

Histoire d'une création

L'association a été créée par quelques personnes qui ont découvert à partir d'un article la notion de **la simplicité volontaire**.

La Simplicité Volontaire consiste à simplifier son mode de vie pour améliorer sa qualité de vie et pour permettre le respect de la Terre et de tous ses habitants.

C'est un choix conscient qui vise à se libérer du temps et de l'espace pour vivre dans la sobriété matérielle et l'harmonie relationnelle.

Cette sobriété heureuse répond à des motivations diverses qui se complètent :

- promouvoir par nos choix de consommation ou de non consommation un modèle économique respectueux des personnes et de tout ce qui vit sur la Terre
- développer la solidarité et le partage
- prendre du temps pour vivre nos passions et nos relations
- quitter le schéma du "avoir plus" pour aller vers le "vivre mieux"
- sortir de la surconsommation, de l'endettement, de la précarité pour trouver un équilibre financier acceptable.

Au Québec, un réseau important de simplicité volontaire s'est constitué depuis 2000 :
Réseau québécois de simplicité volontaire
www.simplicitevolontaire.org

Quelques exemples de réflexions et de pratiques de l'association

- Economiser l'énergie, réduire ses déchets, faire son compost, réutiliser, donner ou recycler plutôt que jeter.
- Privilégier les produits durables plutôt que des produits peu chers qui devront vite être remplacés.
- Eviter les dispositifs promotionnels qui poussent à acheter plus que nécessaire.
- Renoncer à la voiture quand c'est possible et privilégier le covoiturage, les transports en commun, le vélo, la marche à pied...
- Eviter les emballages excessifs et suremballages. Faire ses courses avec un panier ou des sacs déjà utilisés.
- Privilégier les produits issus de l'agriculture biologique et redécouvrir les aliments et le plaisir de cuisiner.
- Choisir les matériaux écologiques pour la construction ou la réhabilitation.
- Réparer ou faire réparer quand c'est possible : ne pas céder à la tentation du dernier design.
- Voyager autrement, sans rechercher nécessairement la destination la plus lointaine et la plus exotique.
- Choisir les établissements bancaires et les formules de placements alternatifs.

Quelques questions

Pourquoi créer cette association ?

Parce que nous pensons qu'à plusieurs il est plus facile de prendre conscience de nos modes de fonctionnement, d'y réfléchir, de s'encourager et de changer nos habitudes.

N'est-ce pas un projet complètement utopique ?

Cela peut paraître utopique, mais ce qui existe aujourd'hui est le résultat de la démarche de chacun ; nous pensons que nous avons chacun le pouvoir de faire bouger les choses : c'est à chacun de nous d'agir à son niveau et à sa mesure.

Est-ce un retour en arrière ?

Non, la simplicité volontaire c'est simplement prendre conscience que les biens de consommation que nous utilisons tous les jours ne font pas forcément partie des éléments vitaux. Pour certains, nous n'en avons pas réellement besoin, pour d'autres, nous pouvons les utiliser d'une façon plus conviviale ou plus mesurée.

A chacun d'adopter le mode de vie qui lui convient, en conscience.

Existe-t-il d'autres groupes en France ?

Oui,
Ami(e)s de Silence
9 rue Dumenge
69317 Lyon

Vers la simplicité 04 67 11 28 12
34 Beziers