



Automne 2005
Volume 6, numéro 2

Sommaire du numéro

- 1 **ÉDITORIAL**
Des valeurs en pratique...
- 3 **DOSSIER FAMILLE**
- 3 *Faire autrement pour créer un réel changement*
- 5 *Jeunes couples et jeunes parents : tous les défis en même temps!*
- 6 *Les enfants, ça coûte cher?*
- 6 *Un beau mariage... sans endettement!*
- 7 *L'argent dans la famille*
- 8 *La rentrée – colère d'Isabelle*
- 9 *La simplicité volontaire et les adolescents*
- 9 *L'ACEF et le budget familial*
- 11 *La vie de village à Montréal*
- 12 *N'attendons pas d'être morts!*
- 12 *Groupe de SV Joliette... en famille*
- 13 *Échos du Colloque 2005*
- 15 **AGORA**
- 16 **UN BRIN DE LECTURE**
- 17 **PETITES NOUVELLES**
- 20 **DEVENIR MEMBRE**

SIMPLICITÉ VOLONTAIRE ET FAMILLE

ÉDITORIAL

Des valeurs en pratique... quelques réflexions en guise de présentation

par Jacinthe Laforte

La simplicité volontaire, mode de vie peu gourmand d'argent, est pour plusieurs un outil qui permet de consacrer plus de temps et de présence à leurs enfants, leur conjoint ou leurs vieux parents. Certaines familles choisissent ainsi de vivre avec un seul salaire, ou un salaire et demi (évidemment, on ne parle pas de salaire minimum). Ce numéro du bulletin présente d'ailleurs quelques témoignages à cet effet.

La simplicité volontaire serait-elle une philosophie nostalgique, qui regretterait les familles nombreuses, les mères au foyer, les vêtements s'usant d'un enfant à l'autre et les bouts de chandelles récupérés? La peur d'être rétrograde et de perdre les acquis du féminisme favorise souvent le déni : est-on vraiment plus libre dans le tourbillon familial des deux emplois temps plein « nécessaires pour soutenir un niveau de vie confortable »? La machine publicitaire du système économique impose aux familles une échelle de réussite et de bonheur déterminée par la taille de la maison, le nombre de sièges dans le véhicule, l'aménagement du terrain et la dimension de la piscine, etc. Les êtres humains semblent presque accessoires dans ce décor familial.

Dans ce contexte où tout se vend, les relations humaines gratuites prennent toute leur valeur. L'assurance d'un soutien mutuel en cas de besoin permet de situer sa sécurité, besoin fondamental, ailleurs que

Suite à la page 2



Le bulletin *Simpli-Cité* est publié 3 fois l'an par le Réseau québécois pour la simplicité volontaire. Le RQSV laisse aux auteurs l'entière responsabilité de leurs textes. La reproduction des textes est encouragée à condition d'en mentionner la source.

POUR CE NUMÉRO :

Coordination : Jacinthe Laforte,
Diane Gariépy et
Arthur Lacomme

Révision : Corinne Poignant

**Mise en page et
recherche d'images :** Michel Séguin

Dessins originaux : Claire Obscure

PROCHAIN NUMÉRO

Simpli-Cité

SV et travail

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

N'hésitez pas!

RQSV@simplicitevolontaire.org

Faites parvenir vos textes pour
le 24 octobre 2005.

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

Commentaires

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

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

Courriel : RQSV@simplicitevolontaire.org

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

Suite de la page 1

dans l'argent et les biens matériels. La famille est aussi le lieu d'apprentissage des limites individuelles pour le bien collectif. Et il est plus écologique de partager à plusieurs une habitation. (Mais si on pousse la réflexion, on peut noter avec certains écologistes que dans un contexte de surpopulation terrestre, la procréation elle-même est problématique...)

Dans la pratique, on a appris à exiger son propre espace, à revendiquer son propre horaire. Nous sommes conditionnés à un individualisme qui rend souvent malaisés la cohabitation et le partage. Mettre en commun les ressources d'un budget *familial* n'est plus banal.

Il est d'ailleurs fréquent que la famille immédiate ou élargie ne partage pas notre vision de la simplicité volontaire. Certains tentent de convaincre, motivés par l'urgence écologique et par ce qui est parfois ressenti comme l'évidence du gros bon sens. D'autres choisissent de rayonner sans fanfare. Des choix de simplicité volontaire (un ralentissement au niveau de l'emploi, la vente d'une voiture, le refus de certains achats...), peuvent engendrer dans l'entourage des malaises aboutissant parfois, comme il arrive dans la vie, à des séparations de couple, à une distance avec la famille. La SV serait-elle une secte qui incite à couper les liens avec nos proches?

La famille est-elle une valeur importante de la simplicité volontaire? C'est peut-être davantage une simple réalité de la vie... La famille est une petite société. Face à ses travers, choisit-on de vivre dedans et de la transformer de l'intérieur, ou bien de la quitter et de se trouver un groupe d'appartenance ailleurs, en le construisant au besoin sur les bases de nouvelles valeurs et de nouvelles pratiques? Cette deuxième option représente peut-être le mouvement des générations, dont chacune refait le monde à son tour. Mais je constate aussi autour de moi l'importance pour plusieurs de nouvelles « familles » construites en cours de vie, des liens amicaux signifiants et souvent intergénérationnels qui offrent le soutien et l'entraide, sans le poids des vieilles identités, des vieilles étiquettes et de l'obligation. Le *cohousing* présente un exemple de famille élargie jusqu'à une communauté fondée sur des valeurs (voir site...). Paradoxalement, c'est vraisemblablement la perte de sens et la banalisation des valeurs, qu'on déplore par ailleurs, qui a permis cette liberté de briser les cadres traditionnels parfois inadéquats pour bâtir quelque chose de neuf...

Il n'y a pas qu'un seul visage à la simplicité volontaire, courant social qui répond entre autres au manque de temps et à la perte de sens vécus dans cette société de consommation, dont les conséquences écologiques hypothèquent la survie de notre espèce (sans parler de toutes les autres espèces déjà disparues). Une question reste fondamentale dans la démarche : est-ce que ma vie répond à mes besoins, correspond-elle à mes valeurs et à mes aspirations les plus profondes?

On peut y voir quelque chose de nombriliste, mais, selon moi, la simplicité volontaire est profondément solidaire parce qu'elle s'ancre dans la conscience que chaque nombril est relié au monde qui le nourrit et auquel il participe, qu'on le veuille ou non. ☞

DOSSIER FAMILLE

Faire autrement pour créer un réel changement

par Martine Quimper

Qui étais-je?

Avant de concevoir et de mettre au monde, dans l'intimité de ma demeure, trois enfants, j'étais une jeune femme étudiante en enseignement, voyageuse et... un tantinet insouciant. Je rêvais de sauver la veuve et l'orphelin des pays « en voie de développement » (c'était plus exotique). Mais l'exotisme m'attendait et n'était pas au bout du monde!

Que suis-je devenue?

L'insouciance rêveuse qui était mienne passa vite au mode réaliste « groundé » lors de ma première grossesse. Bien que désiré et planifié, ce petit être grandissant en moi venait, avec force, déstabiliser ma vision du monde et ma façon d'y vivre. C'était prodigieux! Du jour au lendemain, mon compagnon et moi devenions responsables d'un nourrisson totalement dépendant de nous. Que ce soit en choisissant le lieu de naissance en passant par l'évidence d'allaiter, ou celui de demeurer avec lui plutôt que de retourner sur le marché du travail, chaque décision et chaque découverte prenaient une importance capitale pour nos agissements futurs.

Petit à petit, nous avons développé une plus grande conscience des enjeux actuels : la santé et l'éducation (des classiques), l'environnement et l'alimentation, la mondialisation, l'économie et la politique, etc. Avec un, deux puis trois enfants, je comprends que je ne peux passer outre ces problématiques (même sans enfant je ne le pourrais pas!), sauf qu'à moi seule, je ne peux non plus tous les régler. Une chose est certaine, j'ai mon mot à dire et des gestes concrets à poser. Du reste, j'ai aujourd'hui compris que pour sauver la veuve et l'orphelin de là-bas, des changements doivent s'effectuer ici. Qu'à cela ne tienne, nous avons retroussé nos manches et entrepris des changements vers une consommation moins impulsive et mieux informée. Nos choix sont de moins en moins dictés par les canons de la mode et de plus en plus par ces deux questions : « Quels sont nos besoins réels et quelles conséquences ont nos habitudes de consommation sur les autres et l'environnement? »

Nous privilégions de moins en moins l'avoir et de plus en plus l'être. Bien que clichée, cette expression nous sied très bien. Elle symbolise l'héritage que nous désirons léguer aux enfants avec qui nous vivons.

Questionnement

L'un des aspects d'une consommation plus responsable s'étant beaucoup développée chez nous est celui concernant l'achat de jouets pour nos enfants. J'aimerais vous entretenir de ce point précis.

Pendant quelques années, nous nous sommes interrogés comme parents sur la nécessité et la pertinence pour les enfants de posséder autant de jouets aussi colorés que bruyants. De prime abord, les enfants ne réclament pas tous ces gadgets... ce sont les adultes autour (parents et autres) qui inondent l'enfant de présents et qui créent par le fait même le « besoin de » posséder autant d'objets. Et pas beaucoup plus tard, la publicité télévisée, cataloguée, envahissante, prend le relais et perpétue la tendance. Le cercle vicieux est en marche et il devient difficile d'en sortir.

Cependant, tout cela ne signifie pas que les enfants n'ont pas envie de s'amuser avec des jouets. Seulement, nous avons observé chez nos enfants que tout objet pouvait successivement devenir un bébé, un arbre, un vaisseau, un bateau selon l'imaginaire du moment. Les jouets n'ont nullement besoin d'être ultra bruyants, ultra colorés et ultra définis : un simple carré de tissu pourra servir de cape, de rideau ou encore de couverture pour la poupée. À la réflexion, nous étions mal à l'aise avec le fait que les jouets proposés dans les grandes surfaces étaient à 95 % en plastique ou en fibre synthétique. De notre point de vue, les jouets présentés stimulaient relativement peu l'imagination naturellement fertile des enfants. Et puis, il nous était troublant de penser que leurs expériences tactiles se limiteraient à ces objets dérivés du pétrole.



D'un autre côté, se tourner vers l'achat de jouets en bois ou en fibre naturelle, voilà qui dépassait largement nos moyens. Également, il était difficile de faire valoir notre point de vue aux personnes de notre entourage (qui noyaient littéralement les enfants de cadeaux à Noël et aux anniversaires). Tantôt nous passions soit pour de parfaits snobs, soit pour des hurluberlus, tantôt nous obtenions un regard vide de compréhension suivi d'un petit sourire moqueur et d'un quelconque commentaire. Je dois pourtant faire aujourd'hui amende honorable; les gens autour de nous, s'ils ne nous comprennent toujours pas ou peu, respectent plus notre vision et font attention aux jouets qu'ils offrent aux enfants. Ils le font probablement pour nous faire plaisir, mais il y a un bout de chemin de fait. Et même parfois, certaines personnes offrent des jouets recyclés ou des objets qu'ils ont eux-mêmes fabriqués.

Toutefois, pendant un temps nous étions dans une impasse... dans une fausse impasse car, petit à petit, une solution s'imposa : pourquoi ne pas confectionner, sculpter, faire nous-mêmes ces jouets?

Cette idée nous est venue il y a trois ans alors que je m'impliquais dans un groupe de parents très engagés dans l'éducation de leurs enfants. Pour financer, entre autres, les activités de l'école, ils confectionnaient des jouets en fibre naturelle. En me greffant à deux sous-groupes, j'y appris à tricoter et à confectionner un poupon que je pus offrir à ma fille par la suite.

Très motivée par cette enrichissante expérience, je décidai de poursuivre chez moi. Ainsi, pour Noël et à chaque anniversaire, nos petits ont reçu successivement : poupons, chats et chevaux en tricot, poupée articulée, petite famille de 5 pour la maison de poupée, etc. Et ceci sans compter les foulards et bonnets auxquels mes doigts se sont affairés. Le plus merveilleux de l'histoire, c'est que mon compagnon s'est mis de la partie en créant (avec un minimum d'outil) une maison de poupée, un cheval à bascule, épées et boucliers pour le plus grand bonheur de tous.



Aller plus loin

Tout cela est bien joli, bien motivant, mais quel investissement (à part le temps) faut-il prévoir pour confectionner tous ces trésors? Où aller chercher le matériel, à quel prix? Et oui, la question financière se ramène à grand coup de \$\$!

Je crois qu'il est possible de bien s'en tirer pour peu que l'on se serve de notre système « D », ce que nous n'avons pas toujours fait. Trop souvent, nous avons tout acheté à neuf, et je crois que cela demeurerait encore de la consommation non éclairée. Aujourd'hui, j'ai découvert des trésors inestimables dans les sous-sols d'église. Je ne fréquente plus les « wall-mart » et « dollarama », mais les bazars et les friperies. La différence entre les deux options (à part les coûts), c'est que je récupère et recycle vêtements, tissus, draps, lampe et même des patins à glace! Une autre raison, majeure celle-là, c'est que je ne me précipite plus au « wall-mart » ou au « dollarama » à chaque petit « besoin de » quelque chose. Je réfléchis et me demande : « En ai-je vraiment besoin? » La réponse vient assez rapidement et alors je peux me demander : « Suis-je capable de le fabriquer moi-même ou dois-je en faire l'achat? »

Je pense aussi que travailler en communauté permet aux individus de mettre en commun leurs différents talents et aptitudes, ainsi que leur matériel (machine à coudre, espace de travail comme un établi, un banc de scie, etc.). Que ce soit entre amis, avec un organisme bénévole du quartier ou au sein d'un groupe de parents, l'expérience permet de créer, de recréer des liens amicaux et de fortifier le tissu social passablement effrité de nos jours.

En ce qui nous concerne, nous avons poussé nos travaux manuels plus loin que la simple confection de jouets. Nos familles et notre maison bénéficient du fruit de nos travaux manuels, que ce soit pour offrir un cadeau ou encore pour rénover la clôture, ou fabriquer un meuble. Nous devenons à tous les jours un peu plus autonomes et indépendants du système de consommation effrénée dans lequel nous vivons.

Même nos enfants développent tranquillement le goût de créer de leurs mains. À la question « Aimerais-tu offrir un cadeau pour ta tante ou ton grand-père? », les enfants rétorquent souvent « Oui, j'aimerais faire un collier, dessiner une carte, peindre, etc. ». Mon fils aîné, alors âgé de 5 ans, avait même demandé à coudre une petite sacoche pour sa cousine. Pendant deux semaines, à raison de 30 minutes à 1 heure par jour, mon fils a non seulement appris à coudre, mais à exécuter une tâche répétitive et, disons-le, parfois un peu ennuyante pour un jeune garçon aussi actif. Et que dire du plaisir, de la satisfaction du travail accompli et de sa fierté lorsqu'il a offert le présent. Je pense qu'ici peut se développer le sens du don et du partage. Et puis, j'ai observé que les gens apprécient le travail artisan, car quelqu'un, quelque part, a pris la peine de confectionner pour eux un présent original et personnalisé. Cela dit, j'avouerais que ce qui me motive à la base c'est le défi de créer de mes mains et le sentiment

de plénitude qui m'envahit lorsque j'admire le travail accompli. Créer est également pour moi un moment privilégié pour méditer et me recentrer.

Une conclusion?

Cette histoire témoigne que j'ai partagée avec vous a-t-elle une fin? Je ne pense pas. Notre apprentissage ne fait que débiter. On pourrait même affirmer que l'expérience « commence à rentrer »! Quotidiennement, nous apprenons à mieux gérer notre temps, à investir de façon plus responsable, à respecter les gens autour de nous ainsi que l'environnement. Nous désirons léguer à nos enfants un jardin un peu plus vert, un plus grand sens de la débrouillardise, l'art du savoir-faire et un plus grand respect de la vie et d'eux-mêmes. Nous y arriverons, un petit pas confiant à la fois et malgré ma grande impatience, à agir autrement afin de créer un réel changement. ☞

Jeunes couples et jeunes parents : tous les défis en même temps!

par Diane Gariépy

Défis du jeune couple

Catherine, 26 ans et Louis, 25, décident de s'engager l'un envers l'autre et de fonder une famille. Grosse décision! Le couple va-t-il tenir le coup? Les deux individus vont-ils savoir harmoniser épanouissement individuel et projet de couple? Arriveront-ils à se tailler une place sur le marché du travail... dans la même ville et avec des horaires qui favoriseront la vie de famille? Pourront-ils compter sur une certaine sécurité d'emploi? Leur faudra-t-il vivre en locataires toute leur vie ou sauront-ils dénicher une petite maison pas chère, pas loin du travail, suffisamment grande pour favoriser des liens harmonieux avec les enfants? Trouveront-ils une garderie dans le quartier? L'école répondra-t-elle à ce que les parents attendront d'elle?

Vie de couple et simplicité volontaire

À faire ainsi le tour de tous les défis qui incombent aux jeunes couples, on pourrait croire que la simplicité volontaire serait vraiment de trop. Et pourtant...! Pourtant, c'est bien à l'âge du carrefour des grandes décisions que la simplicité volontaire peut donner ses plus beaux fruits!

Les amoureux veulent que leurs amours durent toujours. La société de consommation l'a bien compris et leur suggère toutes sortes de dépenses devant favoriser la durée : gros mariage, grosse maison, gros cadeaux

d'amoureux, gros projets de couple (fins de semaine d'amoureux dans des auberges luxueuses, voyages à l'étranger, rénovations de maisons, etc.).

En simplicité volontaire, la durée du couple est favorisée plutôt par :

- le refus de s'étrangler avec des obligations de remboursement de dettes¹ : ça rend nerveux, ça crée du stress et aussi des situations explosives dans le couple;
- le choix d'échange de cadeaux symboliques plutôt que coûteux, en privilégiant le surpassement imaginaire plutôt que la ruine du portefeuille;
- l'apprentissage² d'un véritable savoir-faire pour passer au travers des inévitables crises du couple, celles-ci étant normales et même nécessaires pour accéder à une nouvelle étape de vie.

Défis des jeunes parents

Les enfants arrivent. Seront-ils en santé? Les parents sauront-ils les protéger de tous les dangers? Rendus à l'adolescence, les jeunes seront-ils délinquants? Une fois adultes, vont-ils reprocher quelque chose à leurs parents?

Vie de parents et simplicité volontaire

Alors que la société de consommation insiste sur d'infinies précautions à prendre et surtout sur une kyrielle de biens à acheter, la simplicité volontaire invite :

- à se doter d'un style de vie simple qui fait qu'on n'a pas besoin, côté travail, de se tuer à faire du temps supplémentaire ou de travailler cinq jours par semaine à deux personnes pour pouvoir boucler le budget.
- Cette vie simple va libérer du temps pour vraiment investir auprès des enfants et être assez « relax » pour être capables de souplesse, d'humour, d'écoute, d'imagination, et pour créer une culture familiale solide, laquelle fera contrepoids aux demandes de consommation des enfants et des ados;
- à associer progressivement les enfants et les ados à l'établissement du budget. C'est fou ce qu'ils sont socialisants, ces jeunes. Ils ont toujours beaucoup de facilité à prêter NOS affaires à LEURS amis;
- à accumuler la plus belle des richesses : la solidarité entre parents, les liens communautaires, les projets collectifs. Et pour cela, apprendre soi-même et apprendre aux enfants à communiquer, à gérer les conflits.

En fin de compte, dans les cas durs (perte d'emploi, divorce, maladie, deuil), ce n'est pas l'argent en banque qui dépanne le plus, mais la solidarité! ☞

¹ Sauf pour l'achat d'une maison... à coût raisonnable.

² Des cours se donnent, des livres sont écrits sur le sujet.

Les enfants, ça coûte cher?

par Maxandre, Stéphanie et Geoffroy Hubert-Verriest

Par ce témoignage, nous voulons partager notre découverte de la simplicité volontaire. Depuis la fin de nos études, nous avons le projet d'immigrer au Québec et d'avoir un enfant. Notre entourage nous conseillait vivement d'attendre d'avoir immigré, d'avoir un bon travail et une maison avant de penser à fonder une famille.

Nous avons pris le risque de laisser faire la vie et Maxandre est né avant notre départ. Étant donné ce grand changement, nous avons voulu orienter nos choix pour privilégier les relations entre les membres de notre nouvelle famille.

Nous avons donc commencé à nous préparer et à amorcer le processus de la simplicité en famille dans nos choix de préparation à la naissance. Une grossesse vécue dans le calme, avec une alimentation saine, un accompagnement à la naissance et de la détente. Ensuite, en offrant à notre enfant une « naissance heureuse¹ », nous lui donnions les bases d'une vie saine et naturelle.

Lors de la naissance, nous avons refusé de suivre d'emblée le protocole hospitalier établi. Nous nous sommes renseignés sur toutes les procédures et nous nous sommes mis d'accord avec le personnel pour ne faire que ce qui était vraiment nécessaire et pour pouvoir poser ces gestes à des moments qui respecteraient cette première rencontre à trois.

Maxandre est né sans épidurale. Il est resté sur sa maman pendant de longues minutes avant de se blottir peau à peau contre son papa. Le plus important était de créer le lien.

Dans cette même idée, nous avons découvert les joies de l'allaitement, du portage peau contre peau et du sommeil partagé. Toutes ces choses qui favorisent l'attachement parental. Finalement, on s'est rendu compte que tout ce dont Maxandre avait besoin, c'était le lait, des couches propres et d'être rassuré, proche de ses parents.

Le lait maternel, les couches en coton (découverte un peu plus tard), des vêtements usagés, du matériel de puériculture usagé ou neuf, et limité à nos besoins personnels, ont amplement suffi à combler nos besoins et ceux de notre bébé.



Nous avons décidé de le garder à la maison et avons renoncé à gagner deux salaires pour passer plus de temps avec lui.

Notre jeune expérience de 19 mois nous permet d'affirmer qu'avoir des enfants ne coûte pas cher si on met en priorité la relation. ☞

¹ *Vivre sa grossesse et son accouchement : une naissance heureuse*, Isabelle Brabant. Lyon, Chronique sociale, 2003, 438 p.

Un beau mariage... sans endettement!

par Danielle Lebel

Mon nom est Danielle Lebel et je fais partie du groupe de Simplicité volontaire de Joliette. Je désire partager avec vous un moment très important de ma vie : mon mariage, le 12 février 1994, il y a maintenant 11 ans.

Le mariage! Un vrai casse-tête! On veut bien sûr faire de cet événement un moment unique, un souvenir inoubliable... jusqu'à ce que les prix transforment notre rêve en traumatisme. Que faire pour y arriver sans un prêt astronomique étalé sur 10 ans?



Ne pouvant nous permettre ce genre de folie, mais voulant à tout prix nous marier, j'ai demandé à tous de mettre la main à la pâte.

J'ai suggéré que les cadeaux prennent la forme d'une main-d'œuvre gratuite. J'ai quatre sœurs. L'une d'elles a transformé une robe sans fantaisie que j'avais achetée; une autre a fabriqué mes gâteaux (de superbes cygnes), a installé la décoration de la salle et a assuré l'animation; une autre a cuisiné de bons plats. Une de mes tantes s'est chargée des photos, ma mère a préparé le buffet de fin de soirée, un beau-frère s'est occupé de la musique, ma grand-mère a payé la salle de réception, mon amie a créé ma cape pour l'extérieur et chacun, chacune était libre d'apporter sa boisson. En fait, parmi mon monde, j'ai trouvé toute l'aide nécessaire pour ma soirée, une soirée inoubliable, selon moi.

Des regrets? Jamais de la vie! J'ai vécu un beau mariage où tous étaient à l'aise, car personne ne s'est ruiné en vêtements ou en cadeaux. Que de bons souvenirs et... pas de dettes! ☞

L'argent dans la famille

par Pierre Chénier

(paru sur le site www.cpe-ressources.com)

L'argent n'a jamais été aussi omniprésent dans la vie de tous les jours : difficile de ne rien acheter dans une journée et impossible de se soustraire aux multiples frais de téléphone, d'Internet, d'électricité, de taxes, de loyer ou d'hypothèque.

La façon d'utiliser l'argent fait donc partie de ce que les enfants doivent apprendre pour bien s'intégrer dans la société.

D'abord, l'argent est un moyen, un outil, et non une valeur ou un objectif à atteindre. Ensuite, il sert à obtenir ce dont nous avons besoin et non à répondre à des pulsions compensatoires.

Troisièmement, la véritable richesse se mesure par la qualité des relations que nous établissons avec les autres. Si les biens de consommation sont le plus souvent des sources de tensions ou de conflits, c'est sans doute parce qu'ils sont devenus plus importants que les êtres humains eux-mêmes.

Quatrièmement, une relation parent-enfant satisfaisante est le terrain le plus propice pour apprendre les grandes choses de la vie dont l'utilisation de l'argent fait partie; de multiples ressources sont disponibles pour appuyer les parents qui souhaitent améliorer leurs relations avec leurs enfants, ce qu'ils doivent faire bien avant que l'argent ne devienne une source de conflits entre eux.

Les premières expériences de l'enfant avec l'argent devraient simplement lui permettre d'être informé du principe de l'échange : je donne de l'argent et j'obtiens ce que je veux en retour. Si personne ne lui explique ce principe, il devra le découvrir par lui-même, parfois tardivement et de façon confuse. À l'enfant d'âge préscolaire, on peut montrer que certaines pièces valent plus que d'autres, simplement pour qu'il les manipule, en l'informant de ce qu'on peut acheter avec : un pain, quatre litres de lait, des biscuits, des fruits, etc.

Lorsque l'enfant sait compter, on peut lui donner une allocation hebdomadaire compatible avec le budget familial, en fonction de son âge et de ses besoins. C'est une allocation qu'il pourra dépenser à sa guise pour ses petites

gâteries s'il est jeune, et aussi pour des besoins de base lorsqu'il vieillit (transport, repas à l'école, musique, etc.); c'est ainsi que la dépense sera la plus significative. Il découvrira qu'il y a une limite à dépenser et qu'il peut acheter des objets plus coûteux par l'économie.

Il est bon que cette allocation soit présentée comme un privilège associé à la vie dans cette famille et soit distincte des tâches que l'enfant doit accomplir dans la maison. Il est même préférable que les tâches usuelles de la maison ne soient liées à aucune rémunération, puisque les parents eux-mêmes contribuent à ces tâches sans être rémunérés pour autant. Ainsi, les enfants ne sont pas marginalisés ou infantilisés : on attend d'eux ce que font les parents. Non seulement c'est bon pour l'estime de soi, mais c'est aussi l'expérience de la collaboration qui se développe avec le temps : la famille contribue au bien-être de l'enfant et l'enfant contribue de plus en plus au bien-être de la famille dans la mesure de ses capacités, en dehors de tout calcul, donc en dehors de considérations monétaires. Pour certains travaux exceptionnels, les parents pourront décider de rémunérer l'enfant.

Lorsque l'enfant comprend suffisamment les chiffres, il peut commencer à connaître les montants d'argent impliqués dans la vie de sa famille : l'épicerie, le téléphone, l'Internet, l'électricité, les taxes municipales et scolaires, le loyer ou l'hypothèque, etc., sans oublier, s'il y a lieu, les stratégies d'épargne; tout ça en rapport avec les revenus familiaux, les parents précisant, bien entendu, que ces informations font partie des secrets de la famille. Le but est simplement de situer l'enfant sur ce que la famille peut ou ne peut pas fournir.

Il est également important que les parents expriment à leur enfant leurs valeurs et leurs opinions tout en demeurant à l'écoute des siennes. Parfois, ce sont ces valeurs et ces opinions, bien plus que les contraintes financières, qui justifieront que l'on achète telle voiture plutôt qu'une autre, tel type de vêtement, tel type d'aliments,



tel type de loisirs; et que l'on n'achète pas tel type d'appareil électroménager ou tel type de gadget électronique. Ces valeurs et ces

opinions deviennent des références crédibles qui permettront à l'enfant de développer son propre sens critique à l'égard des produits de consommation.

Si l'enfant veut acheter un article que les parents jugent trop dispendieux ou qui va à l'encontre de leurs valeurs, ceux-ci doivent se rappeler que c'est celui qui paye qui a le pouvoir décisionnel : les parents ne peuvent

empêcher leur enfant d'acheter un bien qu'il est prêt à payer lui-même, mais ils ne sont pas obligés d'acheter un bien qu'ils devraient payer. Le climat de confiance ainsi que les connaissances échangées de part et d'autre seront propices à une acceptation de la décision de celui qui paye. Dans certains cas, les parents peuvent « avancer » un certain montant permettant à l'enfant d'obtenir ce qu'il veut, mais selon des modalités de remboursement que l'enfant devra respecter. Le remboursement sert alors à consolider la confiance.

En conclusion, lorsque la relation parent-enfant est satisfaisante, il y a confiance mutuelle et le parent influence davantage son enfant par ses propos et l'exemple qu'il projette. De plus, l'enfant expérimente lui-même la valeur de l'argent par la gestion de son allocation et il connaît les réalités budgétaires de la famille. Il apprend également que la consommation comporte une part de responsabilité, puisque certains produits ont une incidence sur la santé, sur l'équité sociale ou sur l'environnement. Il comprend également que ses parents ont de bonnes raisons de ne pas lui acheter tout ce qu'il désire. Dans ce contexte, l'argent devient aussi un moyen d'enrichir les relations familiales. ☞

La rentrée – colère d'Isabelle en août 2004

Je viens de prendre connaissance de la liste des effets scolaires de mon enfant ainsi que des autres frais demandés pour les livres. Voici ma réflexion qui pourrait être utile pour toute personne qui s'engage dans la simplicité volontaire.

Je décide, à partir de cette année, de questionner la quantité de matériel scolaire nécessaire et ainsi, de cesser de perpétuer surconsommation et l'incohérence. Voyez la liste ci-bas.

Je ne peux me résoudre à acheter ce que l'on demande. C'est de la folie! Année après année, les listes se rallongent et les frais augmentent. Cessons de cautionner de telles directives et adressons-nous à la direction de l'école. Moi, je le ferai.

Et plus, on me demande d'acheter deux paires de souliers de course : une pour l'intérieur et une autre pour l'extérieur. OUF! Si j'achète tout ce que l'on me demande, j'aurai à payer plus de 150\$ juste pour la paperasserie. Et ça n'inclut pas le service de garde du midi, les lunchs et les vêtements de la rentrée (recyclés).

En toute conscience, voilà une action que nous pouvons faire dès maintenant : la simplicité volontaire à l'école.

Voici la liste des effets demandés pour un enfant de 2^e année :

- 4 cahiers interlinés avec pointillés, n° 12-182 (1 rose, 1 lilas)
- Boîte de 8 crayons feutres CRAYOLA (ni pastel, ni fluo)
- Boîte de 12 crayons à mine HB
- 1 taille-crayon
- 2 étuis à crayons
- 2 gommes à effacer STAEDTLER
- Boîte de crayons de couleurs en bois LAURENTIEN (48-60 crayons)
- Boîte de 12 crayons de cire « twistables » CRAYOLA (pas de multicolores 4 en 1)
- 6 duo-tang 81/2 11 à 3 attaches parisiennes (rouge, vert, bleu, jaune, orange, gris)
- 1 duo-tang à pochettes avec attaches parisiennes (plastique)
- 2 bâtons de colle PRITT gros format (40 g)
- Ciseaux
- 5 cartables 1 pouce (3 noirs, 1 marine, 1 vert)
- 1 cartable 2 pouces (noir)
- 1 paquet de 10 feuilles protectrices GEMEX
- 1 paquet de 8 séparateurs
- Règle métrique de 30 cm
- 1 support de caoutchouc favorisant la tenue du crayon
- 1 napperon en plastique
- 2 boîtes de papier mouchoirs
- Sac à souliers et bottes en tissu



Est-ce que tout ce matériel est un gage de réussite scolaire? Et où pensez-vous qu'on achète tout cela? Chez Wall-Mart, chez Bureau en gros, bien sûr!

On a trois choix, soit qu'on se soumet, soit qu'on se responsabilise ou soit qu'on garde nos enfants à la maison! ☞

Et vous? Comment votre famille vit-elle la rentrée scolaire? Merci d'envoyer vos suggestions et témoignages à rqsv@simplicitevolontaire.org; ils seront affichés dans l'ABC du site www.simplicitevolontaire.org.

La simplicité volontaire et les adolescents

par Lyse Trottier

Vous êtes engagés dans une démarche de simplicité volontaire et vous avez des adolescents? Alors vous savez que dans le domaine des choix, le blanc et le noir n'existent pas; vous vivez probablement dans une zone grise, et d'après moi, cela est un signe de santé familiale.

Les adolescents ont tendance à apprécier ce qu'ils goûtent au moment présent. Sur le plan de la psychologie, les spécialistes s'entendent pour dire que cette clientèle se projette peu dans l'avenir. Les menaces face aux comportements qui peuvent leur être préjudiciables à long terme ont peu d'impact.

C'est pourquoi de nouvelles approches ont été expérimentées, comme le projet *Ipsa Facto*. Dans le cadre de celui-ci, les ados apprennent le fait que des multinationales s'enrichissent de façon éhontée sur le dos des fumeurs. Ce genre de parti pris pour la transparence aurait plus d'impact sur cette clientèle que l'approche *Arrêtez de fumer car vous risquez de développer le cancer du poumon!*

Les jeunes sont très sensibles à la réalité politique et environnementale pour peu qu'ils y soient initiés. Par contre, ils n'apprécieront pas que du prêchi-prêcha empîète sur leurs valeurs à eux.

C'est là que commencent les zones grises, là où nous devons apprendre à accueillir l'autre et ses valeurs, et cet autre, n'est pas n'importe quel individu fondu dans la masse. C'est de notre jeune qu'il s'agit! Je ne veux pas dire qu'il faut tout lui accorder, mais de s'ouvrir à ce qu'il nous communique et peut-être que, oui, cela nous mènera éventuellement à faire une encoche à certains de nos principes. Mais on pourra lui demander de faire un pas, par exemple en monnayant financièrement ou par des services, la différence entre le prix du vêtement qu'il convoite et ce que nous étions prêts à donner pour un autre moins dispendieux.

Chez nous, curieusement, le fait de ne pas avoir disposé de beaucoup de ressources financières pour élever nos enfants nous a parfois rendu service. Nos jeunes n'ont pas confondu sécurité affective et luxe matériel. Ils ont su

qu'ils pouvaient compter sur nous pour la première et que pour l'autre, ils devaient s'assumer eux-mêmes.

Nos jeunes ont d'ailleurs commencé à travailler très jeunes, surtout comme camelots et, au risque de faire frémir quelques lecteurs, je dois avouer que, régulièrement, nous leur donnions un coup de main. Je crois que nous ne devons pas hésiter à adopter face à nos jeunes, les comportements que nous attendons d'eux, comme l'entraide, le respect... Ce n'est qu'un juste retour des choses puisque, de leur côté, ils nous inspirent à devenir de plus en plus authentiques et conscients de notre potentiel. ☞

L'ACEF et le budget familial – Entrevue avec Jacinthe Nantel de l'ACEF des Basses-Laurentides

réalisée par Diane Gariépy pour Simpli-Cité

L'ACEF, c'est un sigle. Qu'est-ce que ça veut dire, au juste?

C'est l'Association Coopérative d'Économie Familiale. À la base, c'est une association à but non lucratif pour la protection et la défense des droits des consommateurs.

L'ACEF, c'est pour les gens qui font faillite, c'est ça?

Pas vraiment puisque ceux qui veulent faire faillite vont chez un syndic de faillite. Mais les personnes en difficulté financière, aux prises avec un endettement problématique, peuvent venir nous rencontrer en consultation budgétaire pour trouver des pistes de solutions à leur endettement.

Notre contribution se fait dans trois champs (volets) différents :

- l'aide directe : dépannage téléphonique, consultation budgétaire, traitement de plaintes individuelles, médiation avec Hydro-Québec, etc.;
- l'éducation-information (prévention) : articles de journaux, cours sur le budget, ateliers d'éducation dans les groupes communautaires, bulletin d'information, formation d'intervenants en budget, etc.;
- la défense des droits et la représentation : dossiers régionaux et nationaux de défense collective des droits, participation à la Coalition des associations de consommateurs du Québec (CACQ), dépôt de mémoires, présence et représentations dans le milieu, les salons et événements locaux...

Qui sont les gens qui viennent vous consulter?

Au niveau des statistiques, 51 % ont une scolarité de niveau secondaire ou un DEP, et 46 % sont de niveau



CÉGEP ou universitaire. Côté état civil, 60 % disent vivre seuls, contre 40 % en union libre ou mariés. 51 % sont des familles, 67 % ont des revenus de travail et 59 % sont locataires.

La société de consommation cible souvent les jeunes familles. Quels sont les pièges qui guettent le plus cette clientèle?

Je dirais, au départ, que les jeunes familles sont piégées par le rêve américain. Elles sont peu conscientisées au sujet de la société de consommation.

Elles ne font pas de budget. Les compagnies de crédit déroulent le tapis rouge devant les familles au double revenu. Et puisque les jeunes couples manquent d'expérience, ils font des erreurs. Par exemple, ils vont faire l'acquisition d'une et parfois de deux autos neuves, à crédit, et s'acheter une maison sans évaluer correctement s'ils auront les moyens de la payer en conservant une bonne qualité de vie. Tout cela, encouragé par les institutions bancaires qui leur prêtent sans tenir compte du revenu réel disponible ni des valeurs priorisées par le couple.

Alors, les familles rentrent dans le merveilleux monde du crédit! On travaille comme des fous pour rembourser. On manque de temps. On manque de recul. On devient de plus en plus vulnérable face à la pub et ses rêves.

J'ai lu quelque part que plusieurs jeunes couples de professionnels en arrivent à vivre de façon tellement stressée qu'ils n'ont presque plus de vie sexuelle!

Quels conseils généraux donneriez-vous à de jeunes couples?

Tout d'abord, établir un budget. Attention! Pas seulement pour les frais fixes (loyer, téléphone, électricité). Le piège tient souvent dans l'oubli des autres dépenses comme l'essence, les frais d'entretien et de réparation, la rentrée scolaire, les festivités de Noël... Ce qui déséquilibre un budget, c'est le plus souvent les « incontournables » occasionnels.

Puis, si l'on doit absolument s'acheter une auto, que la première soit payée comptant. Pour y arriver, un truc : commencer par une auto usagée.

Est-ce bien vrai qu'il faut compter sur plusieurs dizaines de milliers de dollars pour élever un enfant?

Pour ceux et celles qui tiennent au rêve américain, oui!



Pour les autres, il y a l'entraide, les échanges de vêtements et accessoires, l'allaitement maternel plutôt que le lait maternisé, ainsi que les couches achetées dans un entrepôt. Pour la garde des enfants, surtout si on ne bénéficie pas des garderies à 7 \$, il y a les crédits d'impôts à ne pas oublier de réclamer au moment des impôts.

Et surtout, il n'est pas du tout essentiel d'acheter une mini-fourgonnette parce que bébé n° 2 s'en vient!



Est-ce que l'ACEF donne des trucs aux parents d'adolescents pour ne pas céder à toutes leurs exigences?

À mon avis, il ne faut pas hésiter à impliquer les ados dans l'élaboration du budget familial. Il y a aussi le bon vieux truc de l'allocation pour vêtements, annuelle ou mensuelle.

Il faut établir des limites claires. Dire oui aux besoins et pas nécessairement à la satisfaction de tous leurs désirs!

Pour terminer cet entretien, qu'avez-vous à suggérer aux gens qui se plaignent tout le temps d'avoir les poches percées?

Commencer par se faire un budget, ne pas toujours se fier aux institutions bancaires, se tenir loin des cartes de crédit, payer ses autos comptant, faire un ménage dans ses besoins et ses désirs... Et finalement, pratiquer la simplicité volontaire! ☞



La vie de village au coin des rues Marquette et Marie-Anne, à Montréal

par Martin Boisvert

En environnement, on entend souvent dire qu'il vaut mieux amener la campagne en ville, que la ville à la campagne. Mais, on pourrait penser qu'installer sa famille au cœur d'une grande ville, c'est choisir l'aberration totale!

Or, les enfants élevés « dans les rues sales et transversales », une fois adultes, peuvent se souvenir avec beaucoup de bonheur des complicités de voisinage nées de la densité urbaine. En voici un exemple.

J'habitais un 2^e étage, au 4306, Marquette, juste en face du dépanneur *Julie*, dans les effluves de *Poulet frit à la Kentucky* dont le service au comptoir était situé tout près, rue Papineau.

Du plus loin que je me souviens, le Plateau Mont-Royal était encore un quartier populaire rempli d'enfants transportant dans leur boîte à lunch *Tron* des sandwichs au *Saucisson de Bologne* ou au *Paris-Pâté* et non des tranches de gigot d'agneau dans la boîte à lunch *Men in Black* des écoliers d'aujourd'hui.

Nous formions un trèfle à quatre feuilles : Mathieu L., Jacques B., Mathieu D. et moi. Nos parents étaient tous amis. Tous les jours, nous nous retrouvions sur le trottoir pour marcher à l'école, magnifique marche au milieu du

Parc Lafontaine vers l'école *Le Plateau*. Le retour se faisait de la même façon, à quatre, et se terminait à chaque fois au dépanneur où l'on avait le loisir de choisir tranquillement et avec beaucoup de



soin le nombre de *Framboises*, *Pieds* ou *Outils en chocolat* que nous pouvions nous permettre avec le « 25 cents » alloué pour la journée!

À mes yeux d'enfant, le dépanneur *Julie* servait d'abord de taverne locale pour les habitués. Je me rappelle cette dame âgée, une voisine d'à côté, qui passait son après-midi à jaser avec un homme dans la soixantaine (dont j'ai oublié le nom) qui sirotait son Porter *Champlain* « tablette ».

C'est là que le printemps était inauguré officiellement quand le voisinage déployait des chaises sur le trottoir pour s'exposer aux premiers rayons de soleil.

Suzanne, la propriétaire, était aussi une vraie « dépanneur-e » : l'instant d'un gardage « deux minutes » en attendant notre mère, partie faire une commission chez Métro, pour nous consoler quand un de nous était tombé et que « ça saignait », ou pour organiser du secours, ce fameux 23 juin où la sœur de Mathieu L. s'était fait renverser par une auto.

Pendant deux hivers de suite, mon père s'est levé deux fois par nuit pour arroser la cour derrière chez nous afin de la transformer en patinoire. Pratiquement tous les enfants du quartier en ont profité de 8 h à 20 h! Il y en a eu du hockey, ces deux hivers-là!



Le meilleur ami de mon frère, Alexis, avait un grand frère qui était atteint d'une infirmité. Je ne sais toujours pas si les médecins ont finalement mis un nom sur ce qu'il avait. Il était plutôt dans son monde – un beau monde, à voir son éternel sourire! Malheureusement, il était risqué de le laisser seul. À quelques reprises, il échappa à la vigilance de ses parents et s'enfuit de la maison. À chaque fois, le quartier au complet se mobilisait, tout à sa recherche. La nouvelle de sa disparition se répandait à la vitesse de la lumière et, en général, il était retrouvé dans les heures qui suivaient.

Je ne sais pas s'il y a encore des coins de ville où des gens vivent encore comme ça, un peu comme dans un village... Je l'espère bien! Mais vivant présentement aux États-Unis, je ne peux pas dire que je vois grand-chose qui puisse ressembler de près ou de loin à ce que j'ai vécu dans mon village, au coin de Marquette et Marie-Anne. ☞

Une pièce pour chacun dans la maison?

par Stéphanie Verriest

Une famille amie, qui est composée de deux parents et sept enfants, se fait régulièrement demander : « Vous devez avoir une immense maison! ». Le papa, curieux, a voulu savoir si ses enfants souffraient de dormir à plusieurs par chambre. Il a organisé un sondage. À la question « Aimerez-vous qu'on déménage pour que chacun ait sa chambre? », la réponse unanime a été : « OUI, nous aimerions avoir notre propre chambre pour pouvoir ranger nos choses, MAIS à la condition d'avoir la permission de dormir ensemble! »

N'attendons pas d'être morts!

par Diane Gariépy

Les jeunes couples rencontrent tous les défis en même temps. Au niveau financier, vivre dans une maison que l'on vient d'acquérir, ce n'est pas la même chose que de vivre dans ladite maison une vingtaine d'années plus tard, quand l'hypothèque a été remboursée et qu'il ne reste plus qu'à rencontrer les taxes et les réparations courantes.

Aussi, j'encourage vivement les « anciens jeunes » comme moi à partager leurs économies avec de jeunes couples qui ont peine à trouver du financement pour la maison qu'ils voudraient acquérir. Pourquoi les laisser se faire imposer des taux d'intérêt par les banques qui, chaque année, affichent des bénéfices exorbitants? N'y va-t-il pas de la solidarité intergénérationnelle que de dénouer les cordons de la bourse? Est-ce qu'en ce nouveau siècle l'argent doit rester tabou au sein des familles? Devons-nous laisser croire que l'on est pauvre comme Job et qu'à notre mort, nos héritiers découvrent que nous étions plutôt des Crésus?



Quand, Dominique et moi avons fait l'acquisition de notre première maison en copropriété indivise, nous avons pu compter sur le soutien du père d'un des copropriétaires qui nous avait alors fixé un taux d'intérêt en deçà du taux officiel. C'était un homme qui avait toujours cru au coopératisme et il voyait d'un bon œil l'initiative de son fils.

Plus tard, je me souviens de la prodigalité des parents de Dominique qui nous donnaient un coup de main pour des dépenses incontournables. À chaque fois, ils répétaient : « Si on attend d'être morts pour vous donner notre héritage, vous n'en aurez plus besoin; c'est maintenant qu'on doit vous aider. »

Nous avons donc hérité de cette philosophie d'entraide, que nous souhaitons à notre tour transmettre à nos descendants en les épaulant de notre mieux. ☪

Groupe de SV Joliette... en famille

par Karine Desroches

Mon nom est Karine Desroches et je suis la fondatrice du groupe de simplicité de Joliette. Je suis mère de deux jeunes enfants, à la maison depuis sept ans, et je me prépare à retourner aux études en septembre prochain.

Le groupe fut créé en janvier 2004. Je pratiquais la SV depuis déjà trois ans et je souhaitais rencontrer d'autres personnes qui vivaient ce mode de vie. J'étais prête à me déplacer, à me rendre à Montréal pour assister à une rencontre. C'est alors que je me suis dit : « Est-ce vraiment cela la SV, faire 120 km de route et devoir me trouver une gardienne? Non. Pourquoi ne pas créer un groupe familial avec des rencontres en journée, près de chez moi? » Comme cette idée me tenait à cœur, j'ai tout fait pour qu'elle se concrétise!

Au niveau du fonctionnement, dès le début j'ai demandé aux membres de s'impliquer activement. Nous avons formé un comité organisateur pour créer un calendrier de nos rencontres et choisir nos thèmes. Quatre personnes m'aident à animer, trouvent de l'information pour notre groupe par *Yahoo* sur Internet, font des appels, écrivent des textes, etc. Je crois qu'il est essentiel de déléguer des tâches aux membres pour que ceux-ci développent un sentiment d'appartenance. Depuis septembre dernier, comme je suis moins présente, j'ai demandé à chacun des membres d'animer à tour de rôles, en allant chercher les talents et les compétences de chacun. Nos thèmes les plus populaires restent le jardinage, les produits équitables et biologiques, l'école à la maison, l'introduction à la SV.

Au début, les rencontres avaient lieu chez moi. Je prévoyais un espace pour les enfants et un lieu de discussion pour les parents. Après quelques mois, comme plusieurs familles assistaient aux rencontres, nous avons dû trouver un local. Avec l'aide des membres, nous avons fait des démarches auprès d'organismes communautaires et de quelques municipalités pour avoir accès à un local sans payer de frais. Nous avons finalement trouvé une petite salle, avec un coin jeux pour les enfants et un parc à l'extérieur. Depuis ce temps, nous nous réunissons à la salle des loisirs de Sainte-Mélanie, un petit village tout près de Joliette.

Entre les rencontres discussions, nous restons en lien grâce au forum *Yahoo* que j'ai créé. Cet outil me simplifie la vie! Nous pouvons y faire des annonces d'activités

intéressantes, offrir ou demander des biens ou des services, discuter des sujets touchant la SV et surtout nous soutenir, et cela même au niveau personnel. Nous formons un groupe chaleureux, accueillant, fraternel et surtout familial. Les enfants participent aux rencontres et



se sentent intégrés aux groupes. Mes enfants ont toujours hâte de revoir leurs amis et pour eux, il s'agit d'une sortie, non d'une obligation. Je précise toujours aux nouveaux membres que les enfants sont présents, car j'ai déjà eu quelques mauvaises expériences, des critiques de gens n'acceptant pas leur présence. Comme ce sont eux la société de demain, je tiens à ce qu'ils participent à leur façon!

En septembre prochain, je dois déléguer la responsabilité du groupe à un autre membre ou à une équipe. Je ne sais pas encore ce qui se passera... Je souhaite que le groupe continue ses activités et que d'autres personnes s'impliquent. Chose certaine, je resterai toujours attachée aux gens que j'ai connus avec la SV, car ce sont maintenant des amis chers. ☞

Simplicité volontaire et famille – Échos du colloque 2005

par Frédéric Demers, « simplicitaire » convaincu!

Cela fait plus de sept ans que je pratique consciemment la simplicité volontaire (SV). Durant mes années d'études et de voyages, j'ai pu lire, partager, expérimenter diverses facettes de la SV. J'ai même tenté d'inciter les gens de ma propre famille et de mon entourage à pratiquer cette manière de vivre. Souvent, j'ai eu droit à des commentaires du type : « Tu verras quand tu seras sur le marché du travail avec une famille à nourrir, on verra bien ce que tu feras », ou celle de prédilection de mes parents : « Lui (Serge Mongeau), il

peut se permettre de vivre la SV. Il était médecin avant et a pu mettre beaucoup d'argent de côté pour l'aider en cas de besoin ». C'était cinglant comme argument.

Curieusement, ce n'est que dernièrement que je peux enfin répondre à mes chers parents et, pour faire écho à la conférence de Serge Mongeau (La richesse de la SV), à l'ouverture du dernier colloque, je crie haut et fort : « J'AI RÉUSSI. »

J'ai réussi à démontrer qu'on peut vivre avec un salaire trois fois moindre que celui de mes parents et de mes amis. J'y suis arrivé, et ce, en l'espace de deux ans. J'ai fondé une famille (deux enfants en un an), acheté une maison (juin 2005) avec un paiement équivalent à mon 4 1/2, déniché un travail en lien avec mes valeurs et un employeur accommodant.

Ce n'est que tout récemment que j'ai joint un groupe de SV (Longueuil) et entendu parler du colloque. J'y ai même participé en offrant un peu de mon temps pour les préparatifs et j'ai même animé un atelier, le samedi après-midi.

D'une certaine manière, ma participation au colloque a tourné autour de la FAMILLE puisque mon choix d'ateliers fut le suivant : *Organisation résidentielle; Tomber en amour avec la Terre, vers une nouvelle conscience planétaire; Les enfants, ça coûte cher!* Ils m'ont permis d'échanger et de m'alimenter par les idées et les trucs des autres pour ma famille. De plus, j'affirme m'être senti de la famille élargie de la SV, car tous, hommes et femmes, jeunes et vieux, etc., étions là ensemble lors de ce week-end.

Je tiens à remercier les organisateurs et les organisatrices de ce colloque. Cela a été une grande découverte et ce fut très enrichissant. Je fais partie désormais de la grande famille de la simplicité volontaire. ☞

P.-S. : S'il y a des gens désireux de se joindre au début d'un groupe de SV dans les Laurentides à la hauteur de St-Sauveur, vous pouvez me faire signe à l'adresse suivante : freud4@hotmail.com et préciser SV dans l'objet.



LA RICHESSE QUE NOUS APPORTE LA SIMPLICITÉ VOLONTAIRE

- 1) En nous rendant moins dépendants de gros revenus, elle nous permet d'accéder à une plus grande liberté dans le choix de notre emploi.
- 2) En nous amenant à faire nous-mêmes davantage au lieu d'acheter biens et produits, elle nous permet de développer et d'épanouir nos possibilités et nous donne une plus grande fierté.
- 3) En nous isolant de la frénésie qui caractérise notre monde actuel, elle nous octroie du temps pour réfléchir et pour accéder à la conscience.
- 4) En nous amenant à moins consommer, elle nous libère des tâches liées à cette consommation (achat, entretien, utilisation...) et nous fournit du temps pour autre chose.
- 5) En nous permettant d'agir immédiatement pour diminuer la pression sur l'environnement, elle nous aide à nous débarrasser du sentiment d'impuissance qui a tendance à prévaloir.
- 6) En nous amenant à nous tourner vers les ressources communautaires pour répondre à nos besoins, elle provoque des occasions de contacts avec les autres qui comblent en même temps nos besoins de socialisation.
- 7) En nous libérant du temps pour nous engager dans des causes sociales, elle nous permet de donner un sens à notre vie.
- 8) En nous suggérant un style de vie plus près de notre nature et qui répond donc mieux aux besoins de notre organisme, elle nous donne plus de possibilités d'être en santé.

Serge Mongeau, colloque 2005



La ligne parents

Service téléphonique gratuit et confidentiel
de consultation et d'aide ponctuelle sur
l'éducation des enfants et des jeunes
(514) 288-5555 ou 1 (800) 361-5085

AGORA

Flash sur le colloque 2005

Je repars avec de belles réflexions

Merci pour ces témoignages inspirants!

Période d'inscription à repenser!

Ateliers trop courts

3 excellents conférenciers!

Magnifique! Faudrait que l'animatrice revienne!

Félicitations pour la vaisselle non jetable

Bon rapport qualité / prix

Difficile de s'orienter. Faudrait plus d'indications.

Ça prendrait plus d'ateliers

Prix de famille s.v.p.!

Trop d'ateliers intéressants en même temps

Faudrait des porte-manteaux

Liste des groupes de simplicité volontaire

Baie-Comeau (depuis juin 2004)
Marquis Méthot : (418) 589-9059
marquis_methot@Ssss.gouv.qc.ca

Joliette (depuis janvier 2004)
Karine Desroches : barbapapa158@yahoo.ca
Danielle Lebel : (450) 752-8391

Laurentides – Val-David (depuis l'automne 2004)
Émilie Robert : (819) 322-6702
ecobistro@communityearth.org

Laurentides – Saint-Sauveur (projet de groupe 2005)
Frédéric Demers
freud4@hotmail.com (spécifier « SV » comme objet du message)

Longueuil (depuis septembre 2002)
Nathalie Coutu et Denis Sauvé : (450) 672-7999
nathaliecoutu@hotmail.com

Lévis (depuis mai 2004)
Florian Lambert : (418) 839-0919
florianlambert@sympatico.ca

Montréal, Ahuntsic (depuis 2002)
Anne Marchand : (514) 938-1224
amarcha@ucalgary.ca

Montreal Simple Living (groupe anglophone – mars 2005)
Didier di Camillo and Kim Smith
msliving@hotmail.com
<http://pages.videotron.com/msl>

Outaouais (Ottawa-Gatineau – depuis 2005)
Lorraine Lacroix : (819) 457-1845
lorraine.lacroix@sympatico.ca

Paspébiac (Gaspésie – projet de groupe)
Nathalie Ahier : (418) 752-2040
cjepasp@globetrotter.net

Portneuf (depuis l'automne 2004)
Marie-Claude Denys : (418) 873-1302
mcdenys@globetrotter.net
N.B. : Atelier sur Noël le 30 novembre

Québec (depuis l'automne 2001)
Pascal Grenier : (418) 660-5579
responsable.gsvq@oricom.ca
(Émission radio « En toute simplicité », les mercredis de 17 h à 18 h, sur CKIA 88,3 fm – <http://www.meduse.org/ckiafm>)

Saguenay, Chicoutimi (depuis novembre 2002)

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

Saint-Georges de Beauce (depuis 2003)

Danielle Fay et Gilbert Rodrigue : (418) 774-9000
daniellefay@sogetel.net

Sherbrooke (depuis 2000)

Denise Turcotte : (819) 563-8144
acef.estrie@qc.aira.com

Trois-Rivières (depuis 2000)

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

Victoriaville (depuis l'été 2002)

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

Un projet d'écohomeau qui s'imbrique bien dans la philosophie de la Simplicité volontaire

par Richard Gagnon

« La Vie de Cocagne » à Knowlton (Lac Brome) permet à des gens essouffés par la consommation, travailleurs, retraités, semi-retraités, de s'impliquer dans un

écohomeau, tout en s'assurant de petits revenus d'appoint. Des services, des biens, et des espaces sont mis en commun autour de leur résidence. Tout ça pour amoindrir les coûts d'une qualité de vie améliorée. Merci de vous y intéresser et de répondre rapidement.

Pour plus d'information : lrgagnon@videotron.ca

À « Objet : », écrivez *La vie de Cocagne*

Petite idée toute simple

de Lyse Trottier

Les idées géniales n'ont pas toutes besoin d'être compliquées. Voici un truc inventé par le couple Trottier-Delorme pour vivre vraiment à l'aise chez eux sans se laisser impressionner par les normes extérieures. Il semblerait que sur leur porte d'entrée, on peut lire ceci :

Mise en garde aux visiteurs

Ne vous en faites pas : cette maison peut être cycliquement en désordre. Nous finirons bien par faire le ménage après nous être occupés de ce qui nous semble plus important :

- Prendre soin de nos enfants
- Apprécier d'être vivants, heureux et en santé!

UN BRIN DE LECTURE...

Voix de la Terre

Michaud, Marie-André

Fides, Montréal, 2003, 184 pages 19,95 \$

« Si tu te crois trop petit pour avoir une influence, essaie d'aller au lit avec un maringouin. » Cet adage rapporté par Anita Roddick, fondatrice de la compagnie *Body Shop*, pourrait être celui de n'importe quelle des seize personnes rencontrées par Marie-Andrée Michaud, car toutes, chacune à sa manière, cherchent à créer un monde meilleur et à vivre en harmonie avec lui.

On retrouve dans *Voix de la Terre* de grands penseurs et de grands faiseurs : Matthew Fox, théologien visionnaire; Jacques Grand'Maison, théologien, sociologue et prêtre; Stephen Eliot, auteur de *La métamorphose*; Jean Monbourquette, prêtre et médecin des âmes; Placide

Gaboury, auteur et conférencier; Marion Woodman, analyste jungienne; Julia Kristeva, psychanalyste et linguiste; Robert Keck, ancien pasteur et docteur en philosophie de la santé; Thierry Pauchant, auteur et professeur aux HEC; Serge Wilfart, ancien chanteur classique et thérapeute de la voix; Albert Low, directeur du Centre zen de Montréal; David Suzuki, auteur et animateur de l'émission *The Nature of Things*; Jean-François Casabonne, comédien, auteur et grand voyageur; Oriah Mountain Dreamer, auteure; Jane Goodall, primatologue et fondatrice de l'Institut Jane Goodall; et, bien sûr, Anita Roddick, fondatrice de *Body Shop*. Ces enfants de la terre nous font entendre leur voix dans un chant rassembleur. Un chant appelant à l'éveil, au changement, à la conscientisation. Un chant auquel nous ne saurions rester indifférents.

PETITES NOUVELLES DU RQSV

Jacinthe s'en va...

par Diane Gariépy

Jacinthe s'en va... Elle ne sera plus
la coordonnatrice du Réseau.
Snif! Snif!

Quel plaisir ce fut de travailler avec toi, Jacinthe!
Un gros merci de nous tous et toutes!

Mais, on ne te perd pas tout à fait
puisque tu es promue bénévole
Alors, c'est magnifique!

...

Jacinthe s'en va, et Arthur arrive!

Bienvenue à la coordination, Arthur!
Pour ceux qui ne le connaissent pas,
Arthur est quelqu'un de fort sympathique

Arthur,
tu peux être assuré d'avance de la collaboration
de nous tous et toutes!

Rencontre des membres et Assemblée générale (16-17 septembre et 18 septembre)

Pour la première fois, une rencontre de formation et de planification est offerte, dans une base de plein air, à TOUS les membres qui désirent s'impliquer davantage dans la vie du Réseau (équipes locales, comités de travail, conférences, bénévolat, etc.). Elle aura lieu à Rawdon, du vendredi soir 16 septembre au dimanche matin 18 septembre prochains. L'Assemblée générale annuelle aura lieu à Montréal le dimanche.

La rencontre de Rawdon sera l'occasion de découvrir la richesse et la diversité du RQSV, d'échanger des expériences, de partager de nombreuses ressources liées à la SV et de profiter de la nature car nous serons près d'un lac et aurons accès aux activités de plein air. Possibilité de coucher deux nuits et d'y passer le samedi pour la modique somme de 35 \$ par personne, les deux déjeuners compris! Pour plus de détails sur le programme, les coûts et la

manière de s'y rendre, voir la lettre d'invitation jointe au Bulletin ou consulter le site www.simplicitevolontaire.org.

L'Assemblée générale annuelle se tiendra à l'UQAM le dimanche 18 septembre, entre 9 h 30 et 15 h (entrée libre). L'AG sera cette année l'occasion d'un hommage tout spécial rendu au grand écologiste québécois, M. Pierre Dansereau (93 ans) qui fut le véritable précurseur de la simplicité volontaire au Québec, en invitant, dès les années 1970, ses concitoyenNES à pratiquer ce qu'il appelait « l'austérité joyeuse ». Bienvenue pour un café-brioche dès 9 h 30. L'AG elle-même commencera à 10 h pour se terminer par un pique-nique (apportez ou achetez votre lunch) et des jeux à partir de 13 h environ. Détails dans la lettre d'invitation ci-jointe ou sur le site Internet du RQSV.

Postes ouverts au CA

Au moins deux postes seront à pourvoir par élection au conseil d'administration du RQSV. Tous les membres en règle du Réseau peuvent présenter leur candidature. Le CA actuel souhaiterait vivement **poursuivre la tradition d'une certaine représentation des régions**, puisque les deux administrateurs qui nous quittent en fin de mandat sont Cécile Laroche et Jacques Delorme, respectivement de Victoriaville et de Québec. La politique du Réseau est de rembourser les frais de transport de ceux qui doivent voyager pour participer aux réunions du CA et il est même possible de trouver un lieu de rencontre qui permette d'accommoder le maximum de membres (cette année, les réunions se tenaient habituellement à Drummondville). Les mandats au CA sont de deux ans. Les personnes intéressées (des régions ou de Montréal) sont invitées à faire connaître leur candidature le plus tôt possible en communiquant avec le Réseau ou son permanent.

Des nouvelles d'ailleurs

Trois membres du Réseau ont récemment voyagé aux États-Unis et dans l'Ouest canadien pour y rencontrer de nombreuses personnes-ressources en matière de simplicité volontaire. **Dominique Boisvert**, auteur et membre du conseil d'administration du RQSV, a participé pour la deuxième année consécutive au Congrès du Simplicity

Forum, un regroupement américain de leaders de la SV, qui se déroulait cette année près de Denver, au Colorado, du 25 au 28 août (<http://www.simpleliving.net/simplicityforum/default.asp>). Il y était accompagné d'une nouvelle membre du RQSV, **Isabelle Gingras**. Celle-ci, qui étudie dans le cadre de son doctorat en psychologie les conséquences sur les enfants de leurs horaires surchargés, a également pris part, du 4 au 8 août à Seattle, au Congrès annuel du « Take Back Your Time Day » (« Réappropriez-vous votre temps »). Isabelle est membre du conseil d'administration de cet organisme, issu du Simplicity Forum et qui souhaite sensibiliser la population et les gouvernements américains sur la problématique de la famine de temps. **Jacinthe Laforte**, ex-coordonnatrice du RQSV, a pour sa part fraternisé, en juillet, avec quelques contacts SV lors d'un voyage sur la Côte Ouest américaine et à travers le Canada. Lors de la rencontre des membres des 16-17 septembre à Rawdon (voir lettre d'invitation jointe ou www.simplicitevolontaire.org), Dominique, Isabelle et Jacinthe présenteront les perspectives nouvelles sur la SV et le Réseau qui ressortent de leur expérience.

Retour sur le colloque « Riches autrement, autrement libres! » des 14 et 15 mai 2005

L'incroyable enthousiasme et la joyeuse ouverture de la trentaine de conférencierEs et des 300 participantEs au colloque du Réseau, les 14 et 15 mai 2005 à l'Université de Montréal, se sont bien reflétés sur les feuilles d'évaluation : 99 % des répondantEs étaient contentEs de leur expérience et plusieurs nous ont confié avoir trouvé des pistes de réponse à leurs questionnements. Plusieurs excellentes suggestions d'amélioration ont été notées pour l'année prochaine. Grâce à l'inestimable collaboration de Julien Lafrance-Vanasse, d'UnivertCité (le comité environnemental de la FAECUM -Université de Montréal) et à l'engagement bénévole de tous les conférencierEs et animateurTRICEs d'ateliers, sans compter toutes les personnes impliquées dans la préparation et la logistique de l'événement, le bilan financier du colloque se chiffre autour de +5 000 \$, sans compter les nouvelles adhésions. Les médias ont été nombreux à profiter du colloque pour parler de la simplicité volontaire (Serge Mongeau à RDI, quelques émissions radio à la SRC, dont *Indicatif Présent*, émission de Paul Arcand à 98,5 FM, article dans le VOIR et le Journal de Montréal, etc). Un succès de réseautage, de réflexion et de rayonnement!

L'ABC de la simplicité volontaire

Le lancement du livre de Dominique Boisvert, *L'ABC de la simplicité volontaire* (Éditions Écosociété), a également eu lieu lors du colloque. Suivis d'une section sur les « Ressources pour aller plus loin », les vingt chapitres de ce petit livre présentent autant de synthèses sur les principales questions qu'on se pose sur la SV. *L'ABC* se veut un outil de référence pour quiconque veut découvrir la SV ou rafraîchir l'idée qu'il se fait de ce mode de vie et du phénomène social qu'il engendre. Vous pouvez vous le procurer auprès du Réseau, ce qui contribue aussi au financement de celui-ci : 12 \$ pour les membres / 16 \$ pour les non-membres, + 2 \$ pour les frais d'envoi s'il y a lieu. Faites votre commande à rqsv@simplicitevolontaire.org ou au (514) 937-3159.



AVIS : des prix spéciaux ont été prévus pour les organismes qui souhaitent distribuer ce livre dans leur réseau (15\$ chacun pour 5 à 9 copies, 14\$ chacun pour 10 à 24 copies, etc.). Renseignez-vous auprès d'Arthur Lacomme, coordonnateur du RQSV!

Simpli-Cité, désormais payant

Tel qu'annoncé dans le dernier bulletin, le *Simpli-Cité* est désormais disponible pour les membres (gratuitement avec leur cotisation annuelle) et pour les abonnés (10 \$ par an). Si le contenu intégral des 15 premiers numéros peut encore être consulté sur le site Internet du RQSV, seul le sommaire détaillé et l'éditorial des nouveaux bulletins seront dorénavant affichés sur le site. Pour ceux qui sont allergiques aux envois papier par la poste, une version électronique en pdf peut être envoyée par courriel. Depuis ses débuts en 2000, le bulletin a beaucoup évolué, et le Réseau reçoit à son sujet des échos de plus en plus enthousiastes. Le Conseil d'administration mijote d'ailleurs un plan pour développer et faire connaître davantage *Simpli-Cité*... À suivre dans les prochains numéros!

Simpli-Cité à la bibliothèque

Déjà deux bibliothèques publiques se sont abonnées (Ahuntsic, à Montréal, et Monique-Corriveau, à Sainte-Foy), grâce à la suggestion de membres du Réseau auprès

de leur bibliothécaire (Merci au groupe Ahuntsic et à Christian Vachon!). Votre aide pour faire connaître le bulletin est précieuse! Et les bibliothèques sont une excellente façon de partager nos idées avec le plus grand nombre.

Membres du RQSV

En août 2005, le RQSV comptait 366 membres en règle (ayant renouvelé leur cotisation de 25 \$ depuis le 31 mars), dont 209 nouvelles adhésions, atteignant presque son objectif de 400 membres pour l'Assemblée générale de 2005. Compte-tenu de l'ampleur de la sympathie pour la simplicité volontaire, plusieurs nouveaux venus s'étonnent de ce nombre relativement peu élevé. Les sympathisants sont sûrement dix fois plus nombreux! Aussi le conseil d'administration du RQSV vous invite-il à proposer à votre entourage de devenir membre du RQSV, dont l'action de réseautage, de réflexion et de rayonnement repose presque uniquement, pour son financement, sur les cotisations de ses membres (le RQSV ne reçoit aucune subvention gouvernementale). Merci!

Groupe de Québec (GSVQ)

Le Groupe de simplicité volontaire de Québec, animé depuis le début par son responsable Pascal Grenier, est non seulement le plus ancien groupe régional du RQSV mais également celui qui regroupe le plus de membres et de sympathisants et celui qui s'est montré le plus actif depuis sa formation en octobre 2001.

Le GSVQ vient de connaître plusieurs développements importants que le RQSV est heureux de souligner. D'abord la tenue d'une assemblée générale, le 31 mai 2005, qui a adopté les statuts et règlements officiels du GSVQ et procédé à la première élection des membres de son comité de gestion formé de huit personnes. Mais également la publication d'un impressionnant « Rapport d'activités et d'orientation, Novembre 2001 à Mai 2005 », maintenant disponible sur leur site internet (www.gsvq.org). On y apprend entre autres que des membres du GSVQ ont produit et animé plus d'une cinquantaine d'émissions hebdomadaires d'une heure sur la SV dans une radio communautaire de Québec, que Pascal Grenier a signé une chronique mensuelle « En toute simplicité » pendant un an dans le magazine québécois *Guide Ressources*, que le GSVQ a organisé, depuis quelques années, environ six conférences publiques par année et autant de « salons » de discussions où, chaque fois, plusieurs thèmes de SV étaient discutés par autant d'équipes de gens intéressés par le sujet. Sans

oublier la parution d'un bulletin bimensuel depuis l'automne 2004, un certain nombre de projets de recherche, le développement et la vente d'objets écologiques (sacs de tissus pour le marché, composteurs, T-Shirts et tasses de recyclage avec logos écologiques ou de SV, etc.), l'organisation d'au moins deux colloques publics à l'Université Laval, l'animation de nombreux ateliers d'introduction à la SV donnés à Québec et dans la région, etc.

Bravo à Pascal et à toute l'équipe dynamique du GSVQ!

SPARC – SV à la Canadienne!

À Winnipeg, un organisme de simplicité volontaire est en émergence autour de l'auteur canadien Mark Burch (*La voie de la simplicité*, Écosociété, 2003). Le projet du Simplicity Practice and Resources Centre (SPARC) s'appuie sur l'expertise accumulée par Mark et les centaines d'étudiantEs universitaires qu'il a formés depuis une dizaine d'années. Il consiste à rendre disponibles pour le Canada anglais, sur Internet comme par des conférences et diverses sessions de formation, les nombreuses ressources développées sur la simplicité volontaire. Les initiateurs de SPARC espèrent ainsi pouvoir financer un emploi à temps partiel pour ses membres (une dizaine de personnes idéalement). Meilleure chance à Mark et ses collègues avec qui le RQSV est heureux de collaborer! Pour plus d'informations, voir www.simplicitycentre.ca.

ATTAC-Québec, un réseau ami

Au colloque des 14 et 15 mai derniers, sur le thème *Riches autrement, autrement libres!*, le Réseau a invité Monsieur Robert Jasmin, président d'ATTAC-Québec*, à prononcer la conférence de clôture intitulée *Le bonheur de travailler pour un autre monde*. Monsieur Jasmin a partagé son expérience d'engagement altermondialiste en rappelant l'importance des liens personnels et des petites joies simples au quotidien pour mener à bien les nécessaires transformations à apporter à une société injuste. Merci Robert pour la chaleur et l'authenticité de votre présence, qui en ont remué plusieurs!

* Fondée en France en 1998 et aujourd'hui présente dans 40 pays, l'Association pour la Taxation des Transactions pour l'Aide aux Citoyens (ATTAC) mène des actions variées visant la reconquête, par les citoyennes et citoyens, du pouvoir démesuré que la sphère financière exerce sur tous les aspects de la vie politique, économique, sociale et culturelle. www.quebec.attac.org



DEVENIR MEMBRE DU RQSV

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

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

En devenant membre, vous :

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

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

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

ADHÉSION AU RQSV

Nom _____

Date _____

Adresse _____

Ville _____

Code postal _____

Téléphone (résidence) _____

Téléphone (travail) _____

Courriel _____

Cotisation annuelle de 25 \$ Abonnement* au bulletin *Simpli-Cité* : 10 \$

(chèque ou mandat poste à l'ordre du RQSV)

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

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

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

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

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

En devenant membre je souhaite :

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

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

Je soutiens le RQSV (contribution volontaire)

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

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

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

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