki@gmail.com)

**Est de Montréal** (depuis 2009)

Chantale Grandchamp, Céline Gagné et Sylvie Vincent

[gsvem.mtl@gmail.com](mailto:gsvem.mtl@gmail.com)

**Gatineau** (depuis 2006)

Karine Sigouin ou Pierre-Luc Baulne, 819 777-3448

Émilie Norman-Fortin, 819 210-0932

[svgatineau@hotmail.com](mailto:svgatineau@hotmail.com)

**Lanaudière** (Joliette) (depuis 2004)

[maddog902@hotmail.com](mailto:maddog902@hotmail.com)

**Québec** (depuis 2001)

Pascal Grenier, 418 660-3550

[responsable@gsvq.org](mailto:responsable@gsvq.org)

[www.gsvq.org](http://www.gsvq.org)

**Rimouski** (depuis 2009)

Michel Séguin, 418 736-4396

[simplicitevolontaire.rimouski@live.fr](mailto:simplicitevolontaire.rimouski@live.fr)

**Ste-Anne-des-Plaines** (depuis 2005)

Joan Boily, 450 478-6537

[boilyjo@yahoo.fr](mailto:boilyjo@yahoo.fr)

**Victoriaville** (depuis 2002)

Guyline Martin 819 758-7242

[martinguyline19@hotmail.com](mailto:martinguyline19@hotmail.com)

#### Groupes en projets

**Îles-de-la-Madeleine**

Nathalie Bourgeois, 418 986-5083

[bourgeois\\_nathalie@hotmail.com](mailto:bourgeois_nathalie@hotmail.com)

**Paspébiac**

Nathalie Ahier, 418 752-2040

[cjepasp@globetrotter.net](mailto:cjepasp@globetrotter.net)

**St-Armand** (Estrie)

Héloïse Landry, 450 248-3034

[changesspirit@gmail.com](mailto:changesspirit@gmail.com)

**Sept-Îles**

Francine Vigneault, 418 962-8406

[francine.7iles@cgocable.ca](mailto:francine.7iles@cgocable.ca)

**Vous auriez le goût de joindre  
une de ces équipes de  
simplicité volontaire?  
Vous aimeriez démarrer une  
nouvelle équipe?  
Prenez tout de suite  
contact avec nous**  
[coordination@simplicitevolontaire.org](mailto:coordination@simplicitevolontaire.org)



## PETITES NOUVELLES DU CA DU RQSV

### Le Réseau a besoin de vous!

*François Pelletier, président*

Il s'en passe beaucoup au RQSV! C'est avec un C. A. réduit à cinq membres que nous entreprenons cette 11<sup>e</sup> année du réseau.

La dernière rencontre du conseil a donc été l'occasion de faire une réflexion stratégique, enrichie par l'apport précieux de plusieurs collaborateurs de longue date dont Dominique Boisvert, qui nous a rédigé son bilan des 10 dernières années, que plusieurs ont ensuite enrichi de leurs propres réflexions et constats.

À cette occasion, nous avons pu faire la connaissance de Fanny, notre nouvelle coordonnatrice, qui prendra le relais d'Annie au cours des prochaines semaines. Nous lui souhaitons un « Bienvenue! » bien chaleureux au sein du RQSV.

### Le plan stratégique 2010-2011

Après relecture de la mission que s'est donnée le Réseau en 2003, nous avons défini quatre axes principaux pour notre plan stratégique, soit, dans l'ordre :

- L'axe « Survie » - qui comprend les activités de financement, de recrutement des membres et de bénévolat.
- L'axe « Visibilité et rayonnement » - qui comprend les activités liées aux conférences, au site web et aux contacts avec les médias.
- L'axe « Réseautage » - qui comprend les groupes régionaux, les activités de réseautage, et les liens avec les autres organismes.
- L'axe « Contenu » - qui regroupe notamment le site web, le carnet des simplicitaires, ainsi que le Simpli-Cité.

Il a été décidé de nous concentrer sur les deux premiers axes cette année, étant donné les ressources disponibles, et la nécessité de nous y attarder plus particulièrement.

Plusieurs données telles qu'une baisse du nombre de membres, une présence moins sentie de la SV dans les médias, une participation réduite au dernier colloque, et l'essoufflement de plusieurs de nos bénévoles, nous ont indiqué la nécessité de nous pencher sur l'axe « Survie » du Réseau. À cette fin, nous reverrons nos modes de financement et nos activités de recrutement. Nous constatons aussi l'importance de renforcer l'équipe de bénévoles, tant au C. A. que dans la conduite des différentes activités du RQSV. Vous serez à mesure de constater nos efforts en ce sens au fil des prochains mois.

Le deuxième axe « Visibilité et rayonnement » a aussi fait l'objet d'une réflexion. Nous comptons notamment développer et mieux utiliser notre réseau de conférenciers, et établir notre présence sur les réseaux sociaux tels que Twitter et Facebook. Louis Chauvin, notre distingué porte-parole, continuera de nous représenter de belle façon auprès des médias.

Bien entendu, nous poursuivrons les activités déjà en place, telles que le bulletin Simpli-Cité, le développement et l'amélioration du site web, le soutien aux groupes régionaux et la publication du Carnet des Simplicitaires. Seule exception : le colloque, que nous avons choisi de ne pas répéter cette année, compte tenu de l'ampleur de son organisation par rapport aux ressources dont nous disposons et du faible taux de participation des dernières années.

Enfin, nos ressources étant limitées, nous avons pris la décision d'abolir les comités, à l'exception de celui de la Journée sans achat. Les différentes tâches seront redistribuées entre les membres du C. A. et des bénévoles.

### Le RQSV a besoin de vous!

Cette année, plus que jamais, le Réseau a besoin de vous – de vos idées, de votre soutien financier et de votre implication. Nous ferons appel à vous en cours d'année pour différentes activités. N'hésitez pas à venir nous rencontrer et contribuez à poursuivre cette belle aventure qu'est le 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. Visitez le site Internet au [www.simplicitevolontaire.org](http://www.simplicitevolontaire.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.

### Informations générales

Nom (individu, groupe ou institution)		Date
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 ou renouveler mon adhésion —
- 35 \$ Cotisation annuelle (bulletin papier)
  - 25 \$ Cotisation annuelle (bulletin électronique)
  - 10 \$ Cotisation annuelle **étudiant** (bulletin électronique)
- Je désire uniquement m'abonner au bulletin Simpli-Cité pour un an —
- 20 \$ Individu (bulletin papier)
  - 25 \$ Groupe ou institution (bulletin papier)

**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)  
6444, rue Lescarbot, bureau 123  
Montréal (Québec) H1M 1M7

- 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 (dons)

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  
6444, rue Lescarbot, bureau 123  
Montréal (Québec) H1M 1M7

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