



L'écologie au quotidien à Plaine Commune

Guide de propositions concrètes



Contribuer avec ses propres forces à la transition écologique
C'est possible !

Prix 5 euros

4 octobre 2016



Fondation
Monde Solidaire



Fondation Charles Léopold Mayer
pour le Progrès de l'Homme

Remerciements

Ce guide regroupe les **pistes d'actions réalisables par les citoyens de Plaine Commune, seuls ou en groupe, pour contribuer à la transition écologique et lutter contre le changement climatique**. Il ne constitue pas un catalogue d'exemples qu'il s'agirait d'imiter, mais **une boîte à idées** permettant à chacun de voir qu'il est possible d'agir **près de chez soi**.

On trouvera l'ensemble des informations de ce guide sur le site interactif www.associations-citoyennes.net/ecologie/Plaine-Commune . Chacun est invité à apporter sa contribution ses remarques et ses corrections à ce premier recensement, nécessairement incomplet.

La réalisation de ce guide, et du répertoire national dont il est la déclinaison, n'aurait pas été possible sans le **soutien** de la **Communauté d'Agglomération de Plaine Commune**, de la **Région Île-de-France**, en 2015, de la **Fondation de France** et de la **Fondation pour le Progrès de l'Homme**. **Que tous soient ici chaleureusement remerciés.**

Nous remercions également les **nombreux acteurs du territoire de Plaine Commune** qui ont contribué à la réflexion et au recensement des actions, en particulier ceux qui ont répondu à l'annonce faite sur le **portail Entr'acteurs** <http://www.entre-acteurs.com/>

Plaine Commune, au nord de Paris, regroupe les villes d'Aubervilliers, Epinay-sur-Seine, La Courneuve, L'Île-Saint-Denis, Pierrefitte-sur-Seine, Saint-Denis, Saint-Ouen, Stains, et Villetaneuse. Cette Communauté d'Agglomération de 400 000 habitants est l'un des 12 territoires qui composent le Grand Paris, sans doute l'un des plus cohérents. Le guide s'appuie sur cette cohérence de vie et de gestion.

Table des matières

Pourquoi ce guide ?	10
<i>L'écologie, un enjeu vital pour l'humanité</i>	10
<i>Une crise globale où tout est lié</i>	10
<i>La mobilisation des citoyens est décisive</i>	11
<i>De multiples pistes d'actions à la portée de chacun</i>	11
<i>Le support d'un travail de sensibilisation sur le terrain</i>	11

Que faire personnellement ?..... **13**

DES MODES DE VIE, D'ÉCHANGE, ET DE CONSOMMATION RESPONSABLES ET SOLIDAIRES..... **13**

Manger autrement c'est possible	13
<i>Cuisinez par vous-même</i>	13
<i>Et si vous achetez des fruits et des légumes de saison ?</i>	14
<i>Privilégier les marchés, les ventes directes et les cueillettes</i>	14
<i>Limiter les consommations de viande</i>	15
<i>Apprendre à décrypter les étiquettes et les labels</i>	15
<i>Partager la nourriture produite en commun : les Incroyables Comestibles</i>	16
<i>Apprendre la cuisine aux jeunes générations... et aux moins jeunes</i>	17
<i>Sensibiliser les habitants et les enfants aux bonnes pratiques alimentaires</i>	18
Réduire au quotidien notre impact sur l'environnement 18	
<i>Réapprendre les éco gestes à la maison</i>	18
<i>Apprendre à produire et faire par soi-même</i>	19
Acheter autrement, donner, échanger	20
<i>Résister aux agressions et aux envoûtements publicitaires</i>	20
<i>Limiter les messages reçus</i>	21
<i>Acheter recyclé ou d'occasion</i>	21
<i>Cadeaux verts et solidaires</i>	22

Devenir acteur de sa propre santé	23
<i>Réagir à la pollution de l'air.....</i>	24
<i>S'informer sur l'effet des pesticides et des OGM sur notre santé</i>	24
<i>Limiter l'effet des ondes électromagnétiques.....</i>	25
<i>Participer à un groupe de parole sur la santé.....</i>	25
<i>Participer à un réseau.....</i>	26
<i>Développer la prévention personnelle et collective</i>	26
<i>Manger sans excès, faire confiance à son corps.....</i>	26
<i>Promouvoir une expérience locale de santé communautaire.....</i>	27
<i>Aider à promouvoir une information indépendante</i>	28
<i>S'informer, mais comment ?.....</i>	28
Cultiver autrement, jardins solidaires	29
<i>Des jardins collectifs, source de convivialité et de pédagogie sociale ..</i>	29
<i>Jardins partagés en pied d'immeuble ou en centre-ville.....</i>	30
<i>Choisir et entretenir ses arbres, contribuer à replanter des haies</i>	31
<i>Des pratiques jardinières plus écologiques.....</i>	31
Réduire son empreinte écologique, économiser l'énergie	32
<i>Miser sur les énergies renouvelables, c'est aussi avantageux.....</i>	32
<i>Réduire son empreinte écologique.....</i>	32
<i>Devenir producteur de Négawatts</i>	33
<i>Familles à énergie positive.....</i>	33
<i>Des agendas 21 familiaux , scolaires ou citoyens</i>	34
<i>Changer de fournisseur d'électricité ?</i>	34
<i>Lever le pied sur notre utilisation du net.....</i>	35
<i>Éteindre les veilleuses !.....</i>	35
Se déplacer autrement	36
<i>Pratiquer l'éco conduite.....</i>	36
<i>Vivre sans voiture.....</i>	36
<i>Le covoiturage.....</i>	36
<i>Vélo, roller et marche à pied.....</i>	37
<i>Vous n'osez pas utiliser ces modes de déplacement ?.....</i>	37
<i>Pour acheter une nouvelle voiture</i>	39
Des vacances solidaires, écologiques...et économiques ..	39
<i>Calculer son empreinte écologique liée aux voyages.....</i>	39
<i>Vacances au loin, solidaires et écologiques</i>	40

<i>Tourisme de rencontres entre ruraux et citadins</i>	40
<i>Sports de nature et de plein air</i>	41
<i>Randonner, voyager à vélo</i>	42
Que faire concrètement à plusieurs ?	43
Diminuer, gérer ses déchets	43
<i>Le compostage en jardin et en ville</i>	43
<i>Diminuer sa production de déchets</i>	44
<i>Lutter ensemble contre le gaspillage alimentaire</i>	44
Une consommation responsable et solidaire	45
<i>Consommer solidaire</i>	45
<i>Participer à un réseau d'achats solidaires</i>	45
<i>Participer à une AMAP</i>	45
<i>Consommer lucidement avec le réseau des guetteurs</i>	47
<i>Moins et Mieux : guide de la consommation responsable</i>	47
Habiter autrement	47
<i>Créer ou rejoindre un habitat groupé</i>	47
<i>Kaps : les kolocksolidaires</i>	48
<i>Construire, améliorer sa maison par soi-même</i>	49
<i>L'ALEC peut vous informer et vous conseiller</i>	49
<i>Utiliser des matériaux écologiques</i>	49
<i>L'habitat et l'énergie</i>	50
<i>Faire le choix d'habiter une « Tiny House »</i>	50
Participer à la préservation de la nature et de la biodiversité	50
<i>Des groupes bénévoles qui agissent pour préserver et entretenir la nature</i>	50
<i>De multiples associations spécialisées</i>	51
Récupérer, réparer, recycler, transformer	52
<i>Participer bénévolement au travail d'une ressourcerie</i>	52
<i>Réparer, les objets, les vélos, les ordi... tout</i>	53
<i>Réutiliser les matériaux pour construire</i>	54
<i>Participer à un Fab Lab</i>	55
<i>Utiliser un garage solidaire</i>	55

Les échanges, le partage et les dons	56
<i>Les Gratifierias</i>	<i>56</i>
<i>Les lieux d'échanges gratuits</i>	<i>57</i>
<i>Les sites de dons ou d'échanges</i>	<i>57</i>
<i>Des circuits et des rencontres autour d'une situation ou d'un thème ..</i>	<i>58</i>
<i>Les réseaux d'échanges réciproques de savoirs (RERS).....</i>	<i>58</i>
<i>Les SEL.....</i>	<i>58</i>
Produire autrement.....	59
Donner du sens à son épargne	59
<i>Choisir sa banque.....</i>	<i>60</i>
<i>Contribuer à des actions d'utilité sociale par une épargne solidaire</i>	<i>61</i>
Une autre conception de la richesse	62
<i>Participer à une monnaie locale... ou la créer.....</i>	<i>62</i>
<i>Le Collectif Richesses.....</i>	<i>62</i>
La convivialité et la fête	63
<i>Animer le « bien vivre ensemble » par une association de quartier ou de territoire.....</i>	<i>63</i>
<i>Organiser une fête des Voisins.....</i>	<i>64</i>
Participer à la mobilisation et à l'action collective	65
Faire converger les actions citoyennes porteuses d'alternatives	65
<i>Grands Parents pour le climat</i>	<i>66</i>
Participer au mouvement des villes en transition	66
<i>Villes et territoires en transition</i>	<i>67</i>
Rejoindre le mouvement des Communs	67
Co-construire des villes et des territoires soutenables ..	68
<i>Rejoindre Capacitation Citoyenne, miser sur les capacités des habitants.....</i>	<i>68</i>
<i>Participer à CAP ou pas cap ?</i>	<i>68</i>
<i>Inciter à co-construire des agendas 21 participatifs.....</i>	<i>69</i>
<i>Imaginer le quartier ou la ville avec tous les citoyens.....</i>	<i>69</i>
<i>Construire un plan de « descente énergétique »</i>	<i>69</i>

Développer l'économie solidaire.....	70
<i>Initiatives solidaires porteuses d'un projet de transition écologique....</i>	<i>70</i>
<i>Participer au lancement d'une coopérative réellement coopérative et partagée</i>	<i>71</i>
Contribuer à la défense des Droits	72
Participer aux mobilisations d'ensemble pour l'environnement et les droits	72
<i>Participer à la mobilisation contre TAFTA et CETA (traités transatlantiques secrets portés par les lobbies industriels).</i>	<i>72</i>
<i>Agir contre les gaz de schiste</i>	<i>73</i>
<i>Agir contre l'extraction des combustibles fossiles</i>	<i>73</i>
<i>Lutter contre les grands projets inutiles.....</i>	<i>74</i>
Participer à Alternatiba	74
<i>Une multitude de mobilisations partout en France.....</i>	<i>74</i>
Solidarité internationale face au dérèglement climatique.....	75
<i>Participer à la semaine de la solidarité internationale</i>	<i>75</i>
Comprendre et faire comprendre.....	77
S'informer.....	78
<i>Sur le net</i>	<i>78</i>
<i>Emissions de radio</i>	<i>79</i>
<i>Presse écrite</i>	<i>79</i>
<i>Films, images et vidéos.</i>	<i>80</i>
<i>Documents</i>	<i>81</i>
Voir, rencontrer, aller sur le terrain	81
<i>Organiser des rendez-vous de l'écologie citoyenne</i>	<i>81</i>
<i>Balades urbaines, diagnostic écologique en marchant.....</i>	<i>82</i>
<i>S'éduquer à un regard plus libre sur les médias et la publicité.....</i>	<i>82</i>
Débattre, échanger, réfléchir aux causes et aux conséquences	83
<i>Promouvoir une logique de lucidité et de responsabilité</i>	<i>83</i>
<i>Approfondir les causes pour faire converger les actions.....</i>	<i>83</i>

<i>Articuler les différents chemins de la transition.....</i>	84
<i>Soirées ou journées débats</i>	84
<i>Cafés citoyens</i>	85
<i>Quelques textes de référence.....</i>	85
L'éducation à l'environnement et au développement durable.....	86
<i>Participer aux actions du Graine ou du Graines de votre région.</i>	86
<i>Travail dans la durée avec une classe ou un groupe d'élèves.....</i>	87
<i>Contribuer à l'éducation à l'environnement et au développement durable.....</i>	88
<i>Des temps de vacances collectives autogérés pour vivre l'écologie et la démocratie au quotidien.....</i>	89
Sensibiliser plus largement	89
<i>Agir pendant une manifestation, une fête, un forum</i>	90
<i>Aller au-devant des habitants, engager le dialogue</i>	90
<i>Former des porteurs de parole.....</i>	90
<i>Former des intervenants.....</i>	91
<i>Utiliser les réseaux sociaux</i>	91
Développer la dimension artistique des manifestations .	92
<i>Se réapproprier la culture et la création artistique comme un bien commun avec une AMACCA.....</i>	92
<i>Développer les spectacles et les manifestations artistiques</i>	92
Conclusion Les contours d'une alternative globale	93
Rejoindre le Collectif des Associations Citoyennes	94

NB : Dans ce document, les initiatives précédées du pictogramme « ♣ » se situent sur le territoire de Plaine Commune.

Celles qui sont encadrées s'appliquent à l'ensemble des citoyens. Il s'agit d'informations plus générales permettant d'engager ou d'approfondir la réflexion sur la transition en décryptant un certain nombre d'aspects de notre quotidien.

Pourquoi ce guide ?

L'écologie, un enjeu vital pour l'humanité

Nous faisons face à une **situation inacceptable et mortifère**. Les dérèglements climatiques se multiplient, la crise financière menace à nouveau, les libertés publiques sont menacées, le lien social régresse, les inégalités s'accroissent de façon exponentielle. Le changement climatique est déjà en marche, et risque à brève échéance de bouleverser l'humanité et la planète.

La COP 21, en 2015, s'est achevée par un accord international pour limiter de 1,5° à 2° le réchauffement climatique d'ici la fin du siècle. Mais elle n'a prévu aucune mesure contraignante pour atteindre cet objectif. **On entre dans une situation incontrôlable et irréversible** qui menace directement l'ensemble de l'humanité.

Une crise globale où tout est lié

L'aggravation de la crise écologique se conjugue avec de multiples risques, financiers, sociaux, nucléaires, démocratiques. Notre monde est aujourd'hui dominé par des puissances économiques et financières pour lesquelles l'obtention d'un profit privé par tous les moyens est la mesure de tout succès. Une intense propagande laisse croire que le pouvoir des plus forts n'a pas d'autres limites que des rapports de forces ou de propriété, que l'individu prime sur le collectif et que les ressources naturelles sont illimitées.

Pour rendre la Terre, notre maison commune, habitable par tous, il faut à la fois préserver l'environnement, mais aussi réduire les inégalités, abandonner la logique de **croissance** et d'accumulation qui domine aujourd'hui le monde, **respecter les droits** fondamentaux et la diversité des cultures, réinventer la **démocratie** et développer la participation citoyenne, restaurer une **éthique** dans la conduite des affaires publiques, promouvoir **d'autres raisons d'agir et de vivre** ensemble. Tout est lié.

La mobilisation des citoyens est décisive

Dans ce contexte, la mobilisation du plus grand nombre est décisive. L'indignation soulevée par la situation accélère les prises de conscience et les actions. Certains multiplient les **actions porteuses d'alternatives** sur le terrain. Ce sont elles qui sont développées dans ce guide. D'autres mettent en avant la nécessité de **repenser la totalité des processus** politiques et économiques. D'autres encore opèrent un **changement personnel** dans leur mode de vie, pour s'émanciper du consumérisme et du chacun pour soi, retrouver la richesse des relations et aller vers un bien vivre. **Toutes ces actions sont nécessaires et peuvent s'articuler** si chacun reconnaît cette diversité comme légitime.

De multiples pistes d'actions à la portée de chacun

Nous avons donc entrepris de regrouper dans ce guide environ **250 pistes d'actions** réalisables par les citoyens, seuls ou en groupe, en comptant sur leurs propres forces, avec très peu de moyens publics.

Il s'agit de montrer que chacun peut agir là où il est contre le réchauffement climatique et pour la transition écologique. Ce guide n'est **pas un catalogue exhaustif** de toutes les actions qui existent sur un territoire, mais **une boîte à idées**, destinée à montrer aux citoyens qu'ils ont de multiples possibilités d'agir. Chaque piste d'action est illustrée par **un ou plusieurs exemples** d'actions existantes, si possible sur Plaine Commune, et par des indications pratiques pour **savoir comment faire et où s'adresser**.

Le support d'un travail de sensibilisation sur le terrain

Ce guide n'est pas un but en soi, mais **un outil pour mobiliser et renforcer la participation des habitants de Plaine Commune**. Il peut être utilisé de multiples manières, au sein de collectifs informels, d'associations, ou à l'occasion d'événements, forums, foires au savoir-faire qui auront lieu dans les prochains mois. Il constitue **un point de départ pour rendre chacun conscient des enjeux globaux auxquels nous pouvons répondre, même de façon modeste**.

QUE FAIRE PERSONNELLEMENT ?

*DES MODES DE VIE, D'ÉCHANGE, ET DE
CONSOMMATION RESPONSABLES ET SOLIDAIRES*

« Sois le changement que tu veux voir dans le monde » (Gandhi). Il est possible, par nos choix de consommation, d'agir sur le changement climatique et la transition écologique. En tant que consommateurs, le choix des produits que nous achetons, la manière dont nous consommons, mais également les quantités consommées ont un impact sur l'avenir de la planète.

Manger autrement c'est possible

La consommation du « prêt en 5 minutes » a pris une grande ampleur. Mais manger autrement c'est possible ! En plus de préserver les ressources naturelles, vous prendrez soin de votre santé et ferez même des économies avec un rapport plus équilibré au temps.

Au cours des dernières années la pression des bio-consommateurs a été telle que les grandes surfaces ont dû se résoudre à mettre en place des rayons bio. Mais il n'est pas suffisant d'acheter bio aveuglément car le bio peut provenir des antipodes ou du travail de personnes sous-payées. D'où les quelques propositions qui suivent.


Cuisinez par vous-même

Face aux injonctions de la publicité pour les plats préparés, il est possible, même pour des gens très occupés, de cuisiner par soi-même. Cela revient bien moins cher (une soupe maison revient 3 à 6 fois moins cher qu'une

brique de soupe), et permet de réduire radicalement la quantité de sucre, de sel, de matières grasses que nous ingérons. Cela permet aussi de retrouver des saveurs authentiques, et de goûter le plaisir de faire soi-même en choisissant les produits que l'on mange. Il est possible de regrouper la préparation de plusieurs repas puis de congeler ou de garder au frais ce que l'on a préparé.

Et si vous achetiez des fruits et des légumes de saison ?

Acheter des fruits et légumes de saison permet de limiter directement la consommation d'énergie puisque ces végétaux sont produits en plein air et non sous serre. Cela permet aussi de redécouvrir des légumes parfois oubliés.

Pour connaître les périodes de production des principaux fruits et légumes en été et en hiver  www.marches-bio.org/monpanierdesaison.html


Privilégier les marchés, les ventes directes et les cueillettes

D'une manière générale, la grande distribution fait perdre du temps dans des longs trajets en voiture, payer plus cher un grand nombre de produits en dehors de quelques produits d'appel, et nous rend prisonniers d'une spirale d'achats non contrôlés. Pour y échapper, les marchés et les ventes directes sont à privilégier. Ils permettent d'acheter des produits frais, à des producteurs locaux avec lesquels on peut échanger et s'informer directement sur les produits (s'ils sont de saison, comment les cuisiner...). Ce sont aussi des lieux de rencontre conviviaux où l'on peut prendre le temps de tisser des liens avec les personnes qui nous entourent.

Il existe plusieurs points de vente de produits bio sur le territoire, lieu d'implantation de quelques acteurs historiques du commerce équitable (les associations Minga et Andines notamment), ainsi que plusieurs projets récents ou en cours d'élaboration ayant pour objectif de mettre à portée d'habitants une alimentation à haute qualité environnementale et sociale.

- ♣ **La coopérative Novaedia, à L'île-Saint-Denis**, porte un projet de ferme productive, expérimentale et pédagogique, à Stains (ville de tradition maraîchère et abritant encore de très nombreux jardins ouvriers) : **la Ferme des possibles**. Ce projet, élaboré en partenariat avec d'autres structures (deux ESAT, la résidence sociale de Levallois-Perret), et dont l'ouverture est prévue en 2017, se veut un pôle territorial d'insertion et de coopération économique, porteur également d'une dynamique de synergie des acteurs locaux avec le souhait d'aider à éclore de nouveaux projets pour une alimentation saine et locale. Ce projet permettra de sensibiliser petits et grands au développement

durable, et devrait également devenir un lieu de formation, où vous pourrez en apprendre plus sur à l'agriculture biologique. (en construction).

 www.fermedespossibles.fr/
www.fermedespossibles.fr/assets/plaquette.pdf

- ♣ **Solibio à L'Île-Saint-Denis et Dionycoop à Saint-Denis, épiceries coopératives,** reposent sur le principe de l'adhésion de chaque consommateur à l'association porteuse, et ont pour objectif de rapprocher consommateurs et producteurs. Les produits proposés aux consommateurs-adhérents sont directement achetés auprès de quelques producteurs choisis pour la qualité de leur production (la plupart des produits sont bio, et/ou issus du commerce équitable). Les membres de l'association sont invités à participer à la gestion des stocks, ainsi qu'à l'ouverture de la boutique, à la mise en rayon, et à la commercialisation. Solibio, 6 rue Arnold Géraux à L'Île-Saint-Denis (immeuble du PHARES). Dionycoop rue de la Ferme à Saint-Denis.

Limiter les consommations de viande

Il n'est pas nécessaire de consommer de la viande rouge tous les jours, bien au contraire. Une à 2 fois par semaine suffit pour être en bonne santé. Du point de vue environnemental, l'élevage industriel nécessite 7 calories végétales pour produire une calorie animale (il n'en est pas de même pour les animaux élevés dans les herbages). La consommation excessive de viande des pays occidentaux a en outre un impact important sur l'environnement et les populations du Sud, car les cultures de céréales et de soja transgénique destinées au bétail européen engendrent un accaparement de terres qui risque de provoquer une multiplication des pénuries alimentaires inacceptable.


On peut réduire sa consommation de viande et remplacer les protéines animales par les protéines - beaucoup moins chères - présentes dans les fruits oléagineux, les céréales complètes, les légumineuses – par ailleurs riches en vitamines et minéraux et moins caloriques.

Pour des idées de recettes végétariennes simples et économiques remplaçant les protéines animales  www.sosbouffe.fr/proteines-vegetales.html

Apprendre à décrypter les étiquettes et les labels

Savoir lire les étiquettes n'est pas évident de nos jours. L'étiquette est faite pour protéger le distributeur et non pour nous informer le plus clairement possible. Pour un choix éclairé, il faut apprendre à juger le pourcentage des différents ingrédients, les dates limites, la nature et la

quantité des additifs chimiques (colorants, exhausteurs de goût, conservateurs, émulsifiants, etc.)

Un guide pour apprendre à lire les étiquettes figure sur le site de la CLCV  www.lepointurlatable.fr/des-cles-pour-bien-choisir/comment-lire-les-etiquettes.html

Tous les labels bio ne se valent pas. Certains se contentent de reprendre les dispositions légales alors que d'autres reposent sur des démarches plus exigeantes et approfondies.


Pour tout connaître sur les différents labels et leur sérieux on pourra se reporter au site Éco-sapiens et son guide d'achat éthique.

 www.eco-sapiens.com/infos-les-labels.php

La boussole NESO, sans être un label, mérite d'être connue, car elle repose sur un dialogue entre producteur agricole et consommateurs en prenant en compte le naturel (N), l'énergie (E), sociale (S) et l'origine (O). La boussole permet dans la transparence d'évaluer chacun de ces axes. Pour plus de détails

 www.passerelleco.info/article.php?id_article=595

Partager la nourriture produite en commun : les Incroyables Comestibles


Les Incroyables Comestibles se répandent à grande vitesse aux quatre coins du monde. Ces initiatives symboliques et porteuses de convivialité, participent à défendre le droit à une alimentation variée et gratuite pour tous (donc les plus démunis) et sont très simples à réaliser : on plante partout où c'est possible, on arrose et on partage. Des habitants s'approprient des espaces ou installent des bacs pour produire des fruits ou des légumes qui sont ensuite partagés gratuitement en libre-service  www.incredible-edible.info/?p=2051

Au sein du territoire, vous pouvez trouver deux foyers d'Incroyables comestibles.

♣ **Le premier est situé à St Ouen** qui détient avec ses jardins ouvriers et partagés, un grand espace consacré à l'agriculture urbaine. Des ateliers et formations à la culture des semis (ouverts à tous) et à la confection de bacs à jardiner sont régulièrement organisés. Les semis ainsi réalisés seront ensuite plantés dans différents endroits de l'espace public de la ville, pour être accessibles à tous, d'autres seront distribués aux habitants qui le souhaitent, Margaux Servans-Lessieu, est l'animatrice auprès du grand parc.


 incroyablescomestibles.stouen@gmail.com



 www.facebook.com/incroyablescomestiblessaintouen/#

- ♣ **Le second a été initié à L'île-Saint-Denis**, où quelques bacs ont été installés. La dynamique a cependant besoin d'être maintenue, et nécessite pour cela un petit geste de chacun. Parlez-en autour de vous, participez à l'entretien des cultures ou allez discuter avec les porteurs du projet lors des stands qu'ils organisent régulièrement au cours de manifestation diverses.
 www.facebook.com/incroyablescomestibles93450/

Apprendre la cuisine aux jeunes générations... et aux moins jeunes

Beaucoup d'entre nous, jeunes comme moins jeunes, sont conditionnés à manger des plats préparés et savent de moins en moins choisir les fruits et légumes ou cuisiner. L'éducation dès le plus jeune âge est très importante pour donner aux enfants le goût d'aliments variés, et orienter leurs préférences culinaires. Apprendre la cuisine est un moment privilégié à la fois émancipateur et créateur de lien, souvent intergénérationnel, entre les personnes. C'est l'occasion de découvrir la culture d'un pays ou d'une région par le prisme de la gastronomie. La « malbouffe » est le lot de tous, soumis à la publicité et aux rythmes insensés imposés par la flexibilité et l'intensification du travail. Mais rien n'est perdu ! Il est possible à tous âges de transformer ses goûts en découvrant des nouvelles saveurs. Pour remédier à cette perte de la culture de la cuisine, de nombreuses initiatives communales et associatives fleurissent pour proposer des ateliers et cours de cuisine.

Slow Food est une association qui s'oppose aux effets dégradants de la culture fast-food qui standardisent les goûts : elle promeut la consommation délibérée d'une alimentation locale, avec des programmes d'éducation du goût pour les adultes et les enfants, et travaille pour la sauvegarde d'une conscience publique des traditions culinaires.  www.slowfood.fr/

- ♣ **À L'île-Saint-Denis**, le Secours Populaire organise régulièrement des ateliers cuisine.  ilesaintdenis@spf93.org
- ♣ **À Aubervilliers, la maison des pratiques de bien-être et de santé** et le CCAS (Centre Communautaire d'Action Sociale) vous accueillent deux vendredis après-midi par mois lors d'ateliers alimentation. Avant tout destinés aux adultes, ces ateliers sont l'occasion d'échanger sur la nutrition autour de diverses thématiques : traditions, santé, recettes. Vous pourrez aussi prendre part aux séances de cuisines parfois organisées avec l'aide de professionnels. Pour en savoir plus sur la maison des pratiques de bien-être et de santé, la fiche disponible sur le site de la ville d'Aubervilliers.
 www.aubervilliers.fr/Maison-des-pratiques-de-bien-etre-et-de-sante

Sensibiliser les habitants et les enfants aux bonnes pratiques alimentaires.

En plus de préserver notre santé en étant maître de ce que l'on mange, le choix d'une alimentation biologique, produite localement, en réduisant la part de viande, permet de sauvegarder voire de créer de l'emploi rémunérateur. Il est important d'intégrer de bonnes habitudes alimentaires dans l'éducation des plus jeunes, et de partager ces bonnes pratiques avec tous les habitants dès que cela est possible. Pour cela, la restauration collective apparaît comme un moyen efficace. Les enfants découvrent le goût d'aliments frais, parfois nouveaux pour eux et de saison.

- ♣ **À L'Île-Saint-Denis**, 35% des aliments de la restauration municipale sont d'origine biologique. Chaque mois, un repas « saveur du monde » et chaque semaine, un repas végétarien sont servis aux élèves dans les cantines scolaires. L'expérience a d'ailleurs montré qu'en discutant avec les habitants, il est possible de surmonter les appréhensions que chacun peut avoir sur l'alimentation végétarienne.

Réduire au quotidien notre impact sur l'environnement

Réapprendre les éco gestes à la maison

Les rayons de supermarchés débordants ainsi que la publicité nous font souvent oublier que les solutions les plus simples sont souvent les meilleures. Il est facile de trouver des conseils ou des formations pour réapprendre les éco-gestes au quotidien.

100 vidéos pour l'écologie pratique. Guillaume Ruas a réalisé par ses propres moyens, depuis janvier 2015, 100 vidéos pour l'écologie pratique, à raison d'une vidéo par jour. Chacune dure de 1 à 4 minutes. Quelques exemples : remplacer l'eau de Javel, faire son dentifrice, faire sa lessive à la cendre de bois, etc. Ces vidéos constituent une véritable mine d'idées et de pratiques.

 www.youtube.com/channel/UCC6MlhJK-t8MkbQErBV8XKg

- ♣ **Les Fourmis vertes** transmettent depuis plus de 10 ans en Ile-de-France leur savoir auprès d'enfants et d'adultes pour les amener à améliorer l'environnement de l'école à la maison, du quartier à la planète. Des temps de sensibilisation et d'apprentissage sont proposés par le biais d'outils

pédagogiques adaptés aux différents âges, pour une sensibilisation aux éco-gestes à la maison : eau, énergie, déchets, produits ménagers, pollution intérieure, éco-consommation. Quelques ateliers ont été réalisés ponctuellement dans les écoles de L'île-Saint-Denis et à Saint-Denis Un travail régulier avec les écoles pourrait être envisagé afin de transmettre au mieux ces gestes simples, économiques, et écologiques. 🌐 www.fourmisvertes.eu/

- ♣️ **L'association Partenaires pour la ville** organise des ateliers destinés à divers publics et animés par des médiateurs sur ces même éco-gestes. A Saint-Denis, elle a notamment créé un écoappartement au sein duquel vous pourrez découvrir de nombreux éco-gestes lors de démonstrations diverses : économie d'eau et d'énergie, tri sélectif... 🌐 www.ppv93.fr/ www.ppv93.fr/nous-contacter/
- ♣️ Pour lutter contre la précarité énergétique, **l'association dionysienne Shakti 21** (« shakti » signifie « pouvoir » en Hindou) a mis en place des ateliers "éco-gestes" innovants, ludiques et participatifs. L'activité principale, la création et l'utilisation d'outils de cuisson écologiques que chacun ramène ensuite chez soi tend à être élargie à d'autres activités telles que le transfert de savoir-faire et la co-construction d'équipements éco-énergétiques. A travers ces activités leur objectif est de développer la cohésion sociale et la solidarité au sein du territoire, en promouvant une dynamique de développement suivant des modes de production et de consommation responsables. 🌐 www.shakti21.com/


Apprendre à produire et faire par soi-même

Face à une société qui nous pousse à tout acheter, il est gratifiant et émancipateur de retrouver le goût, le temps et le savoir pour produire par soi-même.

L'association Savoir Faire et Découverte propose des stages pratiques destinés à faciliter l'accès aux savoir-faire artisanaux et artistiques écologiquement responsables sur de nombreux thèmes : bricolage, construction, énergies renouvelables, cuisine, fabrication (pain, miel, bière, cidre, charcuterie, tisanes, etc.), jardinage, arboriculture, apiculture, fabrication de produits ménagers, art et artisanat pour la décoration (mosaïque, poterie, cuir, sculpture, encadrement, cannage, osier, fer, étain...), etc. 🌐 www.lesavoirfaire.fr 09 70 80 52 62


- ♣️ **Les compagnons bâtisseurs**, un mouvement associatif d'éducation populaire de rayonnement national a été à l'origine d'une démarche de partage des savoir-faire entre professionnels et habitants. Des formations sont organisées chez les particuliers, afin de les aider et de les former à la réalisation de petits travaux par eux-mêmes (changer une prise, monter une étagère etc.). Ils interviennent à L'île-Saint-Denis, Villetaneuse et La Courneuve. Le principe est simple et pourtant novateur : lorsque vous êtes formés à un type de pratique,

vous vous engagez moralement à former d'autres personnes à votre tour, afin de créer un réseau réellement basé sur l'échange et le partage des savoirs.

 www.compagnonsbatisseurs.org/index.php?lg=fr&id=111

- ♣ **Au PHARES de L'Île-Saint-Denis, l'association Mode Estime** a entrepris une démarche d'aide à la revalorisation de soi et à l'insertion sociale envers les personnes vulnérables par le biais de l'apprentissage de la couture et la création de vêtements. L'artisanat sert ainsi d'outil efficace à la lutte contre les exclusions et sert de motif à une réflexion sur l'image de soi.

 www.socialchange.eu/fr/organisation/mode-estime

- ♣ **À Aubervilliers, la Fripouille** a été créée par l'association Culture, Art, Société comme un lieu de rencontre, d'échange, de partage et de mixité sociale qui vous propose régulièrement des ateliers destinés à des publics variés. L'art et la culture y sont exploités et réinventés dans le but de servir le mieux-vivre ensemble. Des diverses activités sont proposées, ateliers « Do It Yourself », trocs de vêtements, revalorisation de déchets en objets artistiques, le tout pour une somme modique. Boutique : 12 rue Paul Bert, 93300 Aubervilliers  www.cultureartsociete.com www.facebook.com/pages/La-Fripouille-dAubervilliers/231694013599217

Acheter autrement, donner, échanger

Résister aux agressions et aux envoûtements publicitaires

Nous sommes aujourd'hui soumis à d'innombrables incitations marketing. Alors qu'à ses débuts la publicité consistait à faire connaître la réalité d'un produit, les techniques actuelles de marketing sont principalement destinées à jouer sur notre inconscient et à façonner nos désirs. La publicité est devenue « un discours idéologique qui conduit à ne plus voir les réalités de la vie, les dimensions de l'être et les êtres que comme des marchandises qui se produisent et se vendent » (François Brune).

Comment résister ? Nous pouvons être davantage conscient de leur présence (voir plus loin « s'émanciper des médias, c'est possible !). Nous pouvons aussi participer à la résistance qui s'organise.

Participer à RAP (Résistance à l'Agression Publicitaire). a pour objet principal de lutter contre les effets négatifs des activités publicitaires sur l'environnement et les citoyens (gaspillage des ressources, pollution paysagère et du cadre de vie, déchets, bruit) et sur la société (développement de la surconsommation, inégalités, obésité, violence...).  antipub.org/spip.php?article2 ou 01 43 66 02 04

Limiter les messages reçus

Nous pouvons aussi limiter le nombre de messages publicitaires que nous recevons.


Apposer un autocollant stop pub sur sa boîte aux lettres. Vous pouvez télécharger la planche stop pub sur le site officiel du gouvernement!

 www.developpement-durable.gouv.fr/Stop-pub-moins-de-prospectus-dans.html

Bloquer les fenêtres publicitaires. Aujourd'hui, la majeure partie des publicités passe par Internet, avec l'ouverture permanente et intempestive de fenêtres publicitaires quand vous allez sur Internet. Ces publicités peuvent s'ouvrir automatiquement grâce à des cookies ou des pop-up, qui s'installent via les messages, les programmes, ou la consultation des sites. Il est possible de refuser les cookies (voir « options Internet - confidentialité ») et de désactiver les pop-up en utilisant une extension bloquant les publicités. Il est également possible d'analyser votre ordinateur avec un petit logiciel gratuit, comme par exemple Malwarebytes Anti-Malware pour éliminer les pop-up installés. Il existe aussi des logiciels plus perfectionnés de blocage des publicités.

Acheter recyclé ou d'occasion

Avant d'acheter des produits neufs (mobilier, électroménager, équipement multimédia, vaisselle, luminaires, vélos) il est possible de trouver des équivalents en bon état recyclés ou d'occasion. De plus, ces réseaux valorisent le plus souvent des actions d'insertion sociale parmi leurs salariés ou leurs partenaires. Nous connaissons tous les circuits « classiques » d'achats d'occasion (braderies et vide grenier) qui sont les plus développés. En plus de limiter les déchets en initiant l'économie circulaire au sein de la ville, ces événements sont le moyen efficace de renforcer les liens entre habitants au cours d'initiatives conviviales et joyeuses.

N'hésitez pas à vous rendre sur  vide-maisons.org/Ile-de-France pour connaître les dates des événements organisés près de chez vous.

Les communautés d'Emmaüs comptent une cinquantaine de lieux de collecte et de vente d'objets en Île-de-France, dont la vente permet d'employer et de faire vivre des compagnons. Pour connaître la communauté la plus proche :




 www.emmaus-idf.org/

Cadeaux verts et solidaires

On peut parfois faire davantage plaisir avec **un objet qu'on a réalisé par soi-même** qu'avec un objet acheté. La personne sera sensible au temps passé, à la créativité et aux savoirs faire mobilisés ainsi qu'au caractère personnel et unique du cadeau. **Il est possible d'offrir des cadeaux « immatériels »** dont l'impact environnemental est très faible, voire nul, et qui peuvent avoir une dimension écologique, culturelle et sociale, tels que graines et semences, places de théâtre, de concert, places de cinéma ou cartes d'abonnement, entrées pour des expositions, abonnement à un journal, séance de massage, sauna, etc., repas dans un restaurant bio et/ou solidaire, billets de train, nuit dans un lieu insolite (yourte, cabane, roulotte, etc.), nuit dans le réseau d'*Accueil paysan* ; inscription à un stage, « Bon pour » un service à rendre, une initiation à un savoir ou à un savoir-faire, etc.

Pour des idées  www.foiresavoirfaire.org/spip.php?article142

Pour acheter des cadeaux artisanaux « solidaires » auprès d'artisans locaux ou dans des boutiques de commerce équitable.

- ♣ Liste des boutiques de commerce équitable membres de Minga pour l'activité « Artisanat » sur  www.minga.net 01 48 09 92 53
- ♣ **À Saint-Denis l'association Franciade** constitue une initiative originale qui a pour volonté de valoriser le patrimoine historique de la ville en commercialisant des objets actuels créés par des artistes locaux s'inspirant de monuments locaux.
 www.franciade.fr/index.php?s=2&l=fr&t=franciade3&js=no&cache=1&a=inItArticle&art=7
- ♣ **La coopérative ANDINES, créée en 1987**, vous reçoit dans son local à **Saint-Denis**. Dans cette boutique, acteur historique du territoire, vous pourrez trouver des produits artisanaux et alimentaires issus du commerce équitable, et ce en toute transparence. Plus d'info sur  www.andines.com/
- ♣ Chaque année, **la Foire des savoirs faire de Saint-Denis** regroupe des artisans ayant la volonté de développer et de mettre à l'honneur l'économie sociale et solidaire et la culture par le biais de l'artisanat. Au programme un pôle de restauration avec des produits du terroir, des animations et la présentation des bonnes initiatives du territoire autour d'ateliers participatifs et expositions. Retrouvez cette foire une fois par an dans diverses villes du territoire : Saint Denis, mais aussi Aubervilliers, Pierrefitte. D'autres sont en cours d'élaboration. Pour en savoir plus  www.foiresavoirfaire.com/

Devenir acteur de sa propre santé

La santé n'est seulement l'absence de maladies ou d'infirmité, mais un état de bien-être, physique, mental ou social. Cette définition de l'Organisation Mondiale de la santé (OMS), recouvre des informations collectives (sanitaires, culturelles, psycho-sociales) ou individuelles. L'accès à la santé et son maintien sont considérés comme un droit humain fondamental qu'il convient de défendre, y compris pour les générations futures.

L'essor de la médecine basée sur la méthode expérimentale a permis depuis le XVII^e siècle des progrès spectaculaires sur l'espérance de vie et la santé publique. Parallèlement, dans les pays qui ont mis en place de tels systèmes de santé, on observe une augmentation de la fréquence de maladies peu présentes auparavant, surtout liées à l'augmentation de l'espérance de vie : maladies chroniques (diabète de type 2, ...), affections de longue durée, notamment les cancers et les maladies respiratoires, maladies de la sénescence (Alzheimer, Parkinson,...). Selon l'OMS cette épidémie est qualifiée de « principal défi pour le développement durable en ce début de XXI^e siècle ».


De nombreuses études scientifiques montrent que cette épidémie serait fortement accentuée par les quelques 100 000 molécules chimiques qui ont envahi notre environnement : alimentation, air, eau, omniprésence des produits dérivés du pétrole, et par certaines conditions de vie : rythmes de vie trépidants, souffrance au travail, stress, solitude, etc. Ces régressions nous sont en partie imposées par un système économique qui poursuit une logique de concurrence de tous contre tous et de marché dans tous les domaines, y compris la santé. Ce sont parfois les mêmes entreprises qui fabriquent les polluants et les médicaments pour soigner les maladies qu'ils induisent.

Chacun de nous peut faire des choix personnels pour sa propre santé, même si ces questions renvoient bien évidemment aussi à des choix de santé publique et à un grand nombre de luttes plus larges (contre la pollution, les pesticides, les OGM, etc.) évoquées plus loin. On peut aussi lutter contre l'utilisation abusive de certains produits (pesticides) ou la promotion de comportements à risques (publicité sur la malbouffe).

Comment chacun de nous peut-il au mieux prendre en charge sa santé et son bien-être, dans la situation où il se trouve ?

Réagir à la pollution de l'air

En France, les pics de pollution ont tendance à se multiplier (particules fines dans les grandes villes, pesticides dans les régions agricoles...), mais la pollution diffuse, elle, est permanente. Comment réagir à cette situation ?

S'informer sur la qualité de l'air (épisodes de pollution, types de polluants, concentration dans l'air). Airparif est une association chargée de la surveillance de la qualité de l'air en région Île-de-France  www.airparif.asso.fr/

- ♣ **En cas de pic de pollution**, le Conseil Départemental de Seine-Saint-Denis met à votre disposition divers conseils à adopter : éviter l'usage des solvants de peinture qui augmentent la sensibilité à la pollution, éviter les actions physiques extérieures intenses, mais surtout prendre plus que jamais les transports en commun, respecter effectivement les réductions de vitesse et reporter les déplacements urgents. Retrouvez-les


 www.seine-saint-denis.fr/Quelques-gestes-simples-pour-un.html

Veiller à la **qualité de l'air intérieur des maisons**, souvent beaucoup plus pollué encore que l'air extérieur (même au bord du périphérique). Les sources de pollution sont multiples : tabac, germes et moisissures, produits ménagers, bougies parfumées, peintures et matériaux dégageant des produits volatils, etc.

Le guide de la pollution de l'air intérieur fournit un panorama complet et donne des conseils utiles.  www.developpement-durable.gouv.fr/IMG/pdf/DGALN_Guide_Pollution_Air_interieur_0409.pdf

S'informer sur l'effet des pesticides et des OGM sur notre santé

Les produits phytosanitaires tuent. Les engrais de synthèse, les pesticides, les antibiotiques alimentaires, l'irradiation, utilisés sans discernement, conduisent à la pollution de l'eau à la dégradation de notre environnement et de notre santé, menaçant ainsi grandement le droit des générations futures à vivre dans un environnement sain. Les maladies professionnelles des paysans se multiplient, après 40 ans de pratiques agricoles polluantes. Les pesticides et les nitrates utilisés dans ces activités se retrouvent ensuite dans nos assiettes et dans notre corps.

Génération futures a pour objet d'agir sur les conséquences négatives des produits classiques phytosanitaires et des engrais de synthèse, des OGM, de l'irradiation, des substances chimiques, des pesticides, par tous les moyens légaux, pour la défense de l'environnement et de la santé. Pour rejoindre le Mouvement pour les droits et le respect des générations futures (MDRGF)  www.generations-futures.fr/

Même si les OGM sont interdits en France pour la production agricole, l'absence de traçabilité suffisante conduit les consommateurs à en absorber malgré eux notamment lorsqu'ils mangent des produits animaux ou industriels étrangers. La Commission européenne mène une guerre permanente pour vider de son sens les règles édictées en ajustant les normes, au nom de la liberté des entreprises et sous la pression des lobbies. C'est notamment ce que font craindre les traités transatlantiques TAFTA et CETA, dont la logique ultralibérale conduirait à une déréglementation généralisée (voir plus loin).

- ♣ **À L'Île-Saint-Denis, l'association « Les femmes de L'Île »**, propose des séances de sensibilisation autour du cancer du sein au sein de la Maison des Initiatives et de la Citoyenneté. C'est l'occasion d'un co-apprentissage autour d'un danger actuel, d'échanger sur ses craintes, ses interrogations voir son expérience autour de la maladie. 🌐 femme_delile@yahoo.com ou lorette.dorgans@gmail.com

Limiter l'effet des ondes électromagnétiques

Les ondes électromagnétiques émises par nos appareils d'usage quotidien (radio, micro-ondes, téléphones portables, système Wifi, télécommandes, antennes relais) sont présentes partout et ne sont pas sans dangers. En 2011, l'Organisation Mondiale de la Santé a classé les radiofréquences comme « peut-être cancérigènes » et propose un récapitulatif des questions sanitaires que soulève la multiplication de ces ondes.

Que faire ? Utiliser des kits mains libres, débrancher dès que possible box et téléphones, notamment la nuit. Non seulement pour les économies d'énergie, mais aussi et surtout pour se protéger des émissions constantes de ces ondes jugées nocives à long terme. Ne pas mettre son téléphone portable sous son oreiller pour dormir ou continuellement l'avoir dans ses poches de pantalon.

Robin des Toits, association nationale pour la sécurité sanitaire dans les technologies sans fil, propose beaucoup d'études et de conseils sur son site.

🌐 www.robindestoits.org/

Participer à un groupe de parole sur la santé

Il est possible de participer à un groupe de parole ou de le susciter, en s'inspirant d'expériences qui ont fait leurs preuves dans la durée :

Le collectif « Choisis ta santé » à Beauvais, réunit depuis 2005 une dizaine de personnes pour réfléchir sur une manière plus responsable de se soigner en

développant un art de vivre. Le groupe recueille un maximum d'informations sur le corps, ses dysfonctionnements et ses maladies pour mieux le comprendre, afin que chacun devienne acteur de sa propre santé. Le groupe se renouvelle régulièrement. Les thèmes sont choisis collectivement, une personne ressource vient répondre aux questions, à tout moment il est possible d'intervenir.

Participer à un réseau

Plusieurs réseaux permettent de participer à la veille institutionnelle et le cas échéant d'agir collectivement :

Le Réseau Environnement Santé s'est créé pour mettre les questions d'environnement et de santé au cœur des politiques publiques et promouvoir le droit à une information indépendante sur ces sujets, mais aussi pour permettre à chacun de devenir citoyen de sa propre santé. 🌐 www.reseau-environnement-sante.fr/

Développer la prévention personnelle et collective

Il est possible de prévenir l'apparition d'un grand nombre de troubles ou d'atténuer leurs effets, pour soi ou son entourage, en adoptant quelques principes simples : avoir une alimentation équilibrée, éviter l'exposition à certaines substances nocives (alcool, tabac, drogues, composés organiques volatils si possible), avoir une activité physique adaptée à notre mode de vie et échanger sur ces pratiques avec ses proches.

Pourtant, il existe encore un véritable déficit de prévention face à la toxicité de nombreux produits et substances et aux modes de vie qui nous sont imposés. Des organisations peuvent vous aider dans un travail de prévention personnelle et collective par le biais d'une meilleure information.

La revue « Les Périphériques vous parlent » et Roger Lenglet, philosophe et journaliste, développent une initiative « Protégeons notre santé, bien commun » à laquelle il est possible de se référer. Cette campagne vidéo est relayée par Adéquations 🌐 www.aдекватions.org/spip.php?article2241 dont l'un des spots « votre bébé en milieu toxique », illustre les risques domestiques ordinaires menaçant les jeunes enfants et les nourrissons.

Manger sans excès, faire confiance à son corps

Dans la plupart des situations normales de la vie, notre corps est fait pour transformer les aliments en nutriments qui nous seront utiles. Hors

certaines pathologies (maladie de Crohn...) ou de situations particulières (convalescence, sport de haut niveau, gestation...), notre corps et son système immunitaire fonctionnent plutôt bien. Mais chacun étant unique, il faut avant tout être à l'écoute de soi-même, pour détecter lorsque notre corps réagit mal ou n'est pas capable de gérer un apport particulier. Quelques principes nutritionnels simples aident à garder le meilleur fonctionnement possible des systèmes complexes de notre bonne santé. Manger des produits frais, éviter la nourriture pré-transformée ou encore, adapter son apport calorique à son activité physique sans chocs dans un sens ou dans l'autre. En effet, l'apport calorique global inadapté est seul responsable du surpoids comme du sous-poids.

Promouvoir une expérience locale de santé communautaire

La santé communautaire est une autre approche beaucoup plus globale de la santé qu'elle définit comme le bien-être de tous. De multiples expériences, en France et dans le monde, associent dans une même démarche de santé publique la population, les soignants et les responsables politiques pour promouvoir des formes d'organisation des services de santé. Elles prouvent qu'on peut soigner autrement, sans ordonnances à rallonge et sans consultations à la chaîne. Avec un leitmotiv : si la santé est déterminée par l'environnement social, alors l'accès aux droits sociaux est aussi important que le soin. La priorité est de répondre aux besoins de la population, avec elle : réflexion partagée sur les priorités et la mise en place de services co-construits, évaluation commune des activités. Le développement et la survie de ces expériences, qui sont menacées, constituent un combat politique de première importance.

- ♣ **Au Franc-Moisin, à Saint-Denis, la Place Santé** regroupe une offre de soins, des ateliers d'éducation à la santé (café santé, ateliers cuisine, ateliers thérapeutiques, etc.) animés par des médiatrices santé en fonction des demandes des habitants. L'association fonctionne en réseau avec les autres associations de la ville. Cependant l'avenir de la Place Santé est très fragile, du fait de la précarité des financements et de l'écart grandissant entre ses orientations et celles de l'Agence Régionale de Santé. Jusqu'ici, la forte implication de la population et des soignants a permis de maintenir cette démarche, n'hésitez pas à les soutenir. 🌐 acsbe.asso.fr/

Aider à promouvoir une information indépendante

Des collectifs sont créés pour favoriser une information dégagée de toute influence d'organismes pouvant avoir d'autres finalités que le seul intérêt des patients.

Le collectif Formindep, lancé en mars 2004, regroupe des professionnels de santé, des patients et des citoyens soucieux de favoriser une formation professionnelle et une information indépendantes auprès du public. L'association, financée par les adhésions et les dons, a des moyens très limités et ses activités reposent sur le bénévolat. L'adhésion ouvre droit à l'inscription sur une liste de discussion qui regroupe plus de 200 membres. Le collectif a déclenché plusieurs actions : recours contre les recommandations de la Haute Autorité de Santé, affaire Tamiflu, lutte pour la transparence de l'information, contre les conflits d'intérêts. Chacun peut contribuer à ce travail essentiel. 🌐 www.formindep.org/Mais-qu-est-ce-que-le-Formindep.html


S'informer, mais comment ?

Un certain nombre de sources permettent de se faire progressivement un avis sur divers sujets. Certaines développent une autre manière de concevoir la médecine, une autre organisation de la santé, tournée vers des relations horizontales entre patients et soignants citoyens et non pas hiérarchiques. D'autres sont délibérément tournées vers les médecines alternatives, avec de très nombreuses écoles. Voici un échantillon de sources parfois contradictoires. Mais de la discussion jaillit la lumière.

« **Notre poison quotidien** », pour comprendre la logique d'ensemble de cette face cachée du progrès. Enquête et film de Marie Monique Robin (2013) et le livre éponyme (éditions la Découverte).

La revue Pratiques (les cahiers de la médecine utopique) est éditée par le Syndicat de la médecine générale, qui regroupe des médecins et des soignants soucieux à la fois d'instaurer une relation d'écoute, de dialogue et de services et de prendre en compte la dimension écologique et sociale de la santé. Une revue remarquable en termes de qualité de la réflexion et de témoignages de soignants soumis à de multiples contradictions. Le dernier numéro : « Ces maladies que l'on pourrait éviter ». 🌐 <http://pratiques.fr/>

Le Pharmachien.com : un site québécois qui encourage les gens à développer leur sens critique et à faire de meilleurs choix en matière de santé en : 1- rendant la science vivante, accessible et intéressante ; 2- Mettant fin aux mythes scientifiques et médicaux, de façon diplomatique ou non : 🌐 www.lepharmachien.com. À savoir, le parti-pris de l'auteur est clairement sceptique et humoristique.

Collaboration Cochrane, revue impartiale, autonome financièrement, de ce qui marche ou pas dans les soins. 28 000 contributeurs bénévoles dans le monde entier, tous dans le milieu de la médecine ou de la recherche sur la santé, passent en revue les derniers résultats sur les soins et les traitements au sens large. On peut s'abonner à différentes lettres (gratuit) ou voir les travaux produits sur :  www.france.cochrane.org Le parti-pris de la Collaboration Cochrane est nettement en faveur de l'administration de la preuve par la méthode scientifique.

Alertes santé est publié par l'Institut pour la protection de la santé naturelle, créée en 2011 pour protester contre la directive européenne restreignant la liberté de commercialisation des plantes médicinales. L'ISPN effectue un travail de veille, d'information et de défense de la médecine naturelle.


 www.ipns.eu/qui-sommes-nous/

Cultiver autrement, jardins solidaires

Développer l'écologie urbaine en revégétalisant nos villes est un pas essentiel vers un monde plus soutenable. Espace de fraîcheur lors de fortes chaleurs, zone tampon absorbant les eaux de pluie, ou simplement endroit agréable où se promener seul ou en famille, les bienfaits sont divers. Les cultiver c'est aussi faire un pas en avant vers l'autonomie alimentaire, tout en étant maître de la qualité des produits.

Des jardins collectifs, source de convivialité et de pédagogie sociale

Les activités de plein air permettent de **créer des liens** entre les personnes, les générations, les cultures et de se réapproprier ces espaces pour responsabiliser chacun (jeunes, familles) à l'importance de la préservation des espaces naturels. Partout en France, on voit se multiplier au cœur des villes et en milieu rural des actions de mise en valeur de terrains en friche ou de terrains communaux en des espaces verts collectifs sur des parcelles plus ou moins étendues. Cette approche est essentielle pour réinventer une société sur de nouvelles bases.

- ♣ Le projet « **Si t'es jardin** » lancé par le Comité National de Liaison des Régies de Quartier (CNLRQ) vise à encourager les régies de quartier dans leur développement de jardins solidaires. Un guide décrivant l'expérience de deux jardins solidaires : le jardin de la Régie EUREQUA de Lyon et celui de la Régie C2S Services de Vierzon a d'ailleurs été publié en 2013. Il décrit les étapes à suivre de la définition du projet de jardin à sa mise en œuvre.  www.regiedequartier.org/chantiers/si-tes-jardin/

Jardins partagés en pied d'immeuble ou en centre-ville

Pour répondre aux besoins exprimés par leur communauté, de plus en plus d'habitants investissent des terrains au pied de logements collectifs ou en centre-ville pour les transformer en jardins potagers ouverts sur leur quartier, en mettant souvent les fruits et les légumes à la disposition des habitants. Les effets sont multiples : on tisse des liens avec ses voisins, on améliore son cadre de vie et on gagne en autonomie alimentaire.

- ♣ **Au pied du RER B, à Saint-Denis**, un poulailler associatif et participatif a vu le jour en septembre 2014 au sein d'un jardin partagé géré par un collectif d'habitants. Pour une cotisation de 9 euros par an, ainsi qu'une participation à l'entretien du poulailler, vous recevrez 6 œufs par semaine, et la possibilité de revaloriser vos déchets alimentaires.
- ♣ **La ville d'Aubervilliers** met en place une politique de redéveloppement des jardins partagés et de nombreux projets sont en cours.
- ♣ **Les Petits Prés Verts** est une association créée en janvier 2009 ayant pour vocation de créer et entretenir un ou plusieurs jardins partagés (potagers, floraux ou fruitiers), et d'organiser des échanges culturels destinés aux habitants du quartier Villette de la ville.
[📧 lppv@laposte.net](mailto:lpv@laposte.net) lespetitspresverts93300.blogspot.fr/
- ♣ **Dans le Square Stalingrad** vous pourrez trouver **les Bois de Senteur** en centre-ville, un jardin composé de 26 parcelles individuelles et une collective sur une surface de 400 m. Vous avez mal au dos ? Deux bacs surélevés vous permettent de jardiner debout. On y trouve aussi une vigne et deux oliviers.
[📧 lesboisdesenteurs@laposte.net](mailto:lesboisdesenteurs@laposte.net)
- ♣ **À L'Île-Saint-Denis, les Jardins du curé** ont été réhabilités en jardins partagés par l'association Les amis du jardin du curé (2008). Ils promeuvent notamment le développement de la biodiversité, mais aussi la pédagogie et la convivialité. Parmi eux : le Jardin du figuier : jardins partagés en bordure de Seine créé par l'association.
[📧 www.facebook.com/initiativesconstruites/.eric-beraudy@laposte.net](https://www.facebook.com/initiativesconstruites/.eric-beraudy@laposte.net)
- ♣ **A Epinay-sur-Seine**, dans le cadre de l'agenda 21 de la ville, des jardins familiaux ont été aménagés et confiés à une association créée pour l'occasion. Les 30 parcelles sont entretenues dans une volonté de préserver l'environnement : optimisation des ressources, paillage...
[📧 www.epinay-sur-seine.fr/jardins_familiaux.html](http://www.epinay-sur-seine.fr/jardins_familiaux.html)
- ♣ **Les jardins de Guinot ont vu le jour en 2013 à St Ouen** à l'initiative de la SAUGE (Société d'Agriculture Urbaine Engagée) dans l'enceinte d'une cour désaffectée et constitue une véritable oasis dans un quartier dépourvu d'espaces verts. Cet espace conçu, entretenu et cultivé collectivement, est ouvert au public régulièrement à l'occasion de l'organisation d'événements et d'animations culturels (concerts) pratiques (ateliers semis, bricolages).

 www.lasaugue.fr/ www.jardinons-ensemble.org/spip.php?article2175

- ♣ **L'association Clinamen, multipliant les lieux de pâture et d'agriculture dans différentes villes de Plaine Commune**, vise depuis 2012 à dynamiser les territoires urbains par le biais des pratiques paysannes. Elle a notamment installé une bergerie à Villetaneuse, une autre est en cours au sein du Parc Georges Valbon à La Courneuve, l'association expérimente la culture d'anciennes variétés de vignes sur des terres labourées à cheval ... Les enfants et les adultes des quartiers concernés peuvent s'impliquer dans les diverses activités (semis et plantations, désherbage, cueillette, tonte des moutons ...).

 www.association-clinamen.fr/ clinamencd@gmail.com


Choisir et entretenir ses arbres, contribuer à replanter des haies

Dans le même esprit il est possible de préserver l'environnement à travers ses choix de plantation et d'entretien d'arbres et arbustes locaux, d'aménagement des jardins et des espaces, etc.

- ♣ **À L'île-Saint-Denis**, les habitants sont impliqués dans le choix et la gestion des arbres urbains. Un élagage doux chaque année et plus important tous les trois ans ont été mis en place pour préserver la santé des arbres. Le territoire de Plaine Commune fournit aux volontaires des semences, s'ils s'engagent à entretenir les pieds d'arbres près de chez eux. Ce travail s'inscrit dans une démarche « zéro phytosanitaire » et permet à tous les habitants volontaires d'être acteurs de leur territoire le plus proche.

Des pratiques jardinières plus écologiques

Adopter des méthodes plus écologiques pour la culture et l'entretien de son jardin est un premier pas non négligeable vers la soutenabilité. Les jardins familiaux constituent en ville la première source de pollution par les pesticides, du fait de produits phytosanitaires concentrés et surdosés par les jardiniers amateurs.

La Semaine des alternatives aux pesticides, organisée par l'ACAP (Action Citoyenne pour une Alternative aux Pesticides) allie échanges, ateliers pratiques et visites.  www.semaine-sans-pesticides.com/

si Les trocs aux plantes, permettent à toutes les personnes d'échanger leurs végétaux, au niveau d'une commune ou d'un quartier, voire même directement sur internet. Peu important les plantes échangées, ce sont de formidables rencontres, riches de partage et d'échanges.

Le calendrier **des trocs aux plantes**  troc-aux-plantes.com/

Echange gratuit de graines et plantes (15 000 listes) :

 www.graines-et-plantes.com/index.php?echange=graines-et-plantes

Réduire son empreinte écologique, économiser l'énergie

Miser sur les énergies renouvelables, c'est aussi avantageux

L'Agence Internationale des Energies Renouvelables (IRENA) a récemment publié un rapport démontrant que le choix des énergies renouvelables par rapport aux sources fossiles et au nucléaire est non seulement bénéfique en termes de santé et d'environnement, mais aussi que **cela devient avantageux économiquement, et ce malgré la baisse des coûts du pétrole**. Au-delà, **les économies générées en doublant la part mondiale des renouvelables d'ici 2030 sont 4 à 15 fois supérieures aux coûts**. Cela est dû à la fois à l'amélioration des technologies de production et aux faibles coûts d'exploitation. Contrairement au nucléaire dont le coût ne fait qu'augmenter (en particulier les derniers EPR), celui des énergies renouvelables ne cesse de baisser.

- ♣ **À L'Île-Saint-Denis, tous les bâtiments municipaux sont alimentés en énergie renouvelable** dont 35 % sont fournis par la coopérative Enercoop. En plus de cela, dans le cadre de la réhabilitation d'immeubles, un office HLM a fait construire le « gratte-soleil », un mur solaire vertical de 250m² rue Lénine, sur la façade d'un immeuble social, qui permet d'alimenter en électricité les parties communes du bâtiment. La commune a également engagé la production d'énergie renouvelable à partir de panneaux solaires. Ces derniers fournissent 120 MWh (Mégawatt heure) chaque année.

Réduire son empreinte écologique

Pour évaluer la pression exercée par l'homme sur la nature, un outil appelé **indicateur d'empreinte écologique** permet d'évaluer la surface (de forêt, de pâture, de terre cultivée, de sol) nécessaire pour produire les ressources utilisées et absorber les déchets générés par une population donnée. Différents sites proposent de calculer son empreinte écologique à travers une série de critères.

L'important n'est pas le chiffre final auquel on parvient, mais **la prise de conscience** des facteurs qui traduisent la pression que nous exerçons sur la nature. C'est pourquoi nous conseillons de prolonger ce calcul par des échanges et un travail de groupe, afin de savoir comment chacun peut réduire son empreinte écologique.

MIC-MAC (Mon Impact Carbone, Mes Actions Concrètes) vous permet de faire votre bilan carbone directement en ligne à l'aide d'un tableau Excel.

🌐 www.taca.asso.fr/150+mon-impact-carbone.html

GlobalCalculator montre comment nous contribuons à la réalisation ou à l'échec de l'objectif des 2° C par nos choix individuels et collectifs. Il se présente sous forme d'un tableau de bord très simple réunissant différents critères : styles de vie en matière de transport, de bâtiments et d'alimentation, choix énergétiques, industriels et agricoles. 🌐 www.globalcalculator.org/ (en anglais).

♣️ **L'ALEC (Agence Locale de l'Energie et du Climat) de Plaine Commune** fournit auprès des habitants et des entreprises, des informations, conseils et outils précieux en matière de climat et d'économies d'énergie. Ils accompagnent également toute personne souhaitant rénover thermiquement leur bâti. Plus d'info sur 🌐 <http://www.alec-plaineco.org/lalec/>

Devenir producteur de NégaWatts

Produire des « NégaWatts » c'est rompre avec nos (mauvaises) habitudes en préférant la sobriété énergétique au gaspillage. C'est rechercher, par le biais de l'efficacité la meilleure utilisation possible de l'énergie, plutôt que de continuer d'en consommer toujours plus. C'est aussi préférer les énergies renouvelables aux énergies fossiles. Loin d'un « retour à la bougie », cette démarche vise à faire la chasse aux watts inutiles grâce à une utilisation plus efficace de l'énergie et à un recours judicieux aux énergies renouvelables. Par exemple, en milieu urbain, a-t-on besoin d'un véhicule de 1200 kg pour transporter une personne de 80 kg sur 5 km, à une moyenne de 25 km/h ? Ce même véhicule étant également capable de transporter 5 personnes sur 800 km à 130 km/h, ne faudrait-il pas utiliser de nouveaux modes de transport en ville plus adaptés ?

En savoir plus sur NégaWatt 🌐 www.negawatt.org/la-demarche-negawatt-p33.html

Pour limiter la consommation des équipements de la maison, l'ADEME a publié une série de conseils judicieux.

🌐 www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-reduire-facture-electricite.pdf

Familles à énergie positive

Le défi "Familles à énergie positive" réunit des équipes de volontaires, qui, guidés par un capitaine, font le pari de réduire d'au moins 8% (objectif du protocole de Kyoto) leurs consommations d'énergie et d'eau, particulièrement durant l'hiver, en appliquant des éco-gestes simples.

Depuis 2008, plus de 30 000 comptes ont été créés sur le site Prioriterre pour: 12% d'économies en moyenne sur les consommations énergétiques, soit environ 200€ par an, par foyer, sans investissement financier seulement en changeant quelques habitudes, ainsi qu'une économie d'eau de 13% en moyenne, le tout ayant permis d'éviter l'émission de 1400t de Co2.

Projet européen au départ, **le défi est porté en France par l'association Prioriterre.**

🌐 www.prioriterre.org/ À trois reprises, les participants sont invités à un moment ludique, festif et éducatif où petits et grands viennent tester et approfondir leurs connaissances sur l'énergie, échanger leurs astuces et découvrir les résultats des équipes. Les défis sont référencés par région, Pour vous inscrire, constituer une équipe, trouver les défis proches de chez vous ou devenir capitaine, rendez-vous sur le site 🌐 www.familles-a-energie-positive.fr/fr/objectifs-du-defi-8000.html

Des agendas 21 familiaux , scolaires ou citoyens

Des démarches d'agendas 21 familiaux ou citoyens, portant sur l'ensemble des pratiques, a été entreprise en divers lieux inspirés des agendas 21 d'un territoire. Elle montre que l'implication de tous les membres de la famille, et notamment des enfants, constitue un puissant facteur de transformation des comportements et des pratiques.


Au sein de Plaine Commune, certains établissements scolaires ont entamé une démarche d'action pour le développement durable avec la mise en place d'agendas 21 scolaires. Celle-ci vise à intégrer pleinement les valeurs de la transition et de développement durable dans l'éducation des enfants, qui sont acteurs à part entière du projet

- ♣ Mieux comprendre les **agendas 21 scolaires** et construire les vôtres
🌐 <http://www.agenda21france.org/agenda-21-scolaires/pour-agir/outils/autres.html>
- ♣ **Un éco-parlement est organisé depuis 2007 par la ville de Saint-Denis** auprès de ses écoles, chaque année sur une thématique environnementale spécifique. Avec une éducatrice environnement, les élèves réalisent un projet présenté lors d'une rencontre inter-école en fin d'année. Pour en savoir plus
🌐 <http://ville-saint-denis.fr/%C3%A9co-parlement-des-%C3%A9coliers>

Changer de fournisseur d'électricité ?

Fini le temps du monopole d'EDF et de Gaz de France, l'ouverture à la concurrence a tout chamboulé, on peut désormais choisir son fournisseur d'énergie. Les tarifs réglementés fixés par les pouvoirs publics cohabitent avec des prix de marché librement fixés par chaque fournisseur d'énergie.


Les formules « 100 % d'énergie verte » sont proposés par presque tous les fournisseurs d'électricité, parfois au prix fort. Or il s'agit d'électricité produite par les centrales hydroélectriques depuis plusieurs décennies, à un coût pourtant aujourd'hui très compétitif.

Enercoop est le seul fournisseur à s'approvisionner à 100 % auprès de producteurs de petites installations d'énergies renouvelables.  www.enercoop.fr/

Lever le pied sur notre utilisation du net

Les technologies d'information et de communication contribuent à hauteur de 2 à 10 % aux émissions européennes de gaz à effet de serre (data centers, besoins en métaux rares pour nouveaux ordinateurs...) et ce chiffre devrait doubler d'ici 2020. Selon une étude de l'ADEME, reprise par Le Monde, l'envoi d'un mail avec une pièce jointe de 1Mo a une empreinte carbone de 19 g (7,5 g équivalent fer). À cela s'ajoute l'impression des messages et la dépense liée aux témoins et à la veille des appareils. Les téléphones mobiles, tablettes, télévisions connectées ne sont pas en reste. Il est donc essentiel de limiter le nombre de destinataires, le nombre de messages, de débrancher les appareils, de se débrancher tout court...

Pour gérer un site web plus respectueux de l'environnement

 ecologie.blog.lemonde.fr/2010/02/19/comment-lever-le-pied-sur-le-net/


Il existe même une boîte mail écologique qui protège également vos données !

 www.newmanity.com/

Éteindre les veilleuses !

De nombreux équipements consomment de l'électricité alors qu'on pense qu'ils sont éteints. Sur une année, selon les données de Suisse énergie, la majorité de la consommation d'électricité d'un poste standard est engendrée alors que les appareils ne sont pas utilisés (mode veille, routeur, scanners ou imprimantes non éteints pendant le week-end).

Installer un coupe-veille est la solution la plus efficace.

 www.ecowizz.net/articles/2011/01/tout-sauf-laisser-ses-appareils-en-veille-pour-reduire-sa-consommation-d-electricite-et-economiser-l-energie/


Se déplacer autrement

Pratiquer l'éco conduite

L'éco conduite désigne un ensemble de diverses pratiques permettant de diminuer sa **consommation de carburant (généralement entre 20 à 40 %)**. Vous pouvez par exemple rouler à vitesse régulière sans accélérations intempestives, rester au régime moteur, anticiper le freinage, avoir des pneus correctement gonflés, pratiquer le « Stop & Start » en coupant le moteur à l'arrêt, lâcher la pédale d'accélérateur dans les descentes). À noter que la climatisation augmente de 30 % la consommation en milieu urbain tandis qu'un entretien régulier du véhicule peut réduire jusqu'à 20 % la pollution et faire économiser 10 % de carburant (changer le filtre à air et régler l'allumage).

Vivre sans voiture

Il existe des alternatives à l'achat d'une voiture individuelle, pratiquées par de plus en plus de citoyens (pour des raisons écologiques, mais aussi économiques), principalement des citadins mais aussi quelques familles rurales. Il est moins coûteux et bien moins polluant de prendre occasionnellement un taxi, utiliser de temps en temps une **voiture de location**, voire de **partager une voiture à plusieurs**. **Sur les petites distances, les modes de transport actif** (marche à pied, vélo, roller, etc.) permettent de réduire les émissions nocives et d'économiser de l'argent (le premier kilomètre motorisé pollue quatre fois plus que les autres et consomme 80 % de plus qu'une fois le moteur chaud).

- ♣ La carte interactive des itinéraires cyclables de Plaine Commune :  www.plainecommune.fr/au-quotidien/se-deplacer/a-velo/#.V3OQ3DWOHhY

Le covoiturage

Sur les longs trajets, pour voyager en ville, mais aussi dans les régions rurales où il y a peu de transports collectifs réguliers, **le covoiturage** est un moyen pratique et efficace de réduire ses dépenses, sa consommation de carburant fossile et de rencontrer de nouvelles personnes. Cependant, de nouveaux services marchands qui enrichissent l'intermédiaire se développent à l'échelle internationale. Nous avons fait le choix de ne pas

relayer les informations concernant les sites payants, qui prennent leur marge au passage. Nous privilégions le covoiturage solidaire, sous forme d'échange de dons, avec partage des frais.

Il constitue une alternative efficace et nécessaire au phénomène d'ubérisation (mise en relation directe d'un client avec un travailleur « indépendant » via une plateforme web détenue par une start-up). Sous couvert de flexibilité et d'indépendance se cache un travail salarial précaire et à prix sacrifiés : absence de protection sociale (retraite, assurance maladie) et syndicale, mais aussi évasion fiscale à grande échelle, la perte de nombreux emplois et activités participant à la construction d'une société solidaire et responsable.

Covoiturage libre rend service depuis 2012 à près de 5 000 personnes chaque jour, avec des participations aux frais sans profit. Le site est financé par des dons. Le réseau fonctionne par la mobilisation des connaissances techniques et des énergies de ses membres. 🌐 www.covoiturage-libre.fr/

Quelques autres sites gratuits 🌐 www.trajetalacarte.com/, www.vadrouille-covoiturage.com/ ou encore www.laroueverte.com

Vélo, roller et marche à pied

Osez les modes de transport actifs ! A Paris comme dans les autres villes, le vélo, roller, trottinette etc. c'est possible ! Le plan « vélo 2014-2020 » de Paris, vise à atteindre 15 % des trajets réalisés à vélo. Plusieurs raisons peuvent nous y inciter. **La santé**, en effet une activité physique régulière est essentielle pour la santé. Contrairement à ce que l'on peut croire, les risques liés à la surexposition à la pollution sont faibles comparés aux bienfaits d'une activité régulière. Renouer avec **une certaine aisance de circulation** : oubliez les bouchons. **Contribuer à l'environnement** : en se déplaçant à vélo, on ne pollue pas. **Dégager une source d'économies** : on économise l'assurance, le carburant, etc.

Vous n'osez pas utiliser ces modes de déplacement ?

Les modes de déplacement non motorisés sont non seulement plus écologiques pratiques, ils sont aussi plus sains et permettent de faire des économies. Mais dans un tissu urbain aussi dense que la région parisienne, ces modes de déplacement doux sont souvent freinés par certains obstacles, notamment l'insuffisance voire l'absence de voies dédiées. Sur le territoire de Plaine Commune, si la mise en œuvre du Plan vélo a déjà permis d'améliorer la situation, on note encore un fort besoin de densifier

le réseau de pistes cyclables afin de sécuriser les déplacements et d'inciter les usagers à adopter ce mode de déplacement.

- ♣ Le Plan Vélo du territoire :

🌐 www.plainecommune.fr/nos-actions/mobillite/plan-velo/#.V3OUNDWoNhY

Les Vélo et Roller-écoles se multiplient partout en France. En effet même si pour la plupart d'entre nous, faire du vélo est tout à fait naturel aussi naturel que marcher, ça ne l'est pas pour tout le monde. Les vélo-écoles s'adressent, non seulement aux grands débutants mais aussi à tous ceux qui hésitent par absence de pratique ou après une longue interruption. Les animateurs bénévoles apportent un accompagnement sécurisant. Une démarche associative porteuse de lien social envers une partie de la population souvent marginalisée tout en améliorant la santé et l'environnement.

La Fédération française des Usagers de la Bicyclette.

🌐 www.fub.fr/mon-velo/apprentissage/velo-ecoles

- ♣ Mieux se déplacer à bicyclette 🌐 mdb-idf.org/spip/spip.php?article816 se donne entre autre pour but de développer l'usage du vélo et les modes de développement « actifs » comme moyen de déplacement en ville dans un objectif de préservation de la santé et de remise en confiance des usagers. Vous trouverez **son antenne locale, Vélo à Saint-Denis – (Saint-Denis)** qui co-anime notamment une vélo école avec Bicyclo. Chaque dimanche de 10h à 12h, une balade est proposée pour celles et ceux qui ont besoin de s'exercer, et une grande balade chaque mois pour les plus à l'aise et endurants. L'association vous accueille tous les samedis matins afin de vous remettre en selle.
🌐 velosaintdenis.hautetfort.com/ asso.velosaintdenis@gmail.com
- ♣ **Créée en 2014, Bicyclo, la Maison du vélo à Saint-Denis,** propose des nombreux services aux habitants autour du vélo : ateliers réparation, cours de (re)mise en selle, balades à vélo, foires aux vélos ... 120 rue Gabriel Péri 93200 Saint-Denis 01 48 23 56 41 <http://bicyclo.org/> Accueil **le mardi, mercredi, vendredi, samedi, de 10h à 19h Autoréparation le mercredi et le samedi**
- ♣ **Plusieurs autres associations comme Vélo à Saint-Denis, L'Atelier Solidaire de Saint-Ouen, Les Vélos de la Brèche à Aubervilliers, Cyclolîle à L'Ile-Saint-Denis, la Régie de Quartier du Clos-Saint-Lazare à Stains,** se donnent pour but de développer l'usage du vélo et les modes de développement « actifs » comme moyen de déplacement en ville dans un objectif de préservation de la santé et de remise en confiance des usagers. Elles proposent également des ateliers d'autoréparation, balades, remises en selle, bourses aux vélos ... Renseignez-vous sur leurs sites Internet ou leur page Facebook

- ♣ **D'autres vélos écoles se multiplient sur le territoire** à l'initiative des associations du réseau Bicyclo : http://bicyclo.org/?page_id=34
- ♣ **Planet Roller peut vous aider à vous lancer.** Si vous n'osez pas faire du roller, Planet roller peut vous aider à choisir le matériel, faire les premiers tours de roue, et vous accompagner dans votre découverte du roller en milieu urbain. Planet roller organise aussi des randonnées au bout du monde. www.planetroller.com/index.php

Pour acheter une nouvelle voiture

Acheter une voiture selon des critères soutenables. Il convient évidemment de proscrire les 4x4 en ville. On peut choisir une voiture électrique, hybride, ou économe en carburant, c'est-à-dire légère, surtout pour des trajets urbains ; la plus petite possible compte-tenu de ses besoins réels de mobilité. Les modèles les plus simples et les moins chers sont aussi... les plus fiables. L'entretien des diesels est significativement plus coûteux que celui des moteurs à essence.

Y voir plus clair ecodurables.free.fr/imprimer.php?pg=art4

Des vacances solidaires, écologiques...et économiques

Il est possible de passer de super vacances à la fois dépaysantes, faites de rencontres enrichissantes et de nouveaux paysages sans pour autant aller à l'autre bout du monde. Si vous allez au loin, votre voyage peut avoir une trace écologique plus ou moins forte, selon les choix que vous effectuerez (mode de transport, de logement...).

Calculer son empreinte écologique liée aux voyages

Voyager, surtout loin, implique un mode de transport qui engendre un dégagement de gaz à effet de serre. Comment réduire son empreinte carbone lorsqu'on voyage ? Grosso modo, plus un mode de transport est lent, moins celui-ci dégage du CO₂. L'avion, moyen de transport le plus rapide est donc celui qui dégage le plus de carbone. Une voiture diesel dégage deux fois moins de CO₂ que l'avion, un bus 4 fois moins, un train 35 fois moins...

Calculez la quantité de gaz à effet de serre émise selon votre mode de transport : lu.myclimate.org/fr.html

Vacances au loin, solidaires et écologiques

Woofing, un accueil de fermes bio dans le monde entier. WWOOF ou le woofing (de l'anglais « World-Wide Opportunities on Organic Farms ») est un réseau mondial de fermes bio dans le monde entier. Des hôtes se proposent d'accueillir des WWOOFers pour partager leurs connaissances, leurs savoir-faire, leur quotidien et leurs activités avec la possibilité pour ces derniers de se voir offrir le gîte et le couvert. Les échanges reposent sur la confiance, la tolérance et la générosité. 🌐 www.woof.fr/

Le couchsurfing. L'hospitalité revient en force grâce à Internet. Partout dans le monde, des hôtes accueillent gratuitement des voyageurs pour quelques nuits, sur un bout de canapé ou dans la chambre d'amis, pour le simple plaisir de la rencontre et de l'échange. Profitez-en pour leur demander une visite de leur ville/quartier cela se fait beaucoup chez les couchsurfeurs.

🌐 www.routard.com/guide_dossier/id_dp/81/le_couchsurfing.htm

Double sens propose des vacances solidaires dans différents pays : on consacre environ les 2/3 du séjour à une mission d'aide au développement qui touche à l'éducation, la santé, informatique, des travaux manuels etc. et le dernier tiers de temps destiné à des excursions. L'objectif est de favoriser les échanges interculturels, la rencontre et le partage avec les populations locales.

🌐 www.doublesens.fr/vacances-solidaires

Tourisme de rencontres entre ruraux et citadins

Accueil paysan considère le tourisme solidaire comme un facteur de développement local et comme une occasion de rencontres entre citadins et agriculteurs ou ruraux. Les échanges participent de la construction d'une société plus juste et solidaire, et contribuent à renforcer la place de l'agriculture familiale dans le développement soutenable et dans la réduction des inégalités. Accueil paysan accueille aussi des jeunes et adultes en difficulté, en partenariat avec les CAF, le Secours populaire, Vacances et familles, Tourisme et handicaps, etc.

Pour trouver un séjour de vacances, acheter des produits, participer à une activité agricole, organiser un repas sur le lieu de votre choix.

🌐 www.accueil-paysan.com/fr/catalog/list/

Vous pouvez aussi devenir **membre de l'Association des amis d'Accueil paysan**, en soutenant le mouvement par vos compétences, votre énergie ou votre humanité. 🌐 www.accueil-paysan.com/fr/qui-sommes-nous/lassociation-des-amis-daccueil-paysan/

Inspiré d'Accueil paysan, **Accueil banlieues** propose aux visiteurs des chambres et le petit déjeuner pour une somme modique (10 €). Les hôtes

proposent de faire découvrir la vie de leur quartier au cours d'une balade à pied, l'occasion idéale de découvrir une ville, rencontrer ses habitants et leur culture par un prisme original, par des échanges fondés sur les rencontres et la convivialité. 🌐

www.tourisme93.com/document.php?pagendx=661

- ♣ **Accueil banlieues** existe pour le moment en Seine-Saint-Denis, devenez membre ! 🌐 accueilbanlieues.blogspot.fr/

Sports de nature et de plein air

La pratique d'un sport est accessible à tous et n'est pas toujours tournée vers la compétition mais le plus souvent vers la convivialité et le faire ensemble. De nombreuses activités sont proposées localement par des dizaines de milliers d'associations en France, disponibles sur Internet.

Les sports de nature et de plein air permettent, en combinant activité physique et vie de groupe de développer le sentiment de responsabilité commune, voire de découvrir des lieux inaccessibles. Ces sports à faible coût demandent un encadrement, mais peuvent se pratiquer de façon autonome à condition de respecter des règles de sécurité et de mesurer ses forces.

La FSGT d'Île-de-France développe une vision participative et citoyenne du sport, avec une cinquantaine d'activités, dans une optique d'éducation populaire, donnant une large place au bénévolat, en résistant à la commercialisation progressive du sport et des relations sociales. Des activités multisports petite enfance et familiales sont organisées, de même que des activités d'entraînement et de sortie pour les sports de nature.

- ♣ **La Maison de la Santé de Saint-Denis** a mis en place un circuit pédestre fléché afin de vous faire (re) découvrir la ville. La marche à pieds est le sport de nature par excellence : accessible par tous les publics, doux pour les articulations, et laisse le temps pour la contemplation du paysage, de l'architecture, pour la discussion... n'hésitez pas ! 🌐 www.maisondelasante.fr
- ♣ **L'association Sport dans la ville** est la principale association d'insertion professionnelle par le sport, qui utilise l'activité physique pour transmettre des valeurs essentielles comme le respect, l'entraide, l'ouverture d'esprit, la persévérance... Leurs programmes sont mis en place en Île-de-France, mais aussi à Lyon, Grenoble et Saint-Etienne. Pour retrouver une adresse près de chez vous : 🌐 www.sportdanslaville.com/infos-pratiques/

Randonner, voyager à vélo

Partout en France, les GR offrent une gamme de sentiers pour des marcheurs de toutes catégories, depuis les sentiers de petite randonnée jusqu'à la Haute Route des Alpes.

- ♣ Pour découvrir le territoire, rien ne vaut la marche à pied. Les chemins de randonnées sont nombreux à Plaine Commune. Destiné aux habitants comme aux visiteurs, le site « randopédestre » est une véritable mine d'informations qui vous feront (re)découvrir la région. 🌐 www.randopedestre93.fr/
- ♣ Plaine Commune organise régulièrement des balades urbaines au sein de son territoire, l'occasion de se forger un regard nouveau sur celui-ci, de se l'approprier en découvrant le patrimoine différemment, et en rencontrant les acteurs qui le dynamisent par leurs divers projets. 🌐 www.plainecommune.fr/participer-dialoguer/les-outils-de-concertation/balades-urbaines/#.Vw9Vc0eoNeg
- ♣ Découvrez les itinéraires proposés par la communauté d'agglomération. 🌐 www.tourisme-plainecommune-paris.com/planifier/voir-faire/balades

QUE FAIRE CONCRÈTEMENT A PLUSIEURS ?

Diminuer, gérer ses déchets

Aujourd'hui, chaque Français produit en moyenne 350 kg de déchets par an, limiter cette quantité est une des premières possibilités d'action des citoyens pour lutter contre le réchauffement climatique. En effet, leur traitement consomme beaucoup d'énergie et produit donc des gaz à effet de serre. De plus une grande partie des objets contient des matériaux qu'il est nécessaire d'économiser, comme les métaux. Ils ont coûté de l'énergie pour être produits, leur traitement et leur destruction coûtent à nouveau de l'énergie et sont sources de pollution des eaux, des sols et de l'atmosphère. Le tri sélectif se généralise peu à peu, ce qui est une bonne chose, mais il est encore plus efficace de limiter au maximum le volume des déchets.

Le compostage en jardin et en ville

Près de la moitié de nos déchets sont des matières organiques compostables. Le compostage est une pratique simple qui permet à la fois de réduire les déchets et de produire un engrais naturel de bonne qualité, à la ville comme à la campagne. En particulier, sachez qu'il est facile, utile, et inodore de composter ses déchets en appartement.

Le site « **le compostage c'est facile** » fournit toutes les explications sur l'utilité du compostage, les techniques d'utilisation du compost, y compris en appartement (lombricompostage). www.compostage.info/index.php

- ♣ **Le compostage en pied d'immeuble** commence à se développer. Pour la somme de 10 €, il vous est possible de vous procurer un composteur individuel d'une capacité de 300 litres auprès du **service prévention des déchets de Plaine Commune**. Vous réduirez ainsi la part de vos déchets destinés aux incinérateurs, et pourrez produire votre propre engrais entièrement écologique sans danger pour votre santé. Même si vous êtes responsables de

la gestion et du fonctionnement du compostage, il vous est possible en amont de suivre une courte formation auprès de l'un des deux maîtres composteurs. Si votre espace est réduit vous pouvez obtenir un lombricomposteur. Allo agglo : 08 00 07 49 04 🌐 www.compostaction.org/compostage/compostage-immeuble-fonct

Diminuer sa production de déchets

Dix gestes sont préconisés par l'ADEME (Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie) pour réduire sa quantité de déchets :

🌐 www.ccoc-ourcqetclignon.fr/IMG/pdf/10_gestes_par_l_Ademe.pdf

Lutter ensemble contre le gaspillage alimentaire

Le gaspillage alimentaire représente au niveau mondial, d'après la FAO, 1/3 des aliments comestibles. Dans les pays développés, il se produit lors de la transformation, de la distribution et de la consommation. Les consommateurs, souvent conditionnés à acheter des produits suremballés par soucis d'hygiène, ont leur part de responsabilité dans ce gaspillage en exigeant des produits ayant bel aspect, au détriment de leur goût et de leur qualité nutritive. Mais le consumérisme trouve sa source principale dans la publicité qui conditionne les individus dès le plus jeune âge.

En tant que citoyens, nous avons le pouvoir de résister en modifiant nos habitudes de consommation, mais aussi par des actions éducatives et symboliques, comme le glanage, les discosoupes et l'organisation de réseaux de solidarité ville campagne.

Une vingtaine d'outils pédagogiques ont été recensés par GRAINE Ile-de-France pour sensibiliser et agir en faveur de la lutte contre le gaspillage alimentaire. Ils s'adressent à tout acteur souhaitant mettre en place des actions pédagogiques de lutte contre le gaspillage alimentaire, avec des publics variés. Parmi eux, des livrets, malles pédagogique, des spectacles, des vidéos ou encore des expositions, qui illustrent la diversité d'actions possibles pour lutter contre le gaspillage alimentaire.

🌐 www.graine-idf.org/partenariats/annuaire-gaspillage-alimentaire

Les Disco Soupes (ou Disco Salades, Disco Smoothies etc.) sont des sessions collectives et ouvertes de cuisine de fruits et légumes rebuts ou invendus dans une ambiance musicale et festive, pour sensibiliser le grand public au gaspillage alimentaire, ensuite redistribués à tous gratuitement ou à prix libre.

🌐 discosoupe.org/lemouvement/

- ♣️ Il n'existe pas de collectif défini sur le territoire, mais cela n'empêche pas d'en organiser. La démarche vise à utiliser l'espace public pour sensibiliser le public de manière festive au gaspillage alimentaire !

L'événement est organisé par des bénévoles, comme cela a été le cas à L'île-Saint-Denis pour fêter l'arrivée du tour Alternatiba. D'autres sont régulièrement organisées sur l'ensemble de Plaine commune. Les médiathèques du territoire organisent régulièrement des Disco-smoothies pour leur public.

Une consommation responsable et solidaire

Consommer solidaire

La consommation responsable ne se limite pas à l'utilisation de produits locaux, car fatalement nous sommes amenés à acheter certains produits qui viennent de loin. Dans la même logique que les rapprochements des consommateurs et agriculteurs sur un même territoire, des initiatives de commerce équitable Nord-Sud ou Nord-Nord permettent de prendre en compte les intérêts de tous les agriculteurs indifféremment : vivre dignement de leur travail, ne plus être esclave des prix trop bas de l'agro-industrie, préserver leur environnement.

Participer à un réseau d'achats solidaires

Plusieurs réseaux d'achats solidaires se sont constitués France. Ils montrent qu'il est possible de s'organiser en dehors de la grande distribution, de créer d'autres rapports sociaux et de retrouver le sens originel de l'échange comme un acte de fraternité.



CORTO, réseau d'achats solidaires, créée en 2013 pour coordonner les achats respectant des principes d'entraide et de solidarité est le fruit de la rencontre de la philosophie des AMAP parisiennes, avec la volonté de soutenir une agriculture paysanne, et de la pratique des Groupements d'Achats Solidaires d'Italie et de Grèce. L'objectif est de promouvoir des productions fermières ou artisanales, soutenir une agriculture paysanne et quasiment intégralement bio. Tous les produits sont issus de coopératives agricoles qui exploitent et produisent leur matière première (lait, céréales, fruits, légumes). Pour intégrer les commandes de Corto, il suffit d'être adhérent et de prendre les commandes sur un des lieux de livraison.



 www.corto.ouvaton.org/wordpress/?page_id=41

Participer à une AMAP

Les AMAP (Associations pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne) sont des associations de consommateurs en partenariat avec une exploitation agricole. En plus de soutenir une agriculture à taille humaine,

rémunératrice pour l'agriculteur, elles nécessitent moins de transports donc produisent moins de gaz à effet de serre, développent des relations conviviales, promeuvent une production saine, qu'elle soit biologique ou tendant vers le bio¹. Un contrat définit pour 6 mois ou un an les fruits et les légumes à cultiver, les horaires et modalités de distribution et le prix de la souscription. Ensuite, chacun achète et paie à l'avance sa part de récolte ce qui permet au producteur de s'assurer un revenu décent. Ce dernier prépare les paniers et les livre sur un point de distribution où tous se retrouvent. Le problème, notamment en Île-de-France, est de trouver des agriculteurs prêts à s'engager et des terres disponibles.

Pour trouver une AMAP près de chez vous ou en créer une  www.reseau-amap.org/recherche-amap.php la fiche détaillée  www.reseau-amap.org/creer-AMAP.php, un catalogue de formation est disponible sur le site. Cela prend de 3 six mois et on peut bénéficier de l'appui d'une AMAP proche.

- ♣ **La plus atypique étant Court-circuit**, une AMAP « autogestionnaire », elle n'est pas constituée en association c'est-à-dire qu'il n'y a pas de statut déposé et pas de hiérarchie. La démarche est fondée sur la responsabilité de tous, et chaque membre gère l'association au même titre que les autres. Le but est de « créer une dynamique, du lien et avoir une autonomie de gestion » plutôt que simplement de vendre des légumes, et d'inciter les membres à changer leurs habitudes de consommateurs passifs. Responsabiliser les membres, favoriser l'entraide, développer des initiatives, les liens intergénérationnels. Les membres doivent donner 3h de leur temps tous les deux mois. Ils produisent un journal tous les 3 mois : le raphia.  www.amap-court-circuit.org/
- ♣ **À Aubervilliers, dans le quartier Maladrerie-Émile Dubois, l'Amap Robin des Pois** cherche à permettre l'accès à une nourriture saine au plus grand nombre par le biais des « parts de récolte » équitables (prix variable en fonction des revenus). Mais aussi grâce l'organisation d'ateliers (alimentation et santé, consommer autrement...), à la transmission de recettes permettant une réelle éducation à l'alimentation. L'été, des contrats courts de 1 à 2 mois sont proposés afin de faire découvrir la démarche à des publics non militants, plus réticents à l'idée de s'engager pour 1 an.  www.facebook.com/amaprobindespois

¹ Ce sont souvent des jeunes agriculteurs qui se lancent dans l'aventure d'une AMAP. Ils n'ont pas toujours l'expérience du bio, et il faut plusieurs années de production bio pour pouvoir être certifié. C'est pourquoi nous parlons de « tendant vers le bio »

- ♣ D'autres AMAP existent dans les autres villes de Plaine Commune, vous les trouverez sur le site du réseau des AMAP

Consommer lucidement avec le réseau des guetteurs

Le réseau des guetteurs, lancé par Greenpeace, observe les pratiques agricoles des marques, en termes d'OGM et de pesticides tueurs d'abeilles. Le site fournit un tableau des marques qui refusent de répondre, celles qui ont entrepris un début de démarche et celles qui pratiquent le « ni OGM ni pesticides ». On peut devenir un guetteur en participant au réseau. 🌐 greenpeace.fr/guetteur/

Moins et Mieux : guide de la consommation responsable

Action Consommation a réalisé en 2011 un guide local de consommation responsable. L'objectif est double : sensibiliser de manière générale le « consommateur-citoyen » à sa responsabilité et à son pouvoir face à l'acte d'achat ou de non-achat et informer sur les alternatives locales.

Moins et Mieux, 336 pages, Éditions Penser la vie autrement, 15 € franco de port. Vous pouvez le commander au Journal de François. 🌐 www.journaldefrancois.fr

Habiter autrement

L'habitat est aujourd'hui responsable d'une part importante des émissions domestiques de gaz à effet de serre et de pollution. L'absence d'espaces communs entraîne le cloisonnement entre les habitants et les zones d'habitation, et le prix des constructions conduit à des inégalités croissantes dans le droit au logement alors que l'habitat est une des premières formes de définition du lien social et de la place de chacun dans la société.

Créer ou rejoindre un habitat groupé

En réaction aux formes d'habitat de plus en plus atomisées et isolées, on voit depuis 15 ans se multiplier les expériences d'habitat groupé, ce terme pouvant recouper des expériences très différentes. On parle aussi d'habitat participatif : un regroupement de ménages qui partage des valeurs communes (souvent non-spéculation, solidarité, mixité sociale, mutualisation des biens et des espaces, habitat écologique...) et qui souhaite mutualiser leurs ressources pour concevoir, réaliser et financer ensemble leurs logements, au sein d'un bâtiment collectif.

Pour une vue d'ensemble, consulter le site du réseau interrégional de l'habitat groupé www.ecohabitatgroupe.fr/page.php?categorie_id=107

Le volet « Innovation » de la loi ALUR (trop peu relayé) a posé un cadre juridique permettant d'assurer que les projets respectent l'environnement et la biodiversité, de simplifier les démarches juridiques, de proposer des dispositifs financiers plus sûrs, de préserver une certaine souplesse pour favoriser la diversité des projets et les idées citoyennes.

Pour plus d'informations sur le volet innovation de la loi ALUR

www.loi-alur.fr/habitat-participatif/

L'habitat participatif est une forme d'habitat collectif solidaire conçu, créé et géré par un groupe d'habitants. L'immeuble ou le lotissement est construit (ou réhabilité) à partir des besoins des familles participant au groupe, et certains espaces sont mutualisés, pour favoriser à la fois le gain de place et d'énergie, et la convivialité : buanderie, chambre d'ami, atelier ...

Le site « habitat participatif en Ile-de-France » : www.habitat-participatif-idf.org/

Pour en savoir plus, le site promoteurdecourtoisieurbaine.com/ tenu par Rabia Enckell est une véritable mine d'informations.

Contactez-la au r.enckell@promoteurdecourtoisieurbaine.com ou 06 20 93 42 28

- ♣ Un projet d'habitat participatif sera situé à **L'Île-Saint-Denis**, sur le lieu d'implantation de l'éco-quartier, et accueillera une dizaine de logements. L'emménagement est prévu pour 2018. Voir la fiche rédigée par promoteurs de courtoisie urbaine. promoteurdecourtoisieurbaine.com/tag/habitat-groupe/ En attendant, pour connaître l'état d'avancement du projet. contact@promoteurdecourtoisieurbaine.com


Kaps : les kolocksolidaires


Ce concept présent dans les grandes villes de France appelle à s'étendre. Il permet d'obtenir un logement collectif et partagé à des loyers modérés dans une colocation étudiante installée généralement dans un quartier populaire en contrepartie de temps donné à la réalisation d'un projet social mené avec et pour les habitants du quartier. Au programme, écocitoyenneté, solidarité intergénérationnelle et mixité sociale.


kolocsolidaire.org/

Construire, améliorer sa maison par soi-même

L'amélioration de l'habitat est une des actions les plus importantes que peuvent mener les citoyens pour lutter contre le changement climatique. Le bâtiment est le premier secteur énergivore avec 43 % de l'énergie utilisée en France, devant le transport (32 %) et l'industrie (21 %). Les bâtiments émettent 24 % des émissions de CO₂. Le choix des matériaux, de l'exposition, de l'insertion du bâtiment dans le paysage ou dans la ville constituent également des choix fondamentaux.

Le réseau d'auto-éco-constructeurs solidaires Rahmabaman, favorise la réappropriation des savoir-faire et savoir-être des générations antérieures, soutient les projets respectueux de la biosphère et permet de faire des économies tout en réduisant la demande de produits écologiquement coûteux. Rahmabaman suscite des projets collectifs qui allient écologie, solidarité, autonomie, simplicité, rencontres, entraide, autoformation, chantiers participatifs. Les chantiers et les expérimentations :  rahmabaman.blogspot.fr/

Les formations de Savoir-faire et découverte comportent de nombreux stages par thématiques, notamment pour la construction de maisons écologiques.  www.lesavoirfaire.fr/

♣ **Les conseils d'architecture et d'urbanisme (CAUE)** exercent une mission de service public pour conseiller les particuliers dans leurs projets de construction et de réhabilitation, avec le souci d'une meilleure qualité architecturale et environnementale.  www.caue93.fr/

L'ALEC peut vous informer et vous conseiller

Si vous voulez monter un projet, **il existe des avantages financiers et fiscaux** pour les propriétaires, mais aussi les locataires qui investissent dans des matériaux et des équipements économes en énergie et en eau. Plaine Commune a créé parmi les premières l'Agence Locale de l'Énergie et du Climat, qui peut vous apporter des informations et des conseils.

 <http://www.alec-plaineco.org/quelles-aides-financieres-pour-mon-projet/>

Utiliser des matériaux écologiques

Le marché des matériaux dits écologiques s'est beaucoup développé depuis quelques années, non sans arnaques. Vous pourrez trouver des informations fiables auprès de certaines sources :

L'association **Ekopolis** propose une liste (non exhaustive) de **matériauthèques** franciliennes.

 www.ekopolis.fr/construire/materiauthèques/en-ile-de-france

L'habitat et l'énergie

L'ADEME (Agence De l'Environnement et de la Maîtrise de l'Energie) a pour mission de participer à la mise en œuvre des politiques publiques en matière d'environnement, d'énergie et de développement durable. Elle publie de nombreux guides et fiches pratiques qui constituent une référence indispensable, notamment en matière de chauffage et d'eau chaude sanitaire, d'isolation, de qualité de l'air intérieur, de climatisation et de confort d'été, d'éclairage et de production d'électricité.

L'ADEME a édité des fiches pratiques et de nombreux ouvrages qui portent à la fois sur la réglementation, les aides et les savoir-faire nécessaires, téléchargeables gratuitement, il suffit de faire une demande sur le site :

 www.ademe.fr/guides-fiches-pratiques

Faire le choix d'habiter une « Tiny House »

Le concept des **Tiny House** (ou micro maison en français) est né aux États Unis au début des années 2000 d'une volonté de simplicité et de promouvoir une mode de vie sobre. L'espace limité laisse peu de place au superflu, permet de se concentrer sur l'essentiel en matière d'équipement. Une Tiny House nécessite moins d'énergie pour le chauffage, tout en étant très confortable. Attention, après la crise des subprimes, leur nombre a considérablement augmenté ouvrant la voie à un marché lucratif. Il est pourtant possible de construire sa propre micro maison avec l'aide d'artisans locaux ou de ses proches en bénéficiant de retour d'expériences.

En savoir plus  positivr.fr/tiny-house/

Participer à la préservation de la nature et de la biodiversité

Des groupes bénévoles qui agissent pour préserver et entretenir la nature

De multiples groupes bénévoles participent à la préservation et à l'entretien de la nature, de sites protégés, de lieux d'éducation à l'environnement.





Les clubs CPN (Connaître et Protéger la Nature) proposent des actions concrètes pour découvrir et protéger la nature au fil des saisons, sur de très nombreux thèmes d'activités (les oiseaux, les papillons, les insectes et arthropodes, les

amphibiens, les mammifères, les chauves-souris, les arbres, les plantes, etc.). Un club CPN peut-être une famille, un groupe d'enfants, d'adolescents, de jeunes qui s'intéressent à la nature et ont décidé de mieux la connaître et la protéger. Ils se sont créés en 1972 à l'initiative de Pierre Déom, aussi auteur de la Hulotte.

 www.fcpn.org/club_nature/qu-est-ce-gun-cpn

De multiples associations spécialisées

Vous pouvez trouver des groupes avec qui participer à la préservation des espaces naturels (liste non exhaustive).



- ♣ **L'association Halage** (située dans les locaux du PHARES de L'Île-Saint-Denis), a pour objectif de participer à l'amélioration du cadre de vie et de l'environnement en milieu urbain. En plus de son activité principale d'insertion sociale et professionnelle par le biais de chantiers d'insertion, l'association porte un centre de formation aux métiers des espaces verts et a aussi créé deux Jardins Solidaires.  www.halage.fr
- ♣ **À Stains, l'Association contre les Nuisances Sonores ferroviaires et pour le respect de l'Environnement (A.N.S.E) 93** milite au quotidien pour protéger les riverains des nuisances sonores, pour participer à l'amélioration de l'environnement du cadre de vie d'un quartier bordé par les voies ferrées.  anse93@free.fr 01 48 22 77 25
- ♣ **Le collectif Lamaze, implanté à Saint-Denis** depuis des années, lutte contre les nuisances liées au nœud routier et autoroutier du « carrefour Lamaze ». Diverses formes de mobilisation sont portées par le collectif, et chaque année le collectif organise, avec la ville de Saint-Denis, la journée « Lamaze enlève tes bretelles ». Objectif est de montrer par la fête, la convivialité, et le débat citoyen, ce que serait le quartier si l'on couvrait l'autoroute (en supprimant le « viaduc Lamaze ») et si l'on donnait moins de place à la voiture.
- ♣ **L'association Pierrefitte Environnement** a pour objectif la défense et la préservation des espaces naturels et du patrimoine de la ville de Pierrefitte.  s-robert@hotmail.fr
- ♣ **À la Courneuve, le collectif « Touche pas à mon Parc »** est né de la volonté de préserver le Parc départemental Georges Valbon, menacé par des projets de construction de logements peu respectueux de l'intégrité environnementale du Parc et de son statut protégé, « Natura 2000 ». Vous pouvez les retrouver tous les dimanches au Parc, à midi pour échanger avec eux au cours d'un pique-nique militant. Pour suivre leur actualité et les actions menées  www.facebook.com/collectifdefenseparccourneuve/?fref=ts
collectifdefenseparccourneuve@openmailbox.org


Récupérer, réparer, recycler, transformer

Les ressourceries, recycleries, les Repair café, les prêts d'outils, les Fab lab se multiplient aujourd'hui, permettant à la fois de lutter contre le gaspillage en favorisant l'économie circulaire, de répondre à la baisse des revenus lié à la crise, d'inventer de nouveaux rapports conviviaux et d'exercer créativité et inventivité.

Participer bénévolement au travail d'une ressourcerie

Les ressourceries sont des lieux où sont collectés tous les objets et matériaux dont les propriétaires n'ont plus besoin. Il s'y organise des activités de récupération, de valorisation, de revente et d'éducation à l'environnement, dans une ambiance conviviale. Elles mettent en œuvre des modes de collecte de déchets et d'encombrants qui préservent leur état pour les revaloriser, prioritairement par réemploi/réutilisation, sinon par recyclage. Au quotidien elles sensibilisent les publics à l'acquisition de comportements respectueux de l'environnement. A ne pas confondre avec une déchetterie, où les objets ne sont pas considérés comme des ressources mais seulement comme des matériaux, et sont détruits.

- ♣ **Déchets d'Arts**, une association créée en janvier 2006, fruit d'une réflexion écologique et philosophique sur le déchet. Les « déchets d'art » sont des objets réalisés par des artistes à partir de matériaux de récupérations, en collaboration avec des partenaires locaux dans le but de sensibiliser au réemploi des déchets. Rendez-vous à leur showroom, situé au 19 rue Jeumont à La Plaine Saint Denis  www.dechetsdarts.com
- ♣ **Dans la même veine, l'association EcoNatBio** (située dans les locaux du 6B à Saint-Denis), réfléchit la place du design et des éco-matériaux liés à la récupération et la valorisation des « déchets » ou objets de deuxième main, au travers d'actions collaboratives, éducatives et pédagogiques. Vous pouvez participer aux diverses formes d'ateliers de récupération et recyclage qu'ils proposent, comme EcoKo, un dispositif de collecte sous un mode participatif, ludique et connecté.  www.econatbio.fr contact contact@econatbio.fr ou 06 13 41 42 63
- ♣ **Le 6B propose un lieu de travail**, de culture et d'échanges où chacun développe son projet individuel en bénéficiant d'une dynamique collective. Ouvert depuis 2010, le 6b est un lieu de création artistique et de

diffusion qui souhaite être acteur du territoire sur lequel il est implanté. Chaque résident peut aller au CA en observateur ou prendre rendez-vous pour y parler d'une question qui le concerne.  www.le6b.fr/

Réparer, les objets, les vélos, les ordis... tout


De multiples sites Internet proposent des conseils pratiques pour réparer par soi-même. Mais attention à ceux qui constituent une porte d'entrée, après quelques conseils inefficaces, pour appeler un réparateur dont la liste est aimablement fournie.

Apprendre à réparer constitue une forme d'émancipation par rapport au modèle imposé par la société de consommation. Cela renoue pour une part avec le savoir-faire des générations passées, mais constitue également une invention de l'avenir et une forme de réalisation de soi.






Le manifeste international du droit à réparer soi-même :

 www.ifixit.com/Wiki/RepairManifestoTranslations_fre

De nombreux acteurs associatifs proposent aux habitants de Plaine commune de faire réparer divers objets, et surtout d'apprendre à le faire par eux-mêmes. N'hésitez pas à y faire un tour, pour apprendre des autres ou apprendre aux autres.

- ♣ **Les Repair'café** organisent des séances de réparation sous forme d'après-midi où chacun apporte un objet (du petit électroménager, informatique électronique au vélo). Certains proposent des petits travaux manuels, couture renouant avec la tradition des « ouvriers »... Outils et matériel sont mis à disposition, avec des bricoleurs chevronnés.  www.repaircafe.org/fr/visiter/ Que vous soyez bricoleur ou non, vous pourrez aussi trouver des **Cafés Réparations** au sein des **Régies de Quartier de Stains et d'Aubervilliers**. Leur objectif est de donner une seconde vie aux objets du quotidien, en tentant de réparer au lieu de jeter (objets cassés, petit électroménager ou matériel informatique en panne...). Tout se fait à titre bénévole une fois par mois ce qui en fait une véritable action de solidarité entre habitants.
- ♣ **À Saint Ouen, l'Atelier Solidaire** s'est donné pour mission de participer au développement du lien et de la mixité sociale par le biais de l'apprentissage des savoirs manuels. Leur action se décline en plusieurs activités. Tout d'abord un atelier d'auto-réparation de vélos (voir chapitre « acheter recyclé ou d'occasion »), ensuite un fablab où sont organisés divers ateliers allant de la construction de mobilier à l'initiation à fabrication numérique) et enfin une outillthèque qui met à disposition des habitants aussi bien des outils de bricolage que du matériel de cuisine. Besoin d'une perceuse, d'un tournevis ? Ils sont là pour ça.


 atelier-solidaire-saint-ouen.org/ 0661308983

- ♣ **Porté par l'association Rien ne se perd, Lab'idouillerie de Saint-Denis**, est un lieu autogéré qui vous propose de fabriquer, réparer et même de créer des objets en tout genre. Des outils et savoir-faire sont mis à votre disposition gratuitement afin de permettre à tous de réaliser ses projets. Le maître mot : la coopération avec la récupération et le détournement d'objets pour en faire des outils pédagogiques ou d'autres projets. labidouillerie.stdenis@gmail.com
 labidouillerie.tumblr.com/
- ♣ **Bicyclo** est le réseau regroupant des structures associatives de Commune qui proposent des activités centrées sur le vélo. (...). Plutôt que d'être envoyés à la casse, les vélos usagés sont recyclés : récupérés, remis en état puis revendus à moindre coût. Des ateliers d'autoréparation de vélo au cours desquels vous pourrez réparer votre vélo seul ou avec de l'aide y sont organisés. Parmi les membres de ce réseau, on retrouve:
 - **Bicyclo (La Maison du vélo à Saint-Denis)** : fondée à partir d'un appel à projet remporté par l'association Etude et Chantiers. C'est un atelier où on trouve des vélos recyclés par les employés en insertion, des pièces et accessoires de bicyclette, de l'aide pour l'autoréparation, et des cours de vélo pour adultes le samedi matin.
 bicyclo.org/ contact maisonduvelo@bicyclo.org ou 01 48 23 56 41
 - **Cyclofile** à L'Île-Saint-Denis :
 www.facebook.com/groups/atelierveloisd/?fref=ts
 - **L'Atelier Vélo Nomade de Saint-Denis** est un collectif autogéré proposant de l'auto-réparation de vélo sans inscription le dimanche de 14h30 à 17h30, et un vendredi soir sur deux sans les garçons.
 labidouillerie.tumblr.com/velo_ateliernomade@riseup.net
- ♣ **L'association AICV (Animation Insertion Culture & Vélo), la régie de quartier du Clos Saint-Lazare à Stains** organise quant à elle, un café réparation une fois par mois.
- ♣ **Les Vélos de la Brèche** à Aubervilliers organisent des ateliers d'autoréparation et des ateliers de recyclage de vélo visant à alimenter les passionnés de vélo en pièces détachées
 www.lesvelosdelabreche.fr www.facebook.com/velos.breche.

Réutiliser les matériaux pour construire

La récupération des matériaux de démolition constitue un énorme enjeu. Les déchets du BTP représentent 70 % du volume total des déchets. Il est possible de diminuer leur volume en les considérant autrement et en leur donnant parfois un autre usage. L'enjeu est aussi un autre rapport à la matière.

- ♣ **L'association Bellastock**, composé d'anciens étudiants en architecture, développe un travail important d'expérimentations architecturales. En

particulier, à l'actlab de L'Île-Saint-Denis, elle travaille au réemploi de matériaux pour construire un éco quartier fluvial, notamment issus de la démolition des entrepôts du printemps, pour leur trouver un autre usage. L'association organise des semaines de création collective sur le chantier.  www.bellastock.com/


Participer à un Fab Lab

Un fab lab (contraction de l'anglais fabrication laboratory, « laboratoire de fabrication ») est un lieu ouvert au public où toutes sortes d'outils sont mis à disposition, notamment des machines-outils pilotées par ordinateur, pour concevoir et réaliser des objets. Il est possible en particulier de lutter contre l'obsolescence programmée des appareils en fabriquant à l'identique une pièce usée que l'on peut remplacer. Les fab labs sont basés sur les principes d'ouverture et de collaboration. Ils s'appuient sur des machines de fabrication numérique et des réseaux qui permettent de s'échanger des fichiers "open source" dans le monde entier. Un objet peut donc être conçu dans un fab lab, fabriqué dans un autre et amélioré dans un troisième. Grâce à des interfaces simplifiées et aux logiciels libres, il devient plus facile pour un non spécialiste de prendre le contrôle d'outils techniques. Cependant, cette innovation majeure nécessite une réflexion éthique et économique approfondie, car elle peut contribuer à appauvrir des sociétés déjà vulnérables, faciliter la production et la diffusion de fond ou de copies illégales voire encourager la libéralisation de la société.

Un lab près de chez vous :

 fablabo.net/wiki/Cartographie_des_fablabs_fran%C3%A7ais

♣ **Ouverte au printemps 2016, la coopérative Pointcarré**, un des derniers nés de l'économie sociale et solidaire à Plaine Commune possède entre autre un fablab. C'est aussi un regroupement (sous forme coopérative) d'artisans, d'habitants, d'entrepreneurs, de « makers », réunis par l'envie de coopérer et d'apprendre les uns des autres et de diffuser leurs savoir-faire. Il y a beaucoup de façons de prendre part à la coopérative, à vous de trouver la vôtre : Usager de l'atelier, Client de la boutique, Amoureux du bon café, Co-worker ou même Sociétaire de la coopérative.

 www.pointcarre.coop/ contact laccesslab@gmail.com

Utiliser un garage solidaire

Il existe en France plus d'une centaine de garages associatifs ou self-garages. Ces garages solidaires permettent de réparer soi-même ou de faire réparer un véhicule à moindre coût, de louer du matériel, d'acheter

des pièces détachées et des produits d'entretien. L'utilisateur est aussi mécano, tout en bénéficiant des conseils d'un professionnel. Cependant, réparer sa voiture par soi-même devient de plus en plus difficile quand il s'agit de modèles récents, truffés d'électronique.

Pour consulter la **liste des garages solidaires et des self-garages** en France, deux réseaux : (attention, tous ne sont pas solidaires !)

 www.garages-solidaires.fr/ et www.selfgarage.org/

Les échanges, le partage et les dons

L'idéologie dominante veut nous faire croire que tout s'achète et tout se vend, y compris ce qui est de l'ordre de l'intime. Ceci est le résultat d'une situation où avec la globalisation, l'État libéral s'est allié à la finance, dont il devient un appendice, incapable d'agir à moyen et long terme et de penser les relations sociales autrement qu'en termes de marchandises.

Cependant, malgré le conditionnement à la lutte de tous contre tous par les médias et l'école, les pratiques sociales restent fortement marquées par le désintéressement, le partage et le don. C'est ce qui permet à la société d'exister, aussi bien dans les relations de travail que dans les activités associatives, les rapports familiaux et l'amitié. Les échanges sont le plus souvent une forme de partage, au sens de dons et non pas au sens de la valeur d'échange telle que les libéraux la définissent en référence au marché. C'est le renforcement de cette logique qui peut amener un nombre de plus en plus important de citoyens à découvrir dans le partage d'autres raisons de vivre que le consumérisme et la lutte de tous contre tous. Ce changement d'attitude, générateur de sobriété, est une des dimensions essentielles de la transition écologique. Il est possible pour chacun d'entre nous d'y participer à travers une multitude d'actions.

Les Gratifierias

Les Gratifierias sont des brocantes non commerciales, où l'on donne ou reçoit des objets ou des services gratuits et librement. Le don est sans contrepartie et chacun peut s'approprier ce qu'il souhaite, dans la limite du raisonnable. L'expérience montre que la générosité et le respect mutuel sont étonnants. Ces marchés suscitent la sobriété, en faisant réfléchir chacun sur ce qui lui est réellement nécessaire.

Les lieux d'échanges gratuits

- ♣ **Circul'livre** consiste à mettre gracieusement des livres à la disposition des habitants en leur demandant seulement de les remettre à leur tour en circulation après lecture. Ils peuvent pour cela soit les abandonner dans un lieu public, soit les rapporter à l'un des rendez-vous rencontres réguliers. Les livres proviennent des dons des participants, ils sont estampillés au logo de l'opération. Les albums pour enfants sont particulièrement demandés. Plus de 20 lieux en Île-de-France. Pour connaître les dates et les lieux 🌐 circul-livre.blogspot.com/
- ♣ **À L'Île-Saint-Denis**, dans les locaux du PHARES et à la Maison des Initiatives et de la Citoyenneté, des livres sont mis à disposition de tous, gratuitement ou sous forme d'échange.
- ♣ **PEP'S est un site en ligne** qui propose aux particuliers de Plaine Commune des annonces gratuites destinées à l'échange d'objets ou de services entre habitants du territoire. Outre la volonté de donner une seconde vie aux objets, ce lieu d'échange numérique est l'occasion de se rencontrer et d'échanger entre citoyens. Plus on est nombreux, plus cela fonctionne, alors n'attendez pas pour aller y jeter un œil. 🌐 peps.plainecommune.fr/
- ♣ **À Aubervilliers l'association Circul'livre** met gracieusement des livres à votre disposition en vous demandant seulement de les remettre à leur tour en circulation après lecture. Vous pouvez pour cela soit les abandonner dans un lieu public, soit les rapporter à l'un des points de rencontre. 🌐 circul-livre@noos.fr

Les sites de dons ou d'échanges


Il existe aujourd'hui de nombreux sites de dons ou d'échanges, avec ou non des préoccupations écologiques déclarées.

Donnons.org a pour devise « rien ne se perd, rien ne se crée, tout se recycle ». Le site national compte 626 000 membres, il suffit de s'inscrire pour déposer une annonce gratuite. Vous pouvez déposer votre annonce pour donner ce qui vous encombre ou trouver l'objet qui vous manque. Souvent, la convivialité est au rendez-vous. 🌐 <https://donnons.org/>

GuestToGuest permet d'échanger sa maison ou son appartement pour les vacances, gratuitement ou presque (guesttogo prélève 3,5 % de la caution, + 25 euros). Le réseau social rassemble des milliers de personnes de confiance dans le monde entier (surtout classes moyennes). 🌐 www.guesttogo.com/fr/

Des circuits et des rencontres autour d'une situation ou d'un thème

De plus en plus, on voit se développer des circuits et des rencontres permettant de découvrir ensemble des situations ou des expériences, d'échanger et de partager des idées. Ces circuits permettent également aux citoyens d'analyser les situations qu'ils vivent en exerçant leur expertise d'usage. De tels moments de convivialité contribuent fortement au renforcement des liens sociaux et personnels, et aident à élargir l'horizon de chacun et à prendre conscience des enjeux de société.

- ♣ **Les Balades urbaines de Plaine Commune** sont un espace d'expression pour les habitants pour découvrir, dialoguer, construire ensemble, se donner les moyens d'intervenir concrètement sur des projets. Elles permettent le croisement des savoirs dans la convivialité, entre habitants, élus et techniciens, hors des lieux et sujets de rencontres habituels. Elles permettent de jeter un regard neuf sur l'état du territoire et son devenir à long terme, en prenant du recul par rapport au cadre habituel.
 www.plainecommune.fr/participer-dialoguer/les-outils-de-concertation/balades-urbaines/#.VTytCWeJiWg

Les réseaux d'échanges réciproques de savoirs (RERS)

Chaque personne est porteuse de savoirs qu'elle peut transmettre à d'autres. Sur cette base, 400 réseaux d'échanges réciproques de savoirs se sont constitués en France et dans de nombreux autres pays, avec une logique de gratuité et de réciprocité. Il s'agit d'échanges de dons qui ne sont pas quantifiés (contrairement aux SEL ou aux échanges marchands).



Pour trouver un réseau d'échanges de savoirs près de chez vous

 www.rers-asso.org/ou-intro.htm

Les SEL

Un **Système d'Echange Local** (ou **SEL**) est un système d'échange de biens ou de services au sein d'un groupe local (généralement associatif). Il permet à toute personne d'échanger des compétences, des savoir-faire, des travaux ou des produits avec les autres membres du groupe. Pour comptabiliser les échanges, chaque SEL crée sa propre monnaie, le plus souvent basée sur le temps. La finalité n'est pas le profit ni le seul intérêt individuel, mais l'échange solidaire dans la confiance et la convivialité, avec la volonté de mutualiser les biens pour limiter sa consommation et ses dépenses, c'est-à-dire une construction de la fraternité.

Pour savoir comment ça marche  seldefrance.communityforge.net/ et pour trouver un SEL près de chez vous parmi les 610 référencés : www.annuairedessel.org/

- ♣ **À Saint-Ouen, le SEL Audonien** a vu le jour en 2011 sous l'impulsion de 6 habitants. En juin 2013 il s'est constitué en association, afin d'avoir une existence juridique et d'accéder à des financements. Les membres désirant échanger un bien/service se contactent par le biais d'une liste de coordonnées. L'adhésion est gratuite mais engage les membres moralement, ils s'engagent notamment à laisser leur compte à zéro au moment de quitter le SEL. La personne chargée du contact est Elisabeth VITIELLO selaudonien@gmail.com ou 06 74 16 24 09  selaudonien.wordpress.com/
- ♣ **À Saint-Denis, l'association Dionyversité** a aussi créé un SEL : le dionySEL. Des Bourse locales d'Echanges (BLE), sortes de vide-grenier gratuits, où les membres du SEL peuvent échanger divers biens, sont organisées régulièrement, le temps d'un après-midi. Ce sont des moments conviviaux, qui renforcent d'autant plus les liens entre membres et sont l'occasion de Conseil d'Ebullition donc le but est d'échanger, de développer le SEL, en recueillant l'avis du plus grand nombre. Vous pourrez même participer aux ateliers couture qui sont organisés chaque mois.  www.lejsd.com/index.php?s=17&r=90

Produire autrement

Certains artisans et entrepreneurs démontrent qu'il est plus économique de produire de façon écologique. Autonomie en eau et en chauffage, panneaux photovoltaïques, recyclage, reboisement, toit végétalisé, phytoépuration, isolation, suppression des produits chimiques et polluants, une stratégie globale peut être mise en place pour progressivement limiter l'impact de l'industrie sur la biosphère. Et des exemples montrent que les résultats financiers sont là.

Donner du sens à son épargne

Nous n'avons pas tous de l'épargne à notre disposition, car le creusement des inégalités conduit une part sans cesse croissante d'entre nous à être en permanence endettés, voir surendettés. Mais chacun d'entre nous a le pouvoir de choisir sa banque, de donner du sens à son épargne. Et comme nous sommes très nombreux, nous avons un grand pouvoir. Les moyens

existent pour y parvenir. On peut notamment penser à des critères fondamentaux qui doivent permettre d'évaluer l'impact environnemental et social d'une banque, par exemple sa présence ou son absence des paradis fiscaux.

Choisir sa banque

Le fait que notre argent soit placé dans des institutions financières n'est pas un mal en soi. Les banques sont nécessaires au financement de l'économie. Mais la majorité d'entre elles se sont détournées de cette fonction et se servent de l'économie au lieu de la servir. Les banques sont aujourd'hui des acteurs essentiels de la libéralisation et de la fraude fiscale, du blanchiment d'argent et de la spéculation, ce qui risque de conduire rapidement à une nouvelle crise financière. Or, c'est avec nos dépôts, avec notre argent qu'elles peuvent mener ces activités extrêmement dangereuses pour l'humanité et la planète. Nous avons le pouvoir de changer de banque et d'aller vers des établissements plus responsables, car toutes les banques ne se valent pas.

La Nef est une coopérative financière qui offre des solutions d'épargne et de crédit orientées vers des projets ayant une utilité sociale, écologique et/ou culturelle. Créée en 1988, elle regroupe 36 000 sociétaires. Sa mission est de fournir à ses sociétaires et clients les moyens d'être acteurs de la transition écologique et sociale de notre société, en mettant leur épargne au service de projets qui construisent la société de demain (agriculture biologique et paysanne, circuits-courts d'énergie renouvelable, recyclage, habitats participatifs et écologiques, auto-partage, commerce équitable, entrepreneuriat social etc.), et en trouvant des conditions de prêt et de garanties s'ils sont porteurs de ces projets. 🌐 www.lanef.com/

Quelques critères d'appréciation peuvent nous aider dans le choix d'une banque : est-elle à la fois une banque d'affaires et une banque de dépôts ? Est-elle présente dans les paradis fiscaux ? Est-elle ouverte à toutes les catégories sociales et à tous les niveaux de revenus ? Son fonctionnement est-il réellement mutualiste, et comment se passent les assemblées générales des caisses locales ? Fait-elle la promotion du crédit à la consommation après des particuliers ou des *social impact bonds* auprès des associations et des épargnants ? (Rappelons qu'il s'agit de la mise en place de partenariats public-privé pour financer l'action associative, à la mise sous tutelle de l'action citoyenne par les banques, qui constituent de véritables bombes à retardement budgétaires pour les Collectivités et l'État. 🌐 www.associations-citoyennes.net/?page_id=5286

Contribuer à des actions d'utilité sociale par une épargne solidaire

Participer à Énergie partagée. Partout en France, des personnes agissent pour accélérer la transition énergétique. Energie Partagée accompagne et finance des projets d'économie d'énergie et d'énergies renouvelables, maîtrisés par les citoyens et les collectivités. Déjà 30 projets ont vu le jour grâce à un fonds d'investissement dont les actionnaires sont des personnes voulant encourager une transition énergétique locale et citoyenne. 🌐 energie-partagee.org/les-projets/tous-les-projets/

Participer à un club Cigales. Le mouvement des Cigales (Club d'investisseurs pour une gestion alternative et locale de l'épargne solidaire) s'est construit dans les années 1980 pour accompagner la création de petites entreprises, en particulier dans des territoires marqués par la crise et pour des projets qui ne rentrent pas dans les grilles habituelles des banques, notamment des projets écologiquement responsables. Un club est composé de 5 à 20 personnes qui mettent une partie de leur épargne en commun et reçoivent les créateurs pour ensuite décider collectivement de leur placement. Il constitue un lieu d'échanges et d'autoformation sur les questions économiques et de développement local dans la perspective d'une économie socialement responsable et solidaire. 🌐 cigales.asso.fr/ contact : at@cigales-idf.asso.fr


Participer au financement de SNL. Solidarités Nouvelles pour le Logement, principalement en Île-de-France, loge « le temps qu'il faut » des personnes en difficulté, qui n'ont pas les minima nécessaires pour accéder à un HLM. Des bénévoles du quartier accompagnent globalement chaque ménage avec l'aide d'un travailleur social, dans un esprit de fraternité et de convivialité. Pour acheter les logements et les rénover, SNL fait appel à l'épargne solidaire sous forme de dons, de livret d'épargne (le livret Agir du Crédit Coopératif) ou de la souscription de titres dans SNL Prologues, remboursables après 5 ans. Deux logements ont ainsi été acquis et réhabilités en 2015 à L'Île-Saint-Denis. 🌐 www.snl-union.org/agir-avec-snl/epargne-solidaire/


Soutenir Habitat et Humanisme. Habitat et Humanisme, sur toute la France, fait un travail similaire à celui de SNL
🌐 www.habitat-humanisme.org/national/epargne-solidaire

Une autre conception de la richesse

Participer à une monnaie locale... ou la créer

Une monnaie locale est un outil de transformation sociétale qui permet d'encourager l'économie réelle et locale (elle ne peut être utilisée que dans un lieu défini et doit circuler pour conserver sa valeur), de réduire notre empreinte écologique, en favorisant les achats de proximité, et de combattre la spéculation et les paradis fiscaux. C'est aussi une expérience démocratique, locale et participative, où les citoyens se réapproprient l'économie pour la rendre plus humaine.

Aujourd'hui, les monnaies locales complémentaires se multiplient. Il existe actuellement une trentaine de monnaies complémentaires en France, et d'autres sont en projet.  monnaie-locale-complementaire.net/france/

Créer une monnaie locale  population.com/monnaies-complementaires-leur-developpement-incroyable-en-france-et-dans-le-monde/

- ♣ Il y a eu une tentative d'implantation de monnaie locale à Aubervilliers et Saint-Ouen en 2012 mais celle-ci n'a finalement pas abouti. Des réflexions sont actuellement en cours parmi les acteurs du réseau « Terre d'Avenir » : un réseau local d'associations porteuses de Transition écologique repérées via un appel à projet annuel porté par le territoire.

Le Collectif Richesses

Depuis 2002, le **Collectif Richesses** rassemble une centaine de personnes investies de responsabilités diverses (militants, responsables associatifs, chercheurs) pour promouvoir une autre conception de la richesse, à la suite du rapport de Patrick Viveret sur ce sujet². Le Collectif Richesses est à l'initiative du « Produit Intérieur Doux ». Il organise des moments de sensibilisation et de réappropriation citoyenne de la notion de richesses autour de rendez-vous (conférences/débats, projections de films, spectacles vivants, expositions, ateliers pédagogiques), à partir d'interrogations communes : la richesse, le bien commun et le mieux vivre.

Pour rejoindre le Collectif Richesses, contacter Céline Whitaker

 pid@collectif-richesses.org

² « Reconsidérer la richesse », Patrick Viveret, et rapport du même nom au Premier Ministre, avril 2002, Editions de l'Aube 2003

La convivialité et la fête

La convivialité et la fête permettent de recréer le « bien vivre ensemble » et favoriser l'engagement citoyen. Il existe en France de multiples associations de quartiers ou de territoires, qui créent du lien de façon épisodique ou régulière par l'organisation d'activités, et de rencontres entre habitants. La plupart vivent sans moyens publics.

Animer le « bien vivre ensemble » par une association de quartier ou de territoire

- ♣ **À L'Île-Saint-Denis**, dans le cadre de leur mémoire de fin d'année en 2014, 5 étudiants en dernière année d'architecture ont monté l'**association ICI**, afin de faire participer les habitants à la réhabilitation de leur quartier à travers la mise en réseau des ressources locales. Ils ont organisé une Fête des lumières avec toutes les forces vives du quartier : écoles, professeurs, radio web locale..., et des ateliers de création de lampions avec des matériaux de récupération. L'ensemble des acteurs de l'île sont invités à participer aux divers projets, afin de participer à la co-construction de la commune qu'ils souhaitent. 🌐 www.associationici.com/
- ♣ **À Aubervilliers Les Poussières** développent des projets artistiques et culturels du même ordre avec entre autres le défilé des lanternes "Lumière sur la ville". 🌐 us5.campaign-archive1.com/?u=9fefecd62abdbacbf4958c3b8&id=9728829966&e=b8908182fb
- ♣ **À Saint-Denis, la Briche** est un atelier de créateurs et constructeurs situé sur une ancienne friche ferroviaire réhabilitée. Dans ce repaire d'artistes, des activités autour de la récup sont régulièrement organisés, parmi lesquels **La Briche Foraine**, une fête foraine majestueuse, rocambolique et farfelue entièrement faite à base de matériaux de récupération. Leur imaginaire explore le rassemblement de forains itinérants et indépendants avec la volonté forte d'intégrer au maximum les locaux au projet. 🌐 bricheforaine.wordpress.com/
- ♣ **La MIC (Maison des Initiatives et de la Citoyenneté) de L'Île-Saint-Denis** est au cœur de la dynamique associative de la ville, elle propose notamment des conseils et boîtes à outils pour monter son association, et propose même de servir de domiciliation (boîte aux lettres, rangement de matériels...) Voir 🌐 www.lile-saint-denis.fr/fr/information/82797/vie-associative
- ♣ **En mai, la CAS (Culture, Art Société) la Fripouille organise à Aubervilliers l'événement « la rue est à nous »**, un « nettoyage festif » de l'espace public auquel vous êtes invités à participer. Les objectifs sont divers : s'approprier l'espace public, sensibiliser à la propreté et au tri sélectif, s'engager collectivement pour le mieux vivre ensemble, et consolider les liens entre

habitants, usagers. Télécharger le document explicatif : [www.cultureartsociete.com/uploaded/La rue est %C3%A0 nous/larueestanus-2016.pdf](http://www.cultureartsociete.com/uploaded/La_rue_est_%C3%A0_nous/larueestanus-2016.pdf) Contact : larueestanus@cultureartsociete.com

- ♣ **À Saint-Ouen, l'association « Mon Voisin des Docks »** a été créée en mars 2014 à l'occasion de la création des jardins partagés du Grand Parc pour y obtenir une des parcelles. Le site des voisins, créé en 2013, sur lequel s'appuie l'association s'attache à informer les habitants des Docks sur leur quartier et promouvoir des initiatives comme "**la Marmite des Docks**". Plus largement les Voisins s'attachent à améliorer la vie de quartier, défendre les intérêts des habitants intégrer au mieux le quartier dans la vie culturelle, associative et citoyenne de leur ville en créant des rapports plus directs entre les habitants et ses différents acteurs. www.monvoisindesdocks.fr/news.php
- ♣ **Reeso : (Réseau d'échanges et d'entraide solidaire organisé)** est une association d'entraide fondée en 2011 qui tente de combattre l'individualisation de la société et le consumérisme effréné en promouvant l'entraide et la solidarité, sur 5 thématiques : Emploi, éducation, opérations de solidarités, Ticket Reeso, et solidarité internationale. www.reeso.fr/contact@reeso.fr ou 06 95 15 64 93
- ♣ **L'association Landykadi, dans le quartier du Landy à Aubervilliers**, organise toute l'année des rencontres conviviales et divers ateliers invitant parents et enfants à s'initier à divers savoir-faire (pratiques ou artistiques). Le point d'orgue des rencontres est le carnaval du quartier, qui nécessite plusieurs week-ends de préparation : confection de costumes, répétitions pour l'animation musicale... Et sur Facebook : « Lanykadi »
- ♣ **À Pierrefitte l'objectif de la guinguette de la Butte Pinson** est de réhabiliter l'ancienne guinguette le Moulin de la Galette située sur la Butte Pinson, rue Suzanne Valadon à Montmagny et la gérer en un lieu d'animations autour de la danse, la musique et la restauration, en cohérence avec la mémoire du lieu et les aspirations des publics d'aujourd'hui. L'esprit général de cette association est de promouvoir en ce lieu la mixité sociale, culturelle et intergénérationnelle et de favoriser l'insertion sociale et professionnelle.

Organiser une fête des Voisins

Les Fêtes des Voisins se sont multipliées depuis quelques années partout dans le monde, à partir d'une première fête à Paris en 1999. Elles sont organisées à une même date, fin mai début juin. Elles ont pour objectif de renforcer les liens de proximité, développer un sentiment d'appartenance à un même quartier, créer une solidarité entre voisins et se mobiliser contre l'exclusion et l'isolement. **10 conseils pour réussir une fête des voisins** www.immeublesenfete.com/10-conseils

PARTICIPER A LA MOBILISATION ET A L'ACTION COLLECTIVE

Face à une situation de plus en plus critique, les prises de conscience et les actions se multiplient, avec des approches diverses. Certains multiplient les actions porteuses d'alternatives sur le terrain, espérant que la dynamique ainsi créée deviendra déterminante. D'autres mettent en avant la nécessité de repenser la totalité des processus politiques et économiques. D'autres encore opèrent un changement personnel dans leur mode de vie, de production et de consommation, estimant qu'il convient d'abord de s'émanciper du consumérisme et du chacun pour soi, retrouver la richesse des relations et le sens de l'action collective, et aller vers un bien vivre. Ces différentes formes de lutte et d'action sont toutes également nécessaires et doivent s'articuler. Il n'y aura de réponse véritable à la crise écologique, sociale, démocratique et culturelle qu'à l'échelle planétaire et à la condition que s'opère une authentique révolution politique, sociale et culturelle, réorientant les objectifs de la production des biens matériels et immatériels, mais aussi les aptitudes humaines de sensibilité, d'intelligence et de désir autour de principes et valeurs convergents.

Faire converger les actions citoyennes porteuses d'alternatives

Il est possible de participer à des actions de mobilisation dans la durée, dont l'objet est de rendre visibles les solutions porteuses d'alternatives. Dès à présent, des centaines de milliers d'actions menées sur le terrain construisent l'avenir et inventent des solutions, comme le montre l'ensemble des exemples cités dans ce guide. Toutes ensemble, elles tracent les contours d'une société à finalité humaine. Il est essentiel de s'organiser pour faire converger ces actions citoyennes, les rendre visibles et montrer leur portée aux yeux des acteurs.

L'AlterTour est une manifestation cycliste organisée en France depuis 2008. C'est un relais cycliste familial et sans compétition qui parcourt les routes de France chaque été à la rencontre d'initiatives alternatives : agricoles, sociales, énergétiques, économiques, solidaires, etc. L'Altertour 2015 a rassemblé de 50 à 250 cyclistes pendant 37 jours, de Bar-le-Duc à Calais sur le thème du climat. L'alter tour 2016 s'est déroulé du 10 juillet au 21 août, en Bretagne. Départ de Notre-Dame-des-Landes le 10 juillet, passage par Trémargat (voir plus bas) le 28 juillet, arrivée à Rennes le 21 août. L'objectif est de dénicher des pratiques exemplaires et de créer du lien, mais aussi de dénoncer le dopage de la société de compétition induit par le capitalisme. Le détail du parcours www.altercampagne.net/

La mutualisation des expériences du Collectif des Associations citoyennes. Depuis 2013, un groupe de travail au sein du CAC s'attache à repérer les nombreux exemples dévoilant la richesse, la diversité et le sens du travail mené sur le terrain par des centaines de milliers d'associations citoyennes et par les citoyens de façon informelle. L'objectif est d'une part de renforcer l'espoir des associations pour leur propre avenir en mutualisant les pratiques, et d'autre part de faire connaître à l'opinion et aux médias la diversité, le sens et la portée des actions menées. Un groupe d'une dizaine de personnes s'est constitué, qu'il est possible de rejoindre.

♣ **Toutes les initiatives** et bien d'autres, sont disponibles sur le portail des acteurs associatifs du territoire entre-acteurs.com/


Grands Parents pour le climat

Grands Parents for a safe earth ou **Grands Parents pour le climat** en français est une initiative originaire de Grande Bretagne composée de grands parents qui se regroupent pour mener des actions de lutte contre le changement climatique dans l'esprit que le présent et l'avenir de la planète ne doivent pas uniquement inquiéter les nouvelles générations destinées à supporter les conséquences du changement climatique. Belle initiative de lutte intergénérationnelle www.campaigncc.org/grandparents (en anglais) ou grandparentsclimatfrance.fr/

Participer au mouvement des villes en transition


Les initiatives de transition ont pour objectif de mettre en place des actions concrètes qui préfigurent de façon symbolique les changements nécessaires à un changement de système. Elles permettent aussi de s'adapter au changement climatique qui est déjà en marche, de manière cohérente avec des perspectives à long terme (ce que montre bien le film Demain). Le mouvement, initié en Angleterre par un professeur en permaculture, Rob Hopkins, privilégie l'action locale car c'est à ce niveau que les citoyens peuvent inventer des solutions adaptées à leur réalité, avec une convergence entre les initiatives citoyennes et celles de pouvoirs publics citoyens. Il se base

notamment sur le concept de résilience (capacité à absorber les chocs et à rebondir). Cela passe par la mise en capacité de la communauté qui doit faire preuve de créativité, afin d'imaginer des solutions adaptées aux forces et au contexte local. On compte dans le monde 2 000 initiatives de villes en transition, dont 150 en France ! Pour rejoindre le mouvement des villes en transition en France et voir les prochaines manifestations

 www.transitionfrance.fr/

Villes et territoires en transition

Les villes en transition s'appuient sur la population pour mettre en œuvre des politiques publiques ambitieuses, notamment des pratiques d'aménagement, de transformation économique, de politique énergétique et d'éducation à l'environnement, dans une démarche globale et partenariale. Le tout formant un ensemble cohérent orienté vers le moyen et le long terme, en associant l'ensemble des acteurs. Cette démarche peut également être entreprise par des petits territoires ruraux ou périurbains.

- ♣ **L'Île-Saint-Denis a été la première commune de France à signer le pacte de transition citoyenne.** Cette expérience s'appuie sur 3 valeurs principales : la citoyenneté, l'écologie et la solidarité. La commune de 7000 habitants est dirigée depuis 2001 par une majorité citoyenne. En une quinzaine d'années, ce petit territoire s'est métamorphosé grâce à l'engagement des habitants, au volontarisme des élus et à l'appui de Plaine Commune, territoire de 410 mille habitants. Ici, la transition énergétique est déjà en marche. Le projet politique œuvre à enraciner une approche sociale de l'écologie, au profit des milieux populaires et de la planète (révolution énergétique, éco quartier fluvial, mobilités douces, bio dans les cantines, habitat participatif). En 2 mandats, la commune est parvenue à diminuer de 50 % ses consommations de carburant et d'eau. Elle a institué une politique volontariste de sobriété fondée sur des gestes simples. Un Pôle d'Hospitalité des activités à Rayonnement Ecologique et Solidaire (PHARES) abrite depuis plusieurs années des associations et des entreprises d'économie sociale et solidaire, etc. Impossible de tout restituer.  www.lile-saint-denis.fr/ sur twitter @ileentransition. Le pacte pour une transition citoyenne : www.transitioncitoyenne.org/wp-content/uploads/2015/03/pacte-transition.pdf

Rejoindre le mouvement des Communs

Le mouvement des Communs s'est organisé au niveau mondial avec l'objectif de récupérer et mettre en commun les biens de l'humanité et de la planète présents et à venir. Il rappelle qu'il existe dans de nombreux domaines des biens d'usage commun à tous les êtres humains, et à la nature elle-même, qui ne peuvent en aucun cas être privatisées ou considérées comme des

marchandises, comme l'eau et les fleuves, la terre, les semences, la connaissance, la science, les forêts, les mers, le vent, les monnaies, la communication et les intercommunications, la culture, la musique et les autres arts, les technologies ouvertes et le logiciel libre, les services publics d'éducation, de santé ou d'assainissement, la biodiversité, les connaissances ancestrales, etc. La question de la propriété est au cœur de la construction des alternatives et s'oppose au mouvement séculaire de transformation des choses et des humains en marchandises.

 www.remixthecommons.org/participate/

Co-construire des villes et des territoires soutenables

Rejoindre **Capacitation Citoyenne**, miser sur les capacités des habitants

Une centaine de collectifs et de structures de tous horizons font vivre **Capacitation Citoyenne** depuis 2000 : belges et français, mais aussi brésiliens et sénégalais. Capacitation, c'est la « mise en capacité », c'est l'idée que, par le collectif, on peut révéler et renforcer les compétences et la capacité d'agir de chacun. Capacitation Citoyenne propose des moyens pour se rencontrer, se ressourcer, se confronter, se renforcer. Il encourage particulièrement la rencontre entre citoyens, professionnels et élus.

 www.capacitation-citoyenne.org/.

Participer à **CAP** ou pas cap ?

Cette association créée en 2013 à Paris, part du constat que les citoyens s'engagent de plus en plus nombreux dans les alternatives citoyennes, mais celles-ci sont trop peu visibles par les non militants et restent assez isolées. L'association s'est donnée trois missions : diffuser des alternatives auprès du plus grand nombre ; fédérer une communauté des alternatives par la mise en réseau ; accompagner les projets concrets. L'association a divisé en 9 thématiques sa vision de la transition et a effectué un gros travail - uniquement à Paris - pour recenser et documenter les alternatives. Elle synthétise les propositions pour les porter auprès des élus et sur sa plateforme web, et a développé une cartographie.

 www.capouascap.paris/

Inciter à co-construire des agendas 21 participatifs

Les démarches d'agendas 21 sont des démarches globales (à la fois économiques, sociales, culturelles, environnementales) d'élaboration d'un projet à long terme pour un territoire défini. La démarche consiste à élaborer un diagnostic concerté pour concevoir un projet stratégique à l'échelle d'une ou plusieurs générations, et un plan d'action périodiquement réévalué et renforcé. Elle fait appel à la participation du citoyen et à une prise en compte globale des interactions entre les différentes actions. Sa construction dure entre un an et 18 mois. Un certain nombre d'agendas 21 se sont co-construits avec les citoyens et l'ensemble des acteurs du territoire, mais ce n'est pas le cas de tous.

En s'appuyant sur des méthodes éprouvées, les citoyens peuvent favoriser l'émergence de démarches de cohérence participatives.

Pour toute information sur la méthode et les exemples, voir au CGDD


 www.developpement-durable.gouv.fr/Les-dernieres-publications-du.html

Sachez que chaque ville du territoire, ainsi que Plaine Commune a développé son propre Agenda 21, rendez-vous sur leurs sites pour les consulter.

Imaginer le quartier ou la ville avec tous les citoyens


Il est possible, sur un territoire de proximité, de créer un espace de rencontres, de réflexion, d'échanges, de fête et de convivialité pour imaginer comment le quartier où la ville peut devenir un lieu de démocratie, de transition écologique et de relocalisation de l'économie..

De nombreux villages d'Alternatiba se sont déroulés sur ce thème en 2015, et, en marge de la COP 21 à Montreuil, pour le village mondial des alternatives. D'autres sont prévus en 2016. Pour en savoir plus rendez-vous sur le site d'Alternatiba

 www.alternatiba.eu ou encore sur leur chaîne Youtube « Alternatiba » (et p.73)

Construire un plan de « descente énergétique »

Les Colibris proposent de construire localement un « plan de descente énergétique » qui se réfère au scénario d'un futur dans lequel l'humanité se sera adaptée avec succès au déclin des énergies fossiles disponibles et sera devenue plus autosuffisante et ancrée localement. Cette démarche est privilégiée par ceux qui voient le pic énergétique comme « l'opportunité d'un changement positif, plutôt que comme un désastre inévitable ».

Des éléments de diagnostic et des pistes de réflexion pour un rétro-planning sont proposés.  www.colibris-lemouvement.org/agir/campagne-tous-candidats/tnt-transformons-nos-territoires/construire-un-plan-de-descente

Développer l'économie solidaire

Il est possible de participer à des activités qui contribuent à faire émerger une autre économie à partir d'engagements citoyens. Partout dans le monde, dans les villes comme dans les campagnes, des projets naissent, des idées éclosent et sortent de terre, des citoyens s'engagent pour le « mieux vivre ensemble ». Elles contribuent à dépasser les lois du marché, renouer les liens de convivialité dissous par la concurrence et l'individualisme, font émerger une citoyenneté active et participent à un développement solidaire (avec le territoire, la société et les générations futures) et écologique des territoires.

Toutes les actions se réclamant de « l'économie sociale et solidaire » ne relèvent pas de cette logique et de cette cohérence. En ouvrant à des entreprises sociales aux contours mal définis la possibilité de relever de l'ESS, la loi sur l'économie sociale et solidaire a créé une confusion dont il sera bien difficile de sortir. Mais beaucoup d'actions décrites tout au long de ce guide développent des formes d'économie solidaire porteuse d'alternatives à la logique dominante lorsqu'elles se fixent des objectifs de service du bien commun, de non lucrativité, de confiance dans l'intelligence et la construction collectives, de solidarité avec le territoire, etc., qu'il s'agisse de coopératives d'habitat, de ressourceries, de circuits courts de produits agricoles ou de l'action de Terre de liens. C'est pourquoi on se contentera ici de donner quelques exemples complémentaires.

Initiatives solidaires porteuses d'un projet de transition écologique

Le territoire de Plaine Commune compte plusieurs centaines d'acteurs pouvant se réclamer de l'économie sociale et solidaire. De la petite association de quartier, à la Société coopérative employant dix personnes ou beaucoup plus, ces acteurs forment un tissu économique local aussi dense que dynamique. Tous œuvrent dans une très large gamme d'activités de la filière alimentaire (production, distribution, transformation, vente) à l'éducation, en passant par l'art et la culture sous toutes leurs formes, l'artisanat, la conception et l'entretien d'espaces publics ...

En savoir plus sur l'ESS à Plaine commune www.plainecommune.fr/nos-actions/developpement-economique/economie-sociale-et-solidaire/#.V0Wrnb6oNeg

Créer votre projet : eco.plainecommune.fr/creer-son-activite/creer-un-projet-en-economie-sociale-et-solidaire/

- ♣ **À L'Île-Saint-Denis, Le PHARES (Pôle d'Hospitalité aux Activités à Rayonnement Ecologique et Solidaire)** regroupe depuis 2001 plus de 15 structures de l'économie sociale et solidaire. Les membres du PHARES s'inscrivent dans une dynamique écologique, d'économie solidaire, de lutte contre les exclusions, d'insertion professionnelle et de développement durable. Ils sont rassemblés autour d'un projet collectif alliant mutualisation de moyens (locaux et services à coûts réduits) et volonté de répondre ensemble aux enjeux de développement local, en développant des actions et réflexions communes. Sur simple inscription, le PHARES en met à votre disposition une de leurs salles de réunion.
 - 🌐 www.lephares.coop Plus d'informations sur le phare
 - 🌐 www.atelier-idf.org/ressources/documents/2/8835,Cite_PHARES.pdf
- ♣ **À Stains, l'association Femmes dans la cité** accompagne des femmes dans leur parcours d'insertion sociale et professionnelle en agissant contre leur isolement et les discriminations. Informer sur tous les droits des femmes. Ce lieu de rencontre, d'écoute et d'échange a la volonté de s'associer pour un vivre ensemble par la promotion de la femme, l'échange interculturel, le respect des différences, la participation à la vie de la cité et le développement d'une économie solidaire. N'hésitez pas à participer aux activités qu'ils proposent : ateliers de recherche d'emploi, de création artistique, fêtes interculturelles et bien d'autres. femme.dans.la.cite@wanadoo.fr ou : 01 48 22 09 98
- ♣ **La MAM (Maison d'Assistante Maternelle) Orge'Mômes** est née en 2013 de l'idée de 3 membres de l'association d'assistantes maternelles *les Bout'Choux d'Orgemont*. Au départ créé pour mettre en commun leurs ressources et accueillir les enfants dans un endroit adapté, ce lieu est devenu une réelle oasis éducative. Les enfants sont initiés à la permaculture et aident à l'entretien du jardin et du poulailler, les parents sont quant à eux réellement intégrés au projet. Et cher parents, on vous y accueille aussi très chaleureusement, vous vous y sentirez chez vous. 🌐 www.seine-saint-denis.fr/Orge-Momes-Epinay-sur-Seine-la-MAM.html
- ♣ L'association « **Les Poussières** », située dans un ancien théâtre d'Aubervilliers développe avec l'aide des habitants des projets artistiques et culturels sous diverses formes musique, créations sonores, cuisine, apiculture, danse, sérigraphie etc. anime un lieu de proximité et à l'échelle locale et internationale. La volonté est de créer de la proximité, de changer le regard de chacun sur le monde qui l'entoure et de valoriser la richesse de chacun. contact@lespoussieres.com ou 01 43 52 10 98 Leur lettre d'information 🌐 us5.campaign-archive1.com/?u=9fefecd62abdbacbf4958c3b8&id=9728829966&e=b8908182fb

Participer au lancement d'une coopérative réellement coopérative et partagée

- ♣ **Située à L'Île-Saint-Denis, Solibio** est une coopérative de ventes de produits Biologiques (aliments, produits ménagers, papeterie etc) afin qu'une alimentation saine soit accessible à tous. Elle est uniquement tenue par des bénévoles avec des prix sont fixés pour ne pas générer de bénéfices. Pour les rencontrer, rendez-vous au rez-de-chaussée du PHARES. 🌐 www.solibio.org/

- ♣ **À Saint-Denis, la coopérative alimentaire Diony-Coop** est une extension de l'AMAP Court-Circuits indépendante et autogérée, elle fonctionne grâce à la participation active de ses membres. Une première boutique ouverte en 2015 est située 2 rue de la Ferme. Fort de son succès, la coopérative en ouvrira prochainement une seconde. Pour plus d'info <https://coopaparis.wordpress.com/2015/09/06/visite-de-la-dionycoop/>
- ♣ Voir aussi la coopérative Andines p. 23 www.andines.com/

Contribuer à la défense des Droits

Il existe de nombreuses initiatives et actions citoyennes en France et à l'étranger qui visent à porter devant les tribunaux certaines contestations relatives à l'environnement. Certaines conditions doivent être réunies (intérêt à agir, agrément des associations, possibilité des recours collectifs) mais qui tendent à se durcir aujourd'hui. Pourtant ces démarches constituent un excellent contrepouvoir pour lutter contre la corruption et les atteintes à l'environnement mais souvent onéreuses et extrêmement chronophage.

Notre Affaire à Tous est une association d'union pour la lutte pour la justice climatique créée lors de la Cop21. Elle utilise le droit comme un véritable outil d'union pour défendre l'intérêt général face à ceux qui détruisent notre planète et porte actuellement un recours contre l'Etat français dans sa mise en œuvre du respect de ses engagements de réduction de ses émissions de gaz à effet de serre. Un recours semblable est en cours aux Pays Bas. www.notreaffaireatous.org/

Participer aux mobilisations d'ensemble pour l'environnement et les droits

Participer à la mobilisation contre TAFTA et CETA (traités transatlantiques secrets portés par les lobbies industriels).

Deux grands projets de traités de libre échange internationaux entre l'Europe et l'Amérique du Nord qui sont en cours d'élaboration et négociés dans le plus grand secret : le CETA avec le Canada (Canada, EU Trade Agreement) et le TAFTA avec les Etats-Unis (Trans Atlantic Free Trade Agreement). Un large collectif de 145 organisations s'est constitué en 2013 pour lutter contre ces projets, qui constituent une nouvelle étape de l'histoire de la dérégulation et de la destruction des États de droit. Avec l'adoption de ces traités, des tribunaux d'arbitrage pourraient condamner les États dont les choix politiques limitent la rentabilité des investissements privés. L'éducation, la santé, la recherche, les transports, les aides aux personnes ne sont plus

considérées que comme des marchés à conquérir. La production de lait et de viande avec usage d'hormones, la volaille chlorée et des OGM, commercialisées aux États-Unis, pourraient arriver sur le marché européen, en laissant totalement de côté le principe de précaution. Ces traités conduiraient à un nivellement par le bas des règles sociales, économiques, sanitaires, culturelles et environnementales, aussi bien en Europe qu'en Amérique du Nord.

Il est possible de **rejoindre un des collectifs locaux**, de s'informer sur l'avancement du projet ou de soutenir ce mouvement, de participer aux actions, de faire un don.

 www.collectifstoptafta.org/

Pour aller plus loin, de nombreux articles ou documents audio expliquent plus en profondeur les principes directifs de ces projets.

 www.alterecoplus.fr/mondialisation/tafta-et-ceta-le-grand-bluff-francais-201605121710-00003442.html

Agir contre les gaz de schiste

La France, et plus particulièrement le Nord-Ouest et le Sud-Est du pays sont avec la Pologne, les réservoirs de gaz de schiste les plus importants en Europe. C'est pourquoi une **forte mobilisation active des citoyens** contre ce désastre environnemental et sanitaire s'est organisée sur tout le territoire. Celle-ci a obligé le gouvernement à interdire l'extraction du gaz de schiste et les expérimentations. Pour l'instant, de nombreux projets sont au point mort du fait du prix du pétrole, mais les sociétés pétrolières, pour s'assurer des ressources nouvelles à long terme, maintiennent la pression pour procéder à des expérimentations. Il convient donc de rester vigilants et mobilisés.

Le Collectif Stop gaz de schiste propose de construire une réflexion sur la nécessité d'une révision en profondeur de notre modèle énergétique et plus largement de notre modèle de développement et de société. Il exige l'annulation immédiate et définitive des concessions et des permis d'exploration et l'arrêt de toutes les opérations en cours.

 stopgazdeschiste.org/

Agir contre l'extraction des combustibles fossiles

Malgré la nécessité d'une transition énergétique rapide, l'exploitation des carburants fossiles perdure à un rythme effréné. Les compagnies pétrolières, minières et gazières comptent parmi les plus riches et les plus puissantes du monde. Elles détiennent ainsi un pouvoir colossal qui leur permet de bloquer les décisions et d'empêcher la transition. Pourtant, il est possible d'agir. **350.org**, fondée en 2007 tire son nom du seuil critique de concentration de CO2 au-dessous duquel il faudrait retomber. Son objectif est de faire pression

sur les gouvernements du monde pour que ces derniers s'engagent à laisser au moins 80 % des carburants fossiles dans le sol et à atteindre 100 % d'énergies renouvelables. Elle organise régulièrement des campagnes en ligne et des journées d'actions de désobéissance civile pacifiques sur le terrain au cours desquelles sont ciblés les projets d'extraction de fossiles parmi les plus dangereux. 🌐 350.org/fr/

Lutter contre les grands projets inutiles

Aujourd'hui, la contestation contre les grands projets inutiles s'organise et se multiplie. Les cas les plus emblématiques de cette lutte sont l'aéroport de Notre-Dame des Landes, le barrage de Sivens (Tarn) et la ferme des Mille Vaches (Somme). **Mais cette lutte a pris une dimension nouvelle.** L'opposition aux perspectives d'achat par le PSG du domaine de Grignon, la révolte dans les Hautes-Alpes contre un projet de ligne à haute tension, montrent une multiplication des projets inutiles mais aussi une multiplication des **prises de conscience vis-à-vis de l'utilisation des espaces publics et privés à but commercial** avec des logiques de rentabilité à court terme, sans vision d'ensemble ni à long terme. Le quotidien Reporterre tient à jour une rubrique des grands projets inutiles imposés qui vous donnera une vue d'ensemble de très nombreux projets. 🌐 reporterre.net/+Grands-projets-inutiles-imposes-

- ♣️ **Le Collectif pour le triangle de Gonesse** s'est constitué en 2011 en réaction à l'annonce d'un projet de centre commercial et de loisirs « Europa City » sur les terres agricoles très fertiles du triangle de Gonesse, situé entre les 2 aéroports du Bourget et de Roissy, sous couvert du Grand Paris. 🌐 nonaeuropacity.com/
- ♣️ **Le Parc de la Courneuve** fait l'objet d'un projet de construction de 24 000 logements, toujours sous couvert du Grand Paris. La construction porterait sur 1,7 million de mètres carrés de logements et de locaux d'activité. 2 000 immeubles seraient construits à l'intérieur du parc, alors que le Parc Georges Valbon constitue un véritable poumon de verdure pour la Seine-Saint-Denis, classé Natura 2000. Pour rejoindre le Collectif
🌐 www.petitions24.net/stop_au_projet_central_park


Participer à Alternatiba

Une multitude de mobilisations partout en France...

Le mouvement Alternatiba est né en 2013 d'un premier rassemblement à Bayonne. Entre 2013 et fin 2015, la dynamique s'est rapidement développée. 130 collectifs Alternatiba locaux ont été créés, qui ont organisé en 2015 plus de 130 villages des alternatives, rassemblant plus de 500 000 personnes à travers la France. Aujourd'hui, Alternatiba développe un programme d'actions dans la


durée. Des villages des alternatives sont en préparation pour les prochains mois. Alternatiba développe des campagnes thématiques sur des sujets comme la transition énergétique ou l'économie locale. Plusieurs projets structurants sont en préparation : création de maisons des alternatives, développement d'une plateforme web des alternatives, commune à de nombreuses organisations, permettant de rendre visibles des alternatives (trouver et adopter l'alternative qui convient et proche de chez soi). Des actions de plaidoyer se développent auprès des élus, avec un travail de réflexion pour faire avancer le thème du climat dans la campagne des présidentielles.


Pour participer à un Alternatiba local près de chez vous :

 www.alternatiba.eu/communaute-alternatiba/les-alternatiba/

Solidarité internationale face au dérèglement climatique

Participer à la semaine de la solidarité internationale

Chaque année, la semaine de la solidarité internationale mobilise des milliers de bénévoles et de salariés autour d'un grand nombre de manifestations thématiques, alliant réflexion, créativité et convivialité partout en France  www.lasemaine.org/la-semaine-en-quelques-clics . En 2016, elle a lieu du 12 au 20 novembre, l'occasion de s'informer et d'informer les autres de l'impact de nos modes de consommation sur les pays du Sud. Deux exemples : l'énorme problème des 250 millions de réfugiés écologiques prévus dans ce siècle, les pénuries alimentaires à venir si on continue sur la voie actuelle. Tout le monde peut y participer.

Pour connaître les lieux de mobilisation les plus proches :  www.lasemaine.org/la-semaine-pres-de-chez-vous Pour monter une action, vous pouvez bénéficier de l'appui de l'équipe d'organisation et de conseils de méthode en prenant contact avec animation@lasemaine.org

COMPRENDRE ET FAIRE COMPRENDRE

Le cœur de ce guide n'est pas uniquement de lister un certain nombre d'initiatives citoyennes innovantes, souvent militantes, pour inspirer l'action des lecteurs mais aussi de servir d'outil de sensibilisation auprès de tous les publics, y compris les moins avertis aux questions écologiques et sociales pour les motiver à agir et à diffuser leurs actions. L'organisation de temps forts comme les rencontres d'Alternatiba, des forums ou des manifestations sont essentielles pour créer une dynamique collective et alerter l'opinion. Mais elles ne sont pas suffisantes pour engager un dialogue avec la majorité de nos concitoyens. Pour cela il faut aller directement à leur rencontre, en leur parlant de questions concrètes qui les touchent. Si l'on parvient dans un premier temps à les sensibiliser en donnant à chacun l'espoir qu'il peut contribuer à changer les choses, on a déjà fait la moitié du travail. C'est pourquoi nous avons commencé ce guide par des questions très concrètes : manger autrement, se maintenir en bonne santé, se déplacer, etc.

Notre souci à travers cette partie est d'aller au-devant des classes populaires, des jeunes, des habitants des territoires, sans se limiter aux classes moyennes des villes, les plus perméables aux enjeux et aux modes de vie écologiques, pour comprendre et faire comprendre le sens et la portée globale des actions proposées. De nombreux réseaux associatifs sont déjà porteurs d'actions dans ce sens : réseaux de l'éducation à l'environnement, organisations d'éducation populaire, mais aussi de nombreuses autres dont l'éducation n'est pas l'objet principal.

Ce chapitre apporte un certain nombre d'éléments d'information et de compréhension des enjeux écologiques, ainsi que quelques méthodes de sensibilisation. Mais comme les documents sont extrêmement nombreux et se renouvellent très vite, il est hors de question d'apporter une information exhaustive dans le cadre de ce guide. Le lecteur trouvera plus d'éléments sur le site du CAC www.associations-citoyennes.net/ecologie/category/outils-et-references/

S'informer

Il est possible de mieux comprendre les causes des dysfonctionnements actuels, et voir comment aller vers des logiques alternatives de développement soutenable, en s'informant via les médias classiques, les médias alternatifs, les articles scientifiques et les publications des associations. A l'heure actuelle, l'information est à la fois facilement et difficilement accessible. Il est nécessaire de faire des choix, d'avoir un regard critique sur les informations (qui a écrit tel article, quels sont ses liens avec le sujet, quels sources ont été utilisées pour le documenter), et de croiser le plus possible diverses sources. C'est tout un apprentissage où l'on peut s'entraider. Voici quelques références de sources auxquelles on peut se référer. La liste est forcément incomplète.

Sur le net

Plusieurs médias indépendants ont pu voir le jour avec l'essor d'Internet, sur lesquels on peut s'appuyer :

Bastamag ! Basta ! est un média indépendant sur Internet, gratuit et libre d'accès, centré sur l'actualité économique, sociale et environnementale. Constitué d'une équipe de journalistes et de militants associatifs, il contribue à rendre visible des enjeux écologiques, aux actions citoyennes, aux revendications sociales, aux mouvements de solidarité et aux alternatives 🌐 www.bastamag.net/

Reporterre, le « quotidien de l'écologie » propose des informations claires et pertinentes sur l'écologie dans toutes ses dimensions, ainsi qu'un espace de tribunes pour réfléchir et débattre 🌐 www.reporterre.net/

La bas si j'y suis, était une émission sur France Inter qui a été supprimée, mais continue sur Internet 🌐 www.la-bas.org/

Médiapart est un journal généraliste indépendant et financé uniquement par ses abonnements. Certes, l'information y est payante mais de bonne qualité et diverse : articles, web documentaires e-books etc. 🌐 www.mediapart.fr/

Emissions de radio

Plusieurs émissions de radio constituent également des sources d'information et de débat :

CO2 mon amour, sur France Inter, est une émission toujours très intéressante de Denis Cheissoux, le samedi de 14 heures à 15 heures :

🌐 www.franceinter.fr/emission-co2-mon-amour

Terre à Terre, sur France Culture, est une émission de Ruth Stégassy le samedi de 7h05 à 8h, qui traite des questions d'environnement et fait le lien entre les informations et les initiatives locales venant des associations des particuliers ou des collectivités, en les resituant dans leur contexte.

🌐 www.franceculture.fr/emission-terre-a-terre-0

Carnets de campagne, sur France Inter, est une émission animée par Philippe Bertrand chaque jour de semaine de 12h30 à 12h45, qui présente des réalisations de terrain sous forme de témoignages des acteurs et montre la richesse et la diversité des actions menées par les départements.

🌐 www.franceinter.fr/emission-carnets-de-campagne

♣️ **L'œil à l'écoute**, une association d'éducation populaire de Seine-Saint-Denis vise à développer la création et l'information par des jeunes habitant le département. Créée en 2005, elle diffuse chaque samedi une émission d'une heure sur Radio Campus Paris 93.9.

🌐 www.radiocampusparis.org/loeilalecoute/

♣️ **Hébergé par l'association La Boîte Militante dans les locaux du PHARES de L'Île-Saint-Denis**, **L'AlterJT** est un média Alternatif lancé en 2014 qui revendique son autonomie, sa liberté de ton et son ouverture à la diversité. Le collectif altermondialiste les Désobéissants a initié le projet. L'ensemble des contenus est discuté et validé reprises par les salariés et les bénévoles se réunissent en conférence de rédaction aux différentes étapes du processus.

🌐 www.alterjt.tv/

pour découvrir les Désobéissants 🌐 <http://www.desobeir.net/>

Presse écrite

De nombreuses publications existent, au format papier et sur Internet. Nous nous risquons à en citer quelques-unes :

Politis est un hebdomadaire d'informations politiques générales, à forte sensibilité écologique à la fois papier et numérique. 🌐 www.politis.fr/

L'âge de faire est un mensuel au format papier, qui tire à 30 000 exemplaires pour témoigner des expériences alternatives en matière de réappropriation de l'économie, de création de lien social, d'écologie et d'engagement citoyen :

🌐 www.lagedefaire-lejournal.fr/

Les z'indignés, revue des résistances et des alternatives, est une revue mensuelle de réflexion, fondée par Paul Ariès, dans laquelle on trouvera des articles de Yann Fiévet et de bien d'autres 🌐 www.les-indignes-revue.fr/

Silence, revue mensuelle écologiste et non-violente, est un « explorateur d'alternatives » qui traite de thèmes liés à l'environnement (énergies, agriculture, pollutions, santé...) et à la société (féminisme, non-violence, relations nord-sud, décroissance...), en privilégiant une approche transversale et en présentant des alternatives.

🌐 www.revuesilence.net/

L'écologiste, revue trimestrielle de référence, édition française de The Ecologist, propose des analyses thématiques centrées sur un sujet de fond ou d'actualité

🌐 www.ecologiste.org/contents/fr/d6.html

La Hulotte, "le journal le plus lu dans les terriers" est un véritable trésor d'éducation et d'éveil à la nature et au vivant. Chaque numéro raconte la vie d'un animal sauvage avec des histoires très ludiques, souvent captivantes et très rigoureusement détaillées et documentées. Il émerveillera aussi bien les enfants que leurs parents. Introuvable en kiosque ou en librairie. 🌐 lahulotte.fr/

Films, images et vidéos.

L'image et le son constituent des dimensions indispensables à toute action de mobilisation.

On trouvera sur le site les **références de plus de 110 films**, qu'il est impossible de restituer ici faute de place, organisés en plusieurs thématiques (eau, ressources, énergie...) et de différents formats sur 🌐 www.associations-citoyennes.net/ecologie/category/outils-et-references/films/, certains de 10 minutes pour introduire un débat, d'autres plus longs (52 minutes) pour apporter un éclairage plus en profondeur comme. Deux exemples parmi cent :

Que mangeons-nous vraiment - De la terre à l'assiette France 3 2015.

Les agriculteurs français sont désormais en concurrence directe avec ceux des pays émergents. A côté de cette course à la productivité, d'autres filières valorisent des produits de qualité qui s'exportent bien et sont très rentables.. 95'

La tentation du schiste, France 5 (2014). Alors qu'aux Etats-Unis l'exploitation du gaz de schiste a créé un renouveau économique, ce sujet fait polémique dans l'Hexagone. Ce documentaire propose d'évaluer l'alternative énergétique que représentent les hydrocarbures de roche-mère.

Documents

RAC (Réseau Action Climat), est une association spécialisée sur la question climatique et membre du réseau international Climate Action Network. L'une de ses missions est d'informer citoyens et décideurs sur les enjeux du défi climatique. A ce titre, leur site français est une véritable mine d'or pour qui veut en apprendre d'avantage sur le défi de ce siècle quel que soit vos connaissances actuelles. Rendez-vous sur leur site, vous pourrez y trouver des kits pédagogiques, des rapports d'expertise, des brochures et autres documents classés par thématique.

 www.rac-f.org/


Voir, rencontrer, aller sur le terrain

Des centaines de milliers d'actions sont menées dans de nombreux domaines pour restaurer le lien social et la solidarité, défendre les droits fondamentaux, développer d'autres relations humaines, lutter contre le dérèglement climatique et amorcer la transition écologique, développer des logiques de coopération et de participation citoyenne, favoriser l'épanouissement des personnes et la vie commune. A elles toutes, ces actions dessinent les contours d'un monde plus juste, plus solidaire et plus écologique. Elles portent en elles la possibilité d'une transformation profonde de nos valeurs et de nos sociétés. Au-delà de l'information par écrit ou par l'image, il est essentiel de voir, de rencontrer celles et ceux qui réalisent des actions, d'échanger avec elles et eux sur place. C'est la rencontre entre les personnes et le croisement de regards différents qui permettent la prise de conscience.

Organiser des rendez-vous de l'écologie citoyenne

Il est possible d'organiser des temps d'échanges en allant sur place rencontrer les acteurs d'une expérience qui, sur le terrain, démontrent par l'exemple ce qu'il est possible de faire, dans de nombreux domaines évoqués dans ce guide. Ces temps d'échanges peuvent regrouper des citoyens qui souhaitent s'informer et savoir comment faire, d'autres acteurs qui sont porteurs d'initiatives similaires, des élus et des responsables administratifs avec qui il est possible d'engager plus facilement un dialogue dès lors qu'on est ensemble sur le terrain.

Un exemple de RDV organisé dans le cadre d'un parcours des alternatives, une rencontre a été organisé sur place entre un groupe de militants et l'association Espaces, à Chaville. Pour voir comment cette association conjugue une démarche

d'insertion professionnelle et personnelle de personnes en difficulté, l'entretien et l'amélioration des espaces naturels et des travaux d'aménagement, avec une forte exigence de cohérence sociale et environnementale, se reporter à la fiche issue de cette rencontre  www.associations-citoyennes.net

Balades urbaines, diagnostic écologique en marchant

Il est essentiel d'appuyer l'action commune sur un territoire sur des observations partagées. On peut pour cela effectuer un diagnostic en marchant, en y associant des citoyens, qui ont une « expertise d'usage », des associations, des élus, des fonctionnaires et des représentants des entreprises. Il s'agit d'effectuer en marchant un diagnostic de l'état écologique d'un territoire (terrain agricole, quartier ville...), puis de débattre des observations réalisées et faire des propositions, voire, en cas de blocage, de mener des actions concrètes. L'échange porte aussi sur les pistes de solution : rôle respectif des habitants et des services publics, modes de mise en œuvre des solutions individuelles, collectives et techniques, échanges sur les limites du possible (limites des habitants, limites financières, limites culturelles). C'est un des meilleurs moyens pour discerner des problèmes à temps et pour arriver à se comprendre entre acteurs différents.

En Seine-Saint-Denis, les Toxic Tours Detox 93 proposaient pendant la COP 21 des balades de quartier pour découvrir les problèmes environnementaux près de chez soi. Cela a permis d'aller à la rencontre des habitants du quartier pour leur montrer qu'ils sont concernés et créer des convergences.

 www.facebook.com/pages/Toxic-Tour-Detox-93/641260695994905

S'éduquer à un regard plus libre sur les médias et la publicité

Il n'y a pas de changement climatique ni de transition écologique sans éducation des citoyens. Mais loin de favoriser l'éducation, la société dominante utilise massivement les médias et la publicité pour conditionner les esprits et formater les consciences, avec des méthodes sans cesse plus sophistiquées de manipulation de l'inconscient. Les médias dominants sont aujourd'hui porteurs d'une terrible régression éducative. Mais une éducation au regard critique est possible sans beaucoup de moyens :

Analyser ensemble un journal télévisé. On regarde ensemble le journal à partir d'une grille d'observation pour distinguer les séquences, ce qui nous frappe dans le contenu, quelques phrases significatives. Chacun prend des notes, puis on se donne un temps de discussions pour échanger sur les expressions.

Analyser les tunnels de publicité. On enregistre les plans et des images, pour pouvoir revenir plusieurs fois sur un spot pour l'analyser. Ce travail donne une

perception de l'ampleur et l'orientation des informations qui sont avalées par le consommateur en l'espace de quelques minutes.

Analyser les affiches des publicités murales. Pendant quelques semaines, chacun utilise son téléphone pour prendre, dans la ville, des photos des publicités murales qui le frappent, soit par le caractère inclusif du message, soit par la construction et le style de l'image. On rassemble ensuite toutes les images pour les analyser en groupe en essayant de discerner le contexte, le message véhiculé, les moyens, les ressorts utilisés, les représentations de la société et de la vie qui sont véhiculées.

« Pour un regard plus libre sur les médias dominants et la publicité » – fascicule N°16 de RECIT (2010)

Débattre, échanger, réfléchir aux causes et aux conséquences

Promouvoir une logique de lucidité et de responsabilité

Les dérèglements climatiques et les désastres écologiques ne sont pas les phénomènes uniquement en cause. Comme il est dit dans l'introduction, il s'agit d'une crise globale où tout est lié, qui nécessite de changer de système. Rendre notre maison commune, la terre, habitable par tous, nécessite bien sûr de préserver l'environnement, mais il faut aussi réduire les inégalités, abandonner la logique de croissance et d'accumulation qui domine aujourd'hui le monde, respecter les droits fondamentaux et la diversité des cultures, restaurer une éthique dans la conduite des affaires publiques, permettre plus de démocratie participative, promouvoir d'autres raisons d'agir et de vivre ensemble.

De même, les errements actuels sont porteurs de graves conséquences. Alors que les responsables s'obstinent à ne pas voir la portée de leurs actes, hormis en termes de profit réservé à quelques-uns, il est essentiel que les citoyens et leurs organisations s'inscrivent dans une logique de pleine conscience et de responsabilité vis-à-vis des habitants de la planète, des sociétés d'aujourd'hui, et celles des générations futures. Dans l'histoire, qui sommes-nous ? Quel monde préparons-nous pour nos petits-enfants ?

Approfondir les causes pour faire converger les actions

Face à des perspectives alarmantes, les prises de conscience et les actions se multiplient aujourd'hui. Mais chaque organisation a son prisme

d'entrée, avec des stratégies différentes : certains multiplient les actions porteuses d'alternatives sur le terrain, espérant que la dynamique ainsi créée pourra déstabiliser l'hégémonie du système actuel. D'autres mettent en avant la nécessité de repenser la totalité des processus politiques et économiques. D'autres encore opèrent un changement personnel dans leur mode de vie, de production et de consommation, estimant qu'il convient d'abord de s'émanciper du consumérisme et du chacun pour soi, de retrouver la richesse des relations et le sens de l'action collective pour aller vers un bien vivre. Pour certains il est important de dénoncer et critiquer ce qui va mal. Pour d'autres, il est plus opérant de proposer des solutions positives.

Articuler les différents chemins de la transition

Ces différentes formes de lutte et d'action sont non seulement toutes nécessaires mais complémentaires et doivent s'articuler. Il n'y aura de réponse véritable à la crise écologique, sociale, démocratique et culturelle qu'à l'échelle planétaire et à la condition que s'opère une authentique révolution politique, sociale et culturelle, réorientant les objectifs de la production des biens matériels et immatériels, mais aussi les forces humaines de sensibilité, d'intelligence et de désir, autour de principes et de valeurs convergents.

Pour réfléchir à cette articulation, le collectif a entrepris une réflexion commune avec différents réseaux pour préciser cette articulation entre les différents **chemins de la transition**, en redonnant du poids aux mots en s'appuyant sur les pratiques des uns et des autres. La synthèse de cette réflexion :

 www.associations-citoyennes.net/?p=7294


Soirées ou journées débats

La démultiplication du travail de réflexion et de sensibilisation peut également s'appuyer sur les associations et les groupes constitués. Il est possible d'enclencher une dynamique collective et des dynamiques individuelles. Beaucoup de personnes sont conscientes des dysfonctionnements actuels, pensent que la société va mal, mais ne sont pas au clair sur les causes ni sur l'existence d'alternatives. Des temps d'explication et de réflexion collective sont très utiles, en s'appuyant à la fois sur les savoirs de chacun et les savoirs constitués. Ils aident les personnes et les groupes à se mettre en mouvement en comptant sur leurs propres forces :

Débat autour d'un livre, d'un film ou d'une vidéo. Bien que la méthode soit tout à fait classique, il n'est pas inutile de rappeler ici la possibilité d'organiser des débats autour d'un film ou d'une vidéo. Compte tenu de la puissance de l'image, une projection même courte a un impact important. Le rôle de l'image est ici de prolonger la réflexion de ceux qui agissent sur le terrain, mais aussi de proposer un support supplémentaire de réflexion, plus proche et plus accessible que l'écriture. Tout dépend bien sûr du choix des thèmes et du support.

Cafés citoyens

Le débat est essentiel pour faire progresser les idées. Il est possible avec très peu de moyens d'organiser un café citoyen, un « éco café », etc. Il s'agit le plus souvent de rendez-vous réguliers, ouverts à tous, centrés sur l'information et le débat, avec l'idée que la controverse fait progresser les idées. De nombreuses associations organisent des cafés citoyens afin de discuter de leur rôle dans la dynamique créée par la conférence internationale.

- ♣ **Situé à Aubervilliers et créé par l'association AVEC, le Grand Bouillon** est un lieu de vie intergénérationnel accueillant pour les femmes et pour les hommes, un lieu de mixité sociale, d'ouverture culturelle, un lieu de débat et d'échanges entre citoyens, un lieu de découverte d'œuvres et de cultures, un espace de partage de pratiques, de savoirs et de savoir-faire. Là-bas, vous pourrez assister à des spectacles, café philo, expos, etc. Le lieu est ouvert du mercredi au samedi à partir de 11 h  www.grandbouillon.org/

Quelques textes de référence

On trouvera sur le site une quinzaine de textes de référence ou d'actualité concernant l'accord de Paris (COP 21), les analyses de Greenpeace et d'ATTAC, ainsi qu'un certain nombre de textes historiques et de résumés d'ouvrages de référence. Voici une liste provisoire, qui sera complétée sur le site au cours des prochains mois :

- 1972 – « *Halte à la croissance* », Rapport Meadows du Club de Rome
- 1973 – *L'utopie ou la mort*, René Dumont
- 1989 – *Les 3 écologies*, Félix Guattari
- 1992 – Déclaration du Sommet de la Terre à Rio
- 2001 – *De notre servitude involontaire*, Alain Accardo
- 2009 – Manifeste pour la récupération des biens communs
- 2010 – *Adieu à la croissance*, Jean Gadrey
- 2014 – Charte d'Alternatiba
- 2015 – Déclaration islamique sur le changement climatique
- 2015 – Encyclique « *Laudate Si* », Pape François

2016 – *Un humanisme spirituel pour le XXI^e siècle*, Wu Weiming

2016 – Les chemins de la transition, CAC, synthèse d'un séminaire

Chacun a fait l'objet d'une courte présentation et peut être téléchargé.

 www.associations-citoyennes.net/ecologie/category/outils-et-references/textes/

L'éducation à l'environnement et au développement durable

De nombreux citoyens restent encore aujourd'hui peu sensibles et informés aux problématiques liées à l'environnement. Les raisons sont diverses, allant d'un simple manque d'intérêt pour le sujet à la faible visibilité des informations sur les questions liées à l'écologie. Il existe pourtant de nombreuses associations qui se sont données pour mission de partager au plus grand nombre les problèmes et les bonnes pratiques en matière d'environnement.

Participer aux actions du Graine ou du Graines de votre région.

Le réseau Graine (Groupement Régional d'Animation et d'Information sur la Nature et l'Environnement) rassemble par région ou par département de très nombreux acteurs de l'éducation à l'environnement et au développement durable pour organiser des journées d'échanges, des actions de terrain, mener un travail d'information, d'orientation et d'accompagnement de projets, des actions expérimentales. Chacun regroupe jusqu'à une centaine de structures de terrain qui chacune mènent des actions. Il est donc impossible de décrire ici la gamme et la richesse de toutes les actions menées.

Pour connaître le GRAINE de votre région et les associations locales :

 reseauecoleetnature.org/qui-sommes-nous/un-r-seau-des-r-seaux.html

Vous pouvez devenir adhérent, à titre individuel ou au titre d'une association, pour aider à la réalisation bénévole de projets (bricolage, missions ponctuelles de recensement de saisie d'informations ou partenaire). Le plus simple est de consulter le site du réseau GRAINE de votre région, puis contacter la structure la plus proche.

 reseauecoleetnature.org/qui-sommes-nous/un-r-seau-des-r-seaux.html


Un débat par classe pour le climat ». Le Réseau École et Nature et un certain nombre de partenaires : ICEM Pédagogie Freinet, l'Office centrale de la coopération à l'école (OCCE) et plusieurs syndicats (SNUIPP, SGEN CFTD) ont lancé

avant la COP 21 l'initiative d'organiser un débat sur le climat dans les classes ainsi que dans tous types d'espaces éducatifs (MJC, Conseils des enfants, centres de loisirs ou d'animation, etc.). Pour cela, des fiches méthodologiques étaient proposées aux enseignants, animateurs, parents, associations, collectivités ou tout citoyen pour qu'ils puissent susciter de tels débats. Ces documents ne se limitent pas à la COP, sont applicables à tous les débats concernant le climat, sont toujours disponibles sur le site

 reseaucoleetnature.org/un-debat-par-classe-pour-le-climat.html

Le réseau GRAINES (Groupe de Réflexion d'Action d'Initiative pour la Nature l'Environnement et la Solidarité) organise régulièrement des rencontres, débats et autres actions qui ont pour objectif de sensibiliser le plus grand nombre (citoyens comme collectivités) à différents sujets comme l'alimentation, le jardinage écologique, la gestion des déchets, les transports en mode doux et sur des sujets d'actualités. Les bénévoles travaillent localement avec différents partenaires auprès de divers acteurs (élus, citoyens, enfants) dans le but de sensibiliser, d'informer au cours d'animations environnementale mais également lors de challenges. Celui organisé en 2015 sur les modes de transports doux avait réuni 36 classes, de 10 écoles différentes de la communauté de communes. Outre leurs actions pédagogiques de sensibilisation organisées dans les écoles, GRAINES a également à cœur de jouer un rôle d'entremetteurs entre acteurs partageant leur philosophie.


Cette volonté a, par exemple, débouché en 2009 sur la création de l'AMAP de la Coise, qui a vu le jour suite à 3 soirées-débats organisées autour du film "Nos enfants nous accuseront". GRAINES a suscité et accompagné sa création et sa mise en route. Elle est maintenant indépendante et nous en sommes ravis.

Site de l'association GRAINES  association-graines.fr/ contact@association-graines.fr ou 04 77 54 17 62 l'Amap : amapdelacoise.free.fr/





Travail dans la durée avec une classe ou un groupe d'élèves

Un travail dans la durée, avec une classe ou un groupe d'élèves, en lien avec les enseignants, peut permettre de construire collectivement un plan d'action pour la transition écologique, réalisé par les élèves eux-mêmes, afin de réfléchir aux enjeux climatiques et écologiques et aux mesures plus larges qu'il faudrait prendre pour répondre aux enjeux de la transition écologique.

- ♣ **À Stains, un poulailler et un potager éphémères** ont été aménagés dans la friche Durand, en attente de construction, avant que celle-ci n'accueille des logements neufs. Cette initiative a été menée par les étudiants de l'école nationale supérieure de paysages de Versailles, qui ont créé l'association

Chifoumi pour l'occasion, dont les bénévoles entretiennent et développent dans le but de « Construire le vivant ». Un travail dans la durée a été entrepris avec les classes de l'école primaire Romain Rolland située à proximité autour d'ateliers éducatifs. L'accent est mis sur la pédagogie notamment autour de la gestion des déchets : les habitants nourrissent les poules avec les restes de leurs repas, qui leur fournissent quelques œufs en retour. Ce lieu de rencontre intergénérationnel permet non seulement aux habitants de se réapproprier leur ville, mais aussi de recréer du lien et de la convivialité.  blogchifoumi.wordpress.com/

Contribuer à l'éducation à l'environnement et au développement durable

- ♣ **Mund Gawi** (« Protège-pays » en celte, devenu « Monjoie ») est un collectif d'acteurs et un réseau d'associations de Plaine Commune engagés dans la transition et dans la mobilisation pour le climat. Par leurs divers projets, ils démontrent qu'il existe des alternatives à nos modes actuels de consommation, de production, de relations, de vie urbaine, et qu'il est même possible d'en inventer bien d'autres. Ils s'installent sur des terrains en friche ou dans des espaces publics, avec l'autorisation de la ville, et y mènent débats et ateliers avec les habitants de passage.
 www.facebook.com/mundgawi
- ♣ **Les Petits Débrouillards** est un mouvement associatif d'éducation populaire qui, depuis 1984, offre aux enfants des activités scientifiques et techniques, participe de manière significative aux débats de société sur l'éducation et la culture. Organisé en réseau, il contribue à former des citoyens actifs, capables d'opinions réfléchies et critiques, acteurs de la construction du monde de demain. L'action des Petits Débrouillards auprès des enfants est guidée par un ensemble de convictions et de valeurs éducatives partagées qui s'expriment simplement.
 www.lespetitsdebrouillards.org/
- ♣ **À Villetaneuse, la ferme pédagogique de la Butte Pinson**, mène une double mission. La découverte des animaux et de la vie de la ferme sert de support à une sensibilisation plus large des visiteurs (mais pas que, la ferme est aussi mobile) autour de thématiques comme les circuits courts, le recyclage et l'éco-pâturage. Deuxièmement, y intégrer une démarche d'insertion sociale et professionnelle pour des jeunes, grâce au cadre apaisant du travail à la ferme. Une multitude d'activités et d'ateliers sont régulièrement organisées à la ferme le tout dans une ambiance joyeuse et conviviale c'est le cas par exemple de la guinguette, organisée dès les beaux jours.
 www.la-ferme-pedagogique.org/fermepeda@r2k.coop
- ♣ Quelques initiatives :
 www.plainecommune.fr/fileadmin/Mediatheque_de_Plaine_Commune/Portal/DOCS/LA_DOC/Ecologie_urbaine/expo_climat_assos.pdf

Des temps de vacances collectives autogérés pour vivre l'écologie et la démocratie au quotidien

Comme l'ont expérimenté des générations de militants au sein des mouvements de jeunesse, certaines colos, voyages ou camps de jeunes sont des temps privilégiés d'apprentissage de pratiques et de transmission de valeurs communes, dès lors qu'elles reposent sur un véritable projet éducatif. Il est possible aujourd'hui de développer consciemment dans ce cadre des expériences d'écologie au quotidien en voici un exemple.

Un camp écologique du MRJC s'est tenu en juillet 2015 à Rouvroy-les-Merles (Oise). Nourriture bio et locale pour les 350 participants, toilettes sèches, shampoings et produits d'entretiens naturels ou biologiques, mais aussi des rencontres et travaux avec les agriculteurs voisins, des débats et des jeux de rôle pour comprendre la dimension écologique et la dimension sociale de notre société.

 www.reporterre.net/Quand-un-camp-de-vacances-de-jeunes-vit-l-ecologie-au-quotidien

Sensibiliser plus largement

Ce chapitre est simplement amorcé, car un travail plus approfondi de recueil des méthodes de sensibilisation est prévu pour les prochains mois. L'objectif est d'aller au-devant de tous les publics, classes populaires, jeunes, habitants des milieux urbains et ruraux, sans se limiter aux classes moyennes des villes, les plus perméables aux enjeux et aux modes de vie écologiques. Si on veut élargir l'audience, les trois arguments qui ont le plus d'impact sont premièrement que les approches écologiques sont sources d'économies et d'une meilleure santé et conditionnent l'avenir des enfants. Viennent ensuite seulement le risque climatique popularisé par la COP 21 et la convivialité dont beaucoup d'actions proposées sont porteuses.

Plusieurs réseaux associatifs sont déjà porteurs d'actions dans ce sens : les réseaux d'éducation à l'environnement, organisations d'éducation populaire, mais aussi de nombreuses autres dont l'éducation n'est pas l'objet principal. L'importance de l'enjeu écologique appelle à une coopération, à la mise en réseau au niveau des territoires et à une mutualisation des savoirs.

Agir pendant une manifestation, une fête, un forum

On trouvera sur le site du CAC quelques conseils pour monter un stand ou des activités au cours d'une manifestation (universités d'été, forums des associations, etc.) Nous donnons ici quelques exemples :

Tenir un stand permet de rendre visible l'action menée, de la faire connaître par des panneaux, des documents, éventuellement des clips, de nouer des contacts avec des personnes nouvelles et de sensibiliser celles et ceux qui s'arrêtent pour discuter. Le CAC dispose de 2 stands en kit pouvant être mis à disposition d'équipes locales. Nous contacter.

Animer un atelier de création d'objets d'art à partir d'objets de récupération. Ma ressourcerie (Paris 13^{ème}) réalise des vêtements chics à partir de matériaux de récupération, avec une couturière styliste. Des animaux et des petits objets sont également fabriqués à partir de matériaux récupérés par l'association Les Alchimistes. Des fleurs, guirlandes et pompons sont réalisés par l'association les Filles du Facteur. 🌐 maressourcerieparis13.org/village-de-la-recup-le-samedi-30-mai/

Développer les activités pour enfants. Alternatiba Saint-Quentin-en-Yvelines a développé plus de 15 ateliers pour les enfants comme, par exemple, le tri des déchets (avec les maisons de quartier), le climat : animation coulisse, débat sur le climat pour les enfants (et pour tout public). 🌐 www.alternatiba.eu/sqy/

Aller au-devant des habitants, engager le dialogue

Plusieurs idées de méthodes et d'outils sont possibles. En voici quelques-unes.

♣ **Des stands en pied d'immeuble.** Quand Florence, de Solicités, veut sensibiliser les femmes d'un groupe d'immeubles aux dangers des produits de synthèse pour la santé, elle installe un stand au pied d'un immeuble et propose aux passantes de fabriquer elles-mêmes des cosmétiques à partir de produits naturels. Elle leur montre que cela leur revient beaucoup moins cher que l'achat de ces produits au supermarché et que c'est meilleur pour la santé. A partir de là, elle peut développer une information et une sensibilisation aux dangers des produits de synthèse, exemples à l'appui. 🌐 www.solicites.org/

Former des porteurs de parole

Pour élargir la sensibilisation à des publics jeunes ou de personnes non-averties, on peut former des porteurs de parole qui vont développer des contacts informels. Cette formation peut se réaliser en petits groupes, de 5 à 10 personnes. Il est également possible de former des personnes relais, motivées pour en convaincre d'autres, au sein d'une institution sur un

territoire. L'objectif est d'apporter une première information sur les enjeux climatiques et écologiques en les reliant aux autres enjeux de société, un aperçu de la gamme des actions possibles, des exemples de méthodes pour relayer l'information et engager un dialogue, soit de façon individuelle, soit par petits groupes, et pour faire marcher le bouche-à-oreille.

Former des intervenants

On a aussi besoin de former de façon plus approfondie certaines personnes afin qu'elles soient capables d'intervenir dans des conférences, au niveau de colloques ou de débats contradictoires, notamment dans les médias :

NégaWatt a formé 22 ambassadeurs pour assurer la tenue de conférences de présentation du scénario Négawatt sur l'ensemble du territoire.

Le Collectif des Associations Citoyennes prépare pour 2017 des temps de formation pour des intervenants potentiels capables de démultiplier la démarche de sensibilisation au niveau d'associations ou dans des réunions publiques.

L'association Voisins malins a pour but « d'insuffler une dynamique nouvelle dans les quartiers en valorisant les compétences des habitants ». Ils développent un réseau d'habitants qui deviennent porte-parole de leur quartier. Ces formations d'ambassadeurs permettent de répondre aux attentes et aux besoins spécifiques des citoyens avec une relation de confiance, une certaine indépendance vis-à-vis des institutions et en favorisant l'empowerment. www.voisin-malin.fr/

Utiliser les réseaux sociaux

Les réseaux sociaux constituent un vecteur essentiel de la diffusion d'information grâce à leur étendue, leur capacité à démultiplier l'information et la diffuser à de larges publics. Il est essentiel de publier l'annonce d'un événement (manifestation, atelier, sortie..) sur les réseaux sociaux, accompagné de photos ou de petites vidéos pour les faire connaître plus largement. Plusieurs adresses peuvent être utilisées à côté des réseaux sociaux « traditionnels » :

Les agendas collaboratifs. Par exemple **Démosphère** qui est un agenda alternatif en ligne qui publie toutes les manifestations, projections, débats, actions et autres initiatives citoyennes sur des territoires locaux et sur une large palette thématique sociale, culturelle et environnementale. Les agendas sont gérés par des collectifs locaux indépendants et chacun peut proposer un événement pour référencement soumis à modération. Mais de nombreux autres agendas alternatifs et locaux existent. <https://demosphere.eu/fr> ou agendavalleedelabievre.iimdo.com/

Développer la dimension artistique des manifestations

Le dynamisme d'une manifestation est fortement lié à l'organisation de concerts, de spectacles, de théâtre forum, de conférences gesticulées, d'ateliers créatifs, etc. Pas de fête sans cette dimension artistique ! Ce genre d'événements est souvent l'occasion de donner la parole à des artistes autant qu'à d'autres personnes diverses et variées.

Se réapproprier la culture et la création artistique comme un bien commun avec une AMACCA

Les AMACCA (Associations pour le Maintien des Alternatives en matière de Culture et de Création Artistique), fondées sur le modèle des AMAP en ce qu'elles proposent un modèle économique alternatif, aident des artistes locaux, en situation souvent précaires, à monter leurs projets et à présenter leurs créations à de nouveaux publics tout en favorisant la convivialité. Elles permettent aussi aux citoyens de sortir de leur rôle de simples consommateurs et de s'emparer des projets culturels. Ils deviennent ainsi des « spect'acteurs », à travers un dispositif de développement local participatif. Les AMACCA replacent la culture entre les mains des citoyens et militent pour une culture non marchande, une réappropriation de ce bien commun.

Développer les spectacles et les manifestations artistiques

L'art et la culture sont des dimensions essentielles de la prise de conscience. Une création artistique remplace efficacement de longs discours. Une enquête a été lancée auprès des compagnies, troupes ou artistes, cinéastes et photographes membres du Collectif pour recenser les spectacles, productions ou manifestations en lien avec la transition écologique ou la lutte contre le dérèglement climatique. Cette enquête régulièrement mise à jour doit être relayée par l'UFISC (Union Fédérale d'Intervention des Structures Culturelles) et ses fédérations spécialisées. En voici quelques exemples :

- ♣ **La Compagnie NAJE (Nous n'Abandonnerons Jamais l'Espoir)** propose une trentaine de spectacles de théâtre forum et peut en créer de nouveaux à la demande. Par exemple « Ça va chauffer ! » Sur la nécessité de transformer une manière de penser et d'agir pour réduire notre empreinte

environnementale

les-parques.blogspot.fr/ Fabienne Brugel 01 46 74 51 69

- ♣ **La compagnie Arzapar - les Clowns Citoyens**, basée à Saint-Ouen, intervient principalement dans l'espace public sous forme de spectacle ou de scénettes courtes avec pour objectif de semer des petites graines pour poétiser le quotidien, inviter sans cesse à renouveler et déplacer le regard que nous portons sur ceux et ce qui nous entoure. De nombreux spectacles, déambulations, rencontres sont proposées. www.arzapar.com/

Conclusion Les contours d'une alternative globale

Ce travail a permis de prendre conscience de **l'extraordinaire richesse des multiples actions menées sur le terrain par des citoyens, des associations, des collectifs informels**. Des centaines d'actions sont déjà mises en œuvre sur le territoire de Plaine Commune pour lutter contre le dérèglement climatique et amorcer la transition écologique, développer des logiques de coopération et de participation citoyenne, réorienter les échanges marchands vers la sobriété, la décroissance et un autre rapport au travail. **Toutes ensemble, elles tracent les contours d'une alternative globale, d'une société responsable, soutenable, participative et solidaire**. Ces alternatives à la société de consommation et de croissance indéfinie ne sont pas des solutions tristes mais bien des solutions gaies, conviviales, porteuses de sens et de **bien-vivre** pour beaucoup d'entre nous.

Rejoindre le Collectif des Associations Citoyennes

Qu'est-ce que le CAC ?

Le Collectif des Associations Citoyennes est né en 2010 pour lutter contre la réduction des associations à l'état de prestataires et défendre leur contribution à la construction d'une société solidaire, soutenable et participative. Il propose des analyses et réflexions, joue un rôle d'alerte et constitue un lieu de soutien mutuel pour les associations citoyennes.

Il travaille aussi à faire connaître la richesse et la diversité des actions associatives et à promouvoir les valeurs qui sous-tendent une action associative tournée vers la construction d'une société à finalité humaine. C'est dans ce cadre qu'il s'est mobilisé pour la lutte contre le changement climatique et pour une transition écologique, sociale et culturelle à travers la multiplication des actions porteuses d'alternatives, un changement systémique et la transformation de nos raisons de vivre ou d'agir.

L'organisation et les moyens

L'association s'est constituée formellement en 2013. Elle compte aujourd'hui 250 adhérents, 2 salariés et environ 120 bénévoles actifs. Son budget prévisionnel est de 190 000 € en 2016. Le Collectif est en lien avec 12 500 personnes, 1 500 associations dont 104 réseaux nationaux, qui représentent eux-mêmes environ 1 million d'adhérents. Les réunions du Collectif sont ouvertes à tous, adhérents et non adhérents.

Le CAC a besoin de vous

Le CAC n'est financé ni par les entreprises, ni par la publicité. Pour agir et organiser l'engagement citoyen de ses membres, il a besoin de votre soutien. Votre contribution lui permet de garder une parole libre et argumentée au service du renouveau associatif. Il a besoin aussi de votre participation pour de nombreux chantiers et pour les groupes locaux qui se sont constitués.

Pour participer et soutenir le CAC, voir le site :

www.associations-citoyennes.net

Pour prendre contact 07 70 98 78 56 contact@associations-citoyennes.net

L'écologie au quotidien

Contribuer à la transition écologique, sociale, culturelle
Avec ses propres forces, c'est possible !



Ce guide regroupe **environ 250 pistes d'actions réalisables par les citoyens de Plaine Commune**, seuls ou en groupe, pour **contribuer à la transition écologique et lutter contre le changement climatique**. Il ne constitue pas un catalogue d'exemples qu'il s'agirait d'imiter, mais une **boîte à idées** permettant à chacun de voir qu'il est possible d'agir **près de chez soi**.

Ce travail a permis de prendre conscience de l'extraordinaire richesse des actions menées sur le terrain par des citoyens, des associations, des collectifs informels. Toutes ensemble, ces actions tracent **les contours d'une alternative globale**, d'une société **responsable, soutenable, participative et solidaire**. Ces alternatives à la société de consommation et de croissance indéfinie ne sont pas des solutions tristes mais des **solutions gaies, conviviales**, porteuses de sens et de **bien-vivre** pour beaucoup d'entre nous.

Prix 5 euros