

COLLECTION DIRIGÉE PAR
ANNE GHESQUIÈRE

IMPLIQUEZ

VOUS !

**101 ACTIONS SOLIDAIRES ET ÉCOLOS
POUR UN MONDE MEILLEUR**

CHRISTOPHE CHENEBAULT

« Le temps de ce livre est venu... »

Préface de **Pierre RABHI**

EYROLLES

IMPLIQUEZ-VOUS !

101 ACTIONS SOLIDAIRES ET ÉCOLOS
POUR UN MONDE MEILLEUR

« À mon niveau, qu'est-ce que je peux faire ? » C'est à cette question, restée souvent sans réponse, qu'est dédié cet ouvrage.

Car il ne tient qu'à nous de faire exister dès aujourd'hui – pour soi, pour nos enfants, pour les générations futures – un monde que nous désirons tous, plus coopératif et plus humaniste. Chacun d'entre nous peut faire une véritable différence autour de soi... et pour cela chaque action individuelle compte !

**AVEC 101 ACTIONS SOLIDAIRES ET ÉCOLOGIQUES,
POSITIVES ET CONCRÈTES, CE LIVRE NOUS INVITE
DÈS MAINTENANT À AGIR.**

Parce que le monde ne changera pas sans vous, parce que chaque goutte d'eau est importante, parce que faire du bien permet aussi de se sentir bien, parce que « *Il n'est jamais trop tard pour agir* » comme le précise Pierre Rabhi dans sa préface, alors... impliquez-vous !



Fondateur du média EVENE, premier site culturel français, **Christophe Chenebault** a longtemps dirigé des entreprises. Après avoir contribué à démocratiser la culture, il se consacre désormais à des projets qui valorisent l'humain et la planète.

IMPLIQUEZ-VOUS !

**101 ACTIONS
SOLIDAIRES ET ÉCOLOS
POUR UN MONDE MEILLEUR**

Groupe Eyrolles
61, bd Saint-Germain
75240 Paris Cedex 05

www.editions-eyrolles.com

Collection dirigée par Anne Ghesquière – Fondatrice du magazine FemininBio.com
www.FemininBio.com

Cette collection propose des sujets tournés vers *l'être au lieu d'avoir*
pour replacer la relation à soi et à l'autre au centre de tout.

En savoir plus sur cet ouvrage :

www.impliquez-vous.com

Pour contacter l'auteur :

christophe.chenebault@impliquez-vous.com

Dans la même collection :

Christine Lewicki
J'arrête de râler

Charlotte Poussin
Apprends-moi à faire seul

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 20, rue des Grands-Augustins, 75006 Paris.

© Groupe Eyrolles, 2011
ISBN : 978-2-212-54970-6

CHRISTOPHE CHENEBAULT

IMPLIQUEZ- VOUS !

**101 ACTIONS
SOLIDAIRES ET ÉCOLOS
POUR UN MONDE MEILLEUR**

EYROLLES



VOUS VOUS ÊTES DÉJÀ IMPLIQUÉ !



En achetant ce livre, vous vous êtes déjà impliqué... et vous avez en fait aider à financer l'association Le Rire médecin !

En France, un enfant sur deux est hospitalisé avant l'âge de 15 ans. Depuis vingt ans, Le Rire médecin – de vrais clowns à l'hôpital ! – redonne ainsi aux enfants hospitalisés le pouvoir de jouer et de rire pour mieux faire face à la maladie.

Chaque année, l'association offre plus de 64 000 spectacles personnalisés aux enfants et à leur famille.

L'auteur de ce livre : *Impliquez-vous!*, Christophe Chenebault, et la directrice de collection, Anne Ghesquière, ont souhaité soutenir cette belle initiative en reversant une partie de leurs droits d'auteur.

Ainsi, sur chaque vente réalisée, 4 % du prix de l'ouvrage sera reversé au Rire médecin.

En faisant l'acquisition de ce livre, vous contribuez donc, vous aussi, au financement d'interventions de clowns pour les enfants !

En savoir plus sur l'association : www.leriremedecin.asso.fr.

PRÉFACE

Chaque être humain doit être une énergie créative, et non une énergie passive. En dehors des grandes décisions politiques que les États doivent prendre, il nous appartient à titre individuel de faire tout ce que nous pouvons dans notre sphère privée et intime, comme nous l'enseigne **la légende amérindienne du colibri...**

Un jour, dit la légende, il y eut un immense incendie de forêt.

Tous les animaux, terrifiés et atterrés, observaient, impuissants, le désastre.

Seul le petit colibri s'activait, allant chercher quelques gouttes d'eau dans son bec pour les jeter au feu.

Au bout d'un moment, le tatou, agacé par ses agissements dérisoires, lui dit :

– Colibri ! Tu n'es pas fou ? Tu crois que c'est avec ces gouttes d'eau que tu vas éteindre le feu ?

– Je le sais, répondit le colibri, mais je fais ma part.

Telle est **notre responsabilité à l'égard du monde**, car nous ne sommes pas totalement impuissants si nous le décidons.

L'observation de l'espace nous a permis de constater que nous étions consignés et confinés sur notre petite planète sans aucun autre recours ou autre alternative que d'y instaurer la convivialité et le partage, si nous voulons y survivre. Or, tout ce que nous avons trouvé de mieux à faire, c'est le choix de l'antagonisme, de la division, de la compétitivité et de l'accaparement sans limite, comme principes de vie. Notre modèle de développement est dans une impasse majeure, il s'agit donc maintenant d'inventer une nouvelle voie, de créer un « nouveau paradigme », en plaçant **l'humain et la nature au cœur de nos préoccupations**. L'humanité est-elle enfin capable de mutualiser ce qu'elle a généré de meilleur pour éviter le pire ?

Pour ce faire, **chacun doit effectuer sa «part du Colibri»**. Car si l'être humain ne change pas par la générosité, la compassion, une éthique et une équité actives, la société ne pourra changer positivement et durablement. Ma première action concerne mon moi individuel, mon devenir, ma transformation. Car il nous faudra bien répondre à notre véritable vocation qui n'est pas de produire et de consommer jusqu'à la fin de nos vies mais d'aimer, d'admirer et de prendre soin de la vie sous toutes ses formes. Cet engagement de vie en conscience, par sa puissance, est seul capable de changer le monde.

Et il n'est jamais trop tard pour agir. Pour que chaque indignation soit constructive, toutes les occasions de nous mettre en cohérence sont à saisir. Il ne faut surtout pas minimiser **l'importance et la force créatrice des petites résolutions**. Loin d'être anodines, elles contribuent à construire le monde auquel nous sommes également de plus en plus nombreux à aspirer, comme en témoignent les nombreuses innovations de la société civile.

«Rien n'est plus puissant qu'une idée dont le temps est venu», nous rappelait Victor Hugo. À l'évidence, **il me semble que le temps de ce livre est venu...** En exposant que nous ne sommes pas démunis, comme en témoignent les actions concrètes que nous pourrions réaliser, ce livre est une des réponses à l'aspiration de beaucoup pour un monde différent. C'est un peu comme dans un immense vaisseau dans lequel chacun doit trouver sa propre rame pour cingler vers ce fameux monde autre. Un immense chantier s'ouvre à nous, il y a une multitude d'actions possibles, et **souvent le vouloir est présent, mais malheureusement pas les idées concrètes**. C'est pour cela que cet ouvrage est important.

Si je m'implique, cela veut dire que, par mon libre-arbitre et par mon choix personnel, intime, je décide d'être à l'intérieur, d'être complice. **S'impliquer, c'est passer de l'observateur à l'acteur**. Notre conscience est ainsi interpellée pour nous replacer dans notre responsabilité, mais aussi pour agrandir notre cœur et être de plus en plus dans la puissance de l'amour. Et cela ne se compte pas en euros ou en dollars. La puissance absolue, infinie, c'est l'amour. Quand on aime, c'est indestructible. «Dieu donne pour que l'on donne».

Alors, qu'attendons-nous pour aimer, donner et nous impliquer ?

Pierre Rabhi

INTRODUCTION

« **Q**u'est-ce que je peux faire? J'sais pas quoi faire! », lançait Anna Karina à Jean-Paul Belmondo dans *Pierrot le fou*. Un jour, lors d'une énième conférence avec Yann Arthus-Bertrand sur l'état de la planète, j'ai réalisé que je me posais la même question que celle, récurrente, des personnes dans l'assistance: « Je comprends bien l'enjeu mais, **qu'est-ce que je peux faire, moi, à mon niveau?** » Depuis des années déjà je m'étais engagé dans diverses actions, mais l'arrêt du « tourbillon » d'une vie professionnelle intense me donna soudain l'occasion d'en faire davantage. J'ai alors donné mon sang, nettoyé des rivières, mangé bio vraiment, écologisé ma maison, parrainé une ruche, préparé mon don d'organes, acheté un zébu, compensé mon CO₂, soutenu de nombreuses associations... tout en impliquant, dès que je le pouvais, les **jeunes générations** sur l'enjeu de ces sujets.

L'idée de partager cette démarche avec le plus grand nombre à travers ce livre est venue naturellement. Parce que le monde ne changera pas sans vous... Le défenseur des droits de l'homme **Stéphane Hessel** nous a invité, à 93 ans, dans son ouvrage *Indignez-vous!*, à ne pas accepter les choses comme elles sont afin que « notre société reste une société dont nous soyons fiers », et surtout à savoir en permanence **nous indignés**. En effet, l'indifférence reste sans doute l'un des plus grands fléaux de l'humanité. Le livre d'actions solidaires et écolos que vous tenez entre les mains vous invite, lui, à agir! Et à agir dès maintenant autour de vous pour **rendre le monde meilleur**. Car si vous êtes conscient des problèmes, si vous aspirez à un changement, si vous souhaitez une société plus à l'écoute de l'humain et de la nature, vous pouvez devenir ce **héros du quotidien** que l'on voit rarement dans les films hollywoodiens, vous pouvez revêtir vos ailes d'ange... Cela ne dépend que de VOUS!

« Soyez le changement que vous voulez voir dans le monde », affirmait Gandhi. En effet, aucun de nos actes du quotidien n'est neutre. Chaque sourire, chaque parole, chaque pensée, chaque main tendue, chaque achat, chaque vote, **chaque action compte**. Vous ne pouvez pas faire de grandes actions? C'est une erreur de croire qu'avec peu nous ne pouvons influencer sur le cours des événements. Par ailleurs, être conscient d'un problème et ne rien faire, n'est-ce pas commencer à faire partie du problème? Pas besoin d'être milliar-

taire comme Bill Gates et Warren Buffett, qui, à travers la campagne de philanthropie **Giving Pledge** (promesse de don), ont convaincu des dizaines d'autres milliardaires de donner au moins la moitié de leur fortune à des œuvres caritatives. Comme les abeilles, **pollinisons le monde de bonnes actions!** Une démarche qui n'est pas réservée aux entreprises, associations ou politiques. Pour notre ruche-planète, chacun peut être acteur de changement, chacun peut faire la différence. Un jour, quelqu'un demanda à Mère Teresa comment il pouvait sauver le monde avec le peu d'argent qu'il possédait. Elle prit alors un dollar et lui dit : «Un dollar pour l'homme n'est rien, mais un dollar pour Dieu, c'est tout.» Car c'est surtout l'addition des initiatives individuelles – et non les grandes révolutions – qui fera cette différence dans les prochaines années. **Si VOUS agissez, NOUS changerons tous.** Chaque goutte d'eau est importante, et ce sont les gouttes d'eau qui forment les océans...

Pour soi, pour ses enfants, pour les générations futures, nous devons réussir notre «métier d'homme». Chacun de nous porte en soi une **tendance naturelle à la bonté**. Mais sommes-nous encore capables, perdus dans le tumulte de nos vies quotidiennes, d'admirer la beauté de la nature, de sentir la souffrance des autres et de prendre le temps de les écouter, de retrouver le sens de nos actes, de **faire grandir notre intelligence du cœur**? À travers nos attitudes et nos actions, à nous d'avoir le courage de puiser dans cette bonté. Et si «faire sa B.A.» devenait un réflexe, une habitude, un plaisir du quotidien, à la manière d'une Amélie Poulain, dont les petits bonheurs se transforment en un fabuleux destin de vie? Et s'il fallait **faire de son mieux**, et être exemplaire, pour entraîner les autres vers leur «bonté intérieure»? D'ailleurs, les richesses et les cadeaux que nous apporte la vie, ne devons-nous pas les rendre au centuple en actions positives? Car si la vie est une graine, et si nous sommes l'arbre, il nous faut alors faire pousser de beaux fruits...

De plus, ce n'est que du bonheur! Car, même si les actes sont désintéressés, le bonheur personnel passe semble-t-il par... le bonheur des autres. **On se sent bien quand on fait du bien.** Des recherches en psychologie positive ont en effet mis en évidence ce lien. C'est donc un cercle vertueux, où rendre service aux autres nous rend plus heureux, et où être plus heureux nous pousse à rendre service aux autres. **N'avons-nous d'ailleurs pas deux mains tendues, l'une pour nous aider, et l'autre pour aider les autres?** «Le bonheur est né de l'altruisme et le malheur de l'égoïsme», déclarait Bouddha. Quant à Jean-Jacques Rousseau, il constatait : «Je sais et je sens que faire du bien est le plus vrai bonheur que le cœur humain puisse goûter.» Tout est dit. Alors n'est-il pas temps – comme dans le film *Un monde meilleur*, dans lequel un enfant de douze ans se met à aider trois personnes, qui devront faire de même à leur tour – d'attirer du bonheur en semant ses propres graines de bonheur?

Quand le vent souffle fort, certains construisent des murs, d'autres des moulins à vent... Ce livre a pour ambition de vous aider à construire vos moulins, et à dessiner ainsi pour tous

un **avenir coopératif et humaniste**. Vous y trouverez une liste à la Prévert de 101 actions positives, des trésors d'idées créatives et concrètes pour agir, qui s'enfilent comme des perles pour former un collier de solidarité. Chacune étant, comme dans un jeu de piste, une porte à ouvrir... Certaines actions nécessitent du temps, d'autres de l'argent, et les dernières une belle énergie ou encore un état d'esprit particulier. Certaines vous demanderont aussi plus d'implication que d'autres. Mais toutes ont pour objectif de vous **donner des clés pour améliorer le monde autour de vous**. Une liste d'actions forcément non exhaustive, à laquelle vous pourrez ajouter les vôtres, dans laquelle vous pourrez piocher au gré de vos envies, et que vous pourrez partager avec votre entourage et vos enfants. Un livre qui a pour objectif d'apporter sa lumière pour accélérer, ensemble, **l'éveil de nos consciences**, et vous rendre riche de biens... mais de ceux que l'on ne peut acheter.

N'est-ce pas ce dont le monde d'aujourd'hui a besoin ?

Christophe Chenebault
christophe.chenebault@impliquez-vous.com

SOMMAIRE

Préface	7
Introduction	9

101 ACTIONS SOLIDAIRES ET ÉCOLOGIQUES

#01 Je parraine un enfant du bout du monde	16	#18 Je tends vers la sobriété dans ma consommation	42
#02 Je plante des arbres	17	#19 Je prends l'habitude de me déplacer à vélo ..	43
#03 J'organise une fête des Voisins	18	#20 Je viens en aide aux plus démunis.....	46
#04 J'échange ma maison pendant les vacances.....	19	#21 Je compense mes émissions de carbone.....	47
#05 Je parraine une ruche d'abeilles	21	#22 J'éveille les enfants aux plaisirs de la lecture	48
#06 J'investis dans un zébu pour lutter contre la pauvreté.....	22	#23 Je mange bio, local et de saison	50
#07 Je pratique la pensée positive ou non violente.....	24	#24 Je marche, cours, pédale pour une association caritative	53
#08 Je me lance dans le covoiturage et l'autopartage.....	26	#25 Je refuse les publicités dans ma boîte aux lettres.....	55
#09 Je donne mes objets inutilisés	27	#26 Je lutte pour la biodiversité en achetant des terres	56
#10 J'apporte ma voix à des pétitions	29	#27 Je donne du réconfort en devenant écoutant bénévole.....	57
#11 Je nettoie les plages, les montagnes ou les rivières.....	32	#28 Je participe à la journée mondiale de la Gentillesse.....	60
#12 Je signe la Charte de la compassion	33	#29 J'écologise mon habitation	61
#13 J'héberge un voyageur avec le CouchSurfing	34	#30 Je donne mes Miles et mes Chèque-Déjeuner.....	62
#14 Je prête à un microentrepreneur du bout du monde	36	#31 Je deviens guérilla gardener et sème des plantes en ville	64
#15 Je crée ou participe à une Amap dans mon quartier	38	#32 Je rejoins une communauté Web engagée...	66
#16 Je donne mon sang, ma moelle osseuse, mes gamètes	39	#33 Je deviens grand-parent de cœur	68
#17 Je deviens bénévole dans une association ...	41	#34 J'éteins mes lumières pour Earth hour et Le Jour de la nuit	69
		#35 Je sauve des vies en donnant mes organes.	70
		#36 Je réduis et recycle mes déchets	72
		#37 Je soutiens la cause des femmes	75
		#38 Je me lance dans le WWOOFing et les missions nature	77
		#39 J'achète écologique, éthique ou solidaire....	78
		#40 Je crée ou participe à un jardin partagé.....	81
		#41 Je passe à l'écoconduite de mon véhicule ...	83

#42 J'aide les enfants malades ou en difficulté ..	85	#78 J'apprends à organiser un écoévénement....	145
#43 Je fabrique moi-même (do-it-yourself)	88	#79 J'utilise un moteur de recherche Web solidaire	146
#44 Je diminue ma consommation de viande et de poisson.....	89	#80 Je recherche des fonds pour un projet engagé	147
#45 Je voyage autrement avec l'écotourisme solidaire	91	#81 Je tricote pour les jeunes générations.....	150
#46 Je soutiens les personnes handicapées.....	92	#82 Je soutiens les actions pour la nature.....	152
#47 J'installe une ruche dans mon jardin ou en ville.....	93	#83 Je pratique un sport respectueux de la planète	153
#48 Je prends un congé de solidarité internationale.....	96	#84 Je deviens donneur de voix ou traducteur bénévole	154
#49 Je fête le jour de la Terre	97	#85 Je soutiens la biodiversité des semences agricoles.....	156
#50 J'économise l'eau, source de vie	98	#86 Je fais du home-sitting	158
#51 Je m'investis dans les droits de l'homme.....	99	#87 Je soutiens la santé environnementale	159
#52 Je regarde et partage les films engagés	102	#88 J'organise ou participe à un débat éco-solidaire.....	161
#53 Je m'installe à la campagne et crée une activité écolo	103	#89 Je suis volontaire pour le service civique ou européen	162
#54 Je soutiens la protection des animaux	104	#90 Je mobilise pour le bio à la cantine de l'école.....	164
#55 J'échange mon savoir et troque mes objets.	108	#91 Je préserve le vivant et ne chasse pas.....	166
#56 J'adhère au mouvement Slow Food	109	#92 Je rejoins une Flashmob solidaire	167
#57 Je transmets mon savoir-faire aux plus jeunes	110	#93 Je crée ou m'installe dans un écoquartier.....	168
#58 Je place mon argent dans la finance solidaire.....	112	#94 J'investis dans des activités écologiques et solidaires.....	170
#59 Je passe des livres par le BookCrossing	113	#95 Je fais du soutien scolaire bénévole	172
#60 Je soutiens la santé et la recherche médicale.....	114	#96 Je m'implique dans un club de Cigales	173
#61 Je participe à un événement écologique ou solidaire.....	117	#97 J'agis pour l'écologie à l'école	175
#62 Je fais un don à une association	118	#98 Je soutiens les actions de solidarité internationale.....	176
#63 Je suis écoresponsable au bureau	119	#99 J'adopte un enfant abandonné ou orphelin ..	178
#64 Je deviens famille d'accueil pour des enfants défavorisés	123	#100 Je m'informe sur l'écologie et les solidarités	180
#65 Je repère et dénonce le Greenwashing	124	#101 Je fais un vœu pour un monde meilleur.....	181
#66 Je passe aux cosmétiques bio et naturels....	126		
#67 Je sensibilise les enfants à la nature	127		
#68 Je cofinance un film, un livre ou un reportage presse	128		
#69 Je crée un compost partagé de quartier	131		
#70 J'échange avec des détenus	132		
#71 J'habite autrement avec les coopératives	133	Acteurs du changement	183
#72 J'organise ou je participe à une Carrotmob..	136	Mon agenda engagé.....	185
#73 Je n'achète et ne porte plus de fourrure	137	Index thématique.....	197
#74 J'élève mon enfant autrement.....	138	Index.....	203
#75 J'accompagne des personnes âgées.....	140	Mes actions	228
#76 J'opte pour des cadeaux écologiques ou solidaires.....	141		
#77 Je défends la lutte contre le sida	142		

**101 ACTIONS
SOLIDAIRES
ET ÉCOLOGIQUES**

#01 JE PARRAINE UN ENFANT DU BOUT DU MONDE

En parrainant un enfant, nous pouvons l'**aider à changer son monde**, à se construire un avenir dans son village... Assurer l'éducation primaire de tous les enfants partout dans le monde fait partie des huit **objectifs du millénaire pour le développement (OMD)** adoptés en l'an 2000 par les Nations unies. Le parrainage, moins anonyme qu'un simple don et moins absorbant qu'une adoption, est un bon moyen d'y contribuer...

JE SUIS PARRAIN !

Être parrain est simple et motivant. Chaque mois, le parrain verse une somme fixe (de 20 à 30 euros) pour son filleul, ou pour sa communauté. Si le parrainage est individualisé, **il peut créer une véritable relation à distance avec l'enfant** et échanger lettres, photos, dessins ou cadeaux. L'organisation caritative qui organise le parrainage lui parlera aussi de son filleul, de ses progrès à l'école, de son village, du contexte de son pays. Certaines associa-

Le parrainage, moins anonyme qu'un simple don et moins absorbant qu'une adoption.

tions organisent même des voyages pour rencontrer les filleuls dans leurs villages, un moyen pour ces derniers de se rendre vraiment compte qu'ils sont soutenus. Pour être efficace, un projet doit **s'inscrire dans la durée**. C'est un engagement moral, le parrain sera donc incité à accompagner l'enfant pendant une bonne partie de sa scolarité, et pourra ainsi le voir grandir – même s'il reste possible de se désengager à tout moment.

La somme versée permettra au filleul de bénéficier, suivant les associations, d'une **scolarité adaptée**, d'une alimentation saine et régulière, d'un suivi médical, d'une formation à un métier, d'une amélioration de son habitat, ou, pour son village, de la construction d'une école, de la mise en place de l'eau potable, de l'achat de matériel agricole... Pour le parrain, c'est **la découverte d'une autre culture**, un moyen pour ses propres enfants d'avoir des copains ou copines du bout du monde, tout cela doublé d'une bonne dose de tolérance et de partage !

ENFANTS DU MONDE...

Le **choix de l'association** peut ne pas être simple, car le principe du parrainage s'est largement diffusé. **Plan France** est une ONG de développement centrée sur l'enfant, avec 40 000 parrains en France, et plus de un million d'enfants dans 48 pays. **Vision du monde** est la première association de parrainage d'enfants au monde, avec 3,8 millions d'enfants dans 97 pays. Le **Centre français de protection de l'enfance (CFPE)** accompagne

en France et dans le monde 14 000 enfants, adolescents et jeunes en difficulté. **Un enfant par la main** contribue à soutenir près de 35 000 enfants et familles dans le cadre de programmes en Afrique, Amérique latine et Asie. **Aide et action** est centrée sur une « éducation de qualité pour tous » et coordonne 120 projets dans 21 pays. Plus modeste, **Couleurs de Chine** s'est spécialisée dans l'aide à la scolarisation des petites filles en Chine, et **Pour un sourire d'enfant** vient en aide aux enfants du Cambodge, afin qu'ils ne soient plus contraints de chercher à manger dans les ordures des décharges et qu'ils puissent aller à l'école.

www.aide-et-action.org | www.cfpe.asso.fr | www.couleursdechine.org | www.planfrance.org | www.pse.asso.fr | www.unenfantparlmain.org | www.visiondumonde.fr

#02 JE PLANTE DES ARBRES

« **P**our réussir sa vie, un homme doit faire un enfant, écrire un livre et planter un arbre », suggérait le cubain Compay Segundo. Répondons en écho que, pour **réussir l'avenir de la planète**, les hommes se doivent de planter beaucoup d'arbres...

L'ARBRE DE LA VIE

L'arbre a une portée symbolique forte. Quant aux forêts, elles respirent l'évasion et l'imaginaire. Planter un arbre n'est pas un geste anodin ; on doit choisir le lieu, sélectionner l'espèce, creuser le trou, rassembler avec ses mains la terre sur les racines... la sensation tactile est importante. On peut ensuite le voir grandir avec fierté, s'embellir avec le temps, tout en sachant bien que c'est une autre génération qui le découvrira à maturité. Comme dans le récit de Jean Giono *L'Homme qui plantait des arbres*, où il est dit d'un berger qui a planté un à un des milliers d'arbres en secret pendant trente ans près de son village : « Il en sait beaucoup plus que tout le monde, il a trouvé un fameux moyen d'être heureux ! »

Mais planter un arbre, c'est aussi protéger notre **environnement**. C'est créer un écosystème, refuge ou source de nourriture pour la faune ou la flore. C'est réduire l'empreinte carbone de la planète, car l'arbre, comme les autres végétaux, se développe grâce au CO₂ présent dans l'air. C'est limiter, lors des pluies, le ruissellement de l'eau sur les sols, et donc l'érosion et les crues des rivières. La **désertification** constitue enfin le facteur de modification de la nature sans doute le plus menaçant pour les **populations** les plus pauvres, lesquelles ont aussi besoin des arbres pour la chauffe, la construction ou ses dérivés, et donc pour assurer leur survie et pérenniser leur **culture**...

Grâce à Internet, il est possible de financer des plantations d'arbres à travers le monde.

PLANTONS, PLANTONS !

«Au moins, plante un arbre!», la **Campagne pour un milliard d'arbres**, lancée par **Wangari Maathai** – prix Nobel de la paix en 2004 et fondatrice du **Green Belt Movement** au Kenya –, est soutenue par les Nations unies et a déjà permis de planter 8 milliards d'arbres dans 170 pays.

Grâce à Internet, il est maintenant possible à chacun de financer des plantations d'arbres à travers le monde. **Trees for the Future** a, depuis 1989, planté 50 millions d'arbres et vous permet d'en planter d'autres. Avec **Tree-Nation**, rejoignez une communauté et plantez en quelques clics un acacia, un baobab ou un palmier en Afrique. **Planète urgence** vous incite à agir, avec l'opération **Mon arbre, ma tribu – 1 euro = 1 arbre planté**, au Mali, en Indonésie, à Madagascar et en Haïti. L'association **Un arbre pour demain** soutient les agricultures familiales des pays du Sud grâce à la plantation de cacaoyers. La Ville de Paris a lancé **1 Parisien, 1 arbre**, permettant aux Parisiens de financer des « puits de carbone » par l'achat d'arbres dans des pays en développement. Vous pouvez enfin devenir **tree ambassador** pour **Trees&Life**, un mouvement d'action sur le climat par la reforestation (créé par la société **Kinomé**), ou rejoindre la **tribu des planteurs** de la **Fondation Yves Rocher** après avoir planté un arbre dans l'un des 15 pays proposés.

www.1parisien1arbre.com | www.kinome.fr | www.monarbre-matribu.com | www.planete-urgence.org | www.plant-trees.org | www.tree-nation.com | www.treesandlife.com | www.un-arbre-pour-demain.fr | www.unep.org/billiontreecampaign/french | www.yves-rocher-fondation.org

#03 J'ORGANISE UNE FÊTE DES VOISINS

Dans la joie et la bonne humeur, développez le lien social dans votre quartier en organisant une **fête des Voisins** ! Et rappelez-vous la sagesse chinoise : « Choisir ses voisins est plus important que choisir sa maison ». Créée en 1999 par le Français Atanase Périfan dans le 17^e arrondissement de Paris, cette fête des Voisins – chaque année pendant le joli mois de mai – a impliqué en 2011, pour sa 12^e édition, plus de **6 millions de Français**, un vrai succès. En tous les cas, un antidote jovial contre l'indifférence et la solitude, qui s'est aussi exporté, avec près de 12 millions de participants, dans toute l'Europe (Bruxelles, Berlin, Genève, Dublin, Rome, Lisbonne, Vienne, Londres...) à travers la **journée européenne des Voisins**.

C'EST DÉCIDÉ, JE FAIS LA FÊTE !

Croiser ses voisins, c'est bien ; les connaître, c'est beaucoup mieux. Alors, si vous n'avez pas une vie de quartier comme dans la série TV *Friends*, organisez pendant une soirée votre fête

des Voisins. Suivez tous les conseils (choix du lieu, ambiance, installation, publicité...) présentés sur le site Internet de l'association **Immeubles en fête**. Le jour *J*, tout le monde participe à ce **rendez-vous citoyen, libre et convivial**, sort ses nappes et serviettes, et apporte bouteilles de vin, plats cuisinés maison (bio bien entendu), quiches, pizza, chips et sourires ! Alors, dans la cour ou le hall d'un immeuble, dans un appartement, dans un jardin ou dans la rue, les langues se dénouent, les embrassades vont bon train, petits et grands se rencontrent, et le verre de l'amitié est partagé. L'association fournit même du matériel pour l'organisation (affiches, invitations, tracts, tee-shirts, ballons) et invite à avoir une **démarche environnementale** (peu d'emballages, produits bio, locaux et de saison...) à cette occasion.

À LA RECHERCHE DU VOISIN PERDU

Afin de développer toute l'année des solidarités de proximité en plus des solidarités familiales et institutionnelles, l'opération **Voisins solidaires** a aussi été créée. Avoir un « état d'esprit » de solidarité entre voisins, c'est savoir prendre quelques minutes pour dire bonjour, demander des nouvelles, donner un coup de main... sans oublier d'organiser une réunion pour présenter le programme *Voisins solidaires*.

Pour trouver et rencontrer les habitants de votre quartier qui ont les mêmes centres d'intérêt que vous, et ainsi retisser des liens de voisinage grâce à Internet, les sites communautaires géolocalisés **Voisineo** ou **Peuplade** sauront vous aider.

Notons enfin l'initiative **Voisin-âge**, dont l'objectif est de mettre en relation des personnes âgées isolées – mais que l'on a sélectionnées – avec leurs voisins. Vivre entouré d'aînés que l'on peut aider et qui nous aident, on l'a oublié, mais c'est vieux comme le monde !

La vie de quartier, ou quand **voisins** rime avec **liens...**

www.european-neighbours-day.com | www.immeublesenfete.com | www.peuplade.fr | www.voisin-age.fr | www.voisineo.com | www.voissinsolidaires.fr

**Croiser
ses voisins,
c'est bien,
les connaître,
c'est beaucoup
mieux.**

#04 J'ÉCHANGE MA MAISON PENDANT LES VACANCES

Partir... mais autrement. Voilà la promesse de l'échange de maisons, une pratique qui a pris de l'ampleur ces dernières années grâce à Internet et à la crise économique. « On ne peut se fier à un homme si l'on ne connaît pas la maison qu'il habite », dit Paulo Coelho

dans *L'Alchimiste*. Avec ce service, le principe de l'échange, plus convivial, plus ouvert, plus tolérant, devient un **nouveau style de vie**, créant, par des voyages différents, les bases d'une nouvelle relation entre les peuples.

MADE IN NEW YORK

En 1953, **David et Mary Ostroff**, jeunes professeurs sur un campus de New York, se mettent à rassembler les noms d'autres professeurs dans le but d'échanger leurs lieux d'habitation pour les vacances d'été. Rapidement, la liste s'ouvre et s'allonge pour devenir un catalogue imprimé. L'échange de maisons, issu plutôt de la réponse à un besoin personnel que de la recherche d'un concept marketing, était né. Et l'outil Internet, grâce à ses dimensions internationales et communautaires, à sa simplicité d'usage et à sa disponibilité permanente et en temps réel, lui donna ses lettres de noblesse.

LES NOMADES DE L'ÉCHANGE

Pratique basée sur la convivialité et le goût de la rencontre, l'échange de maisons a été créé dans un esprit d'entraide et est **dénué de toute transaction financière entre échangeurs**,

Ne plus avoir l'impression de « consommer » un pays en touriste.

ce qui en fait sa force. Car mutualiser et se détacher de nos possessions par le troc, renforcer nos liens avec les autres, ne plus avoir l'impression de « consommer » un pays en touriste, être nomade de manière plus libre, ou mieux comprendre comment les gens vivent à l'étranger dans leur quotidien et ainsi **changer de point de vue sur le monde** deviennent de réels enjeux d'avenir pour chacun. Au niveau écologique, cela permet par ailleurs de protéger les habitations déjà construites et de **ne pas encourager le bétonnage des stations balnéaires** ou autres par les promoteurs immobiliers.

Tout en restant une solution économique pour voyager...

ON COMMENCE QUAND ?

Mais il faut faire le premier pas... Or, il est souvent difficile d'accepter qu'un inconnu rentre chez soi, dans son intimité, dans son *home sweet home* – le film *Un divan à New York*, avec Juliette Binoche et William Hurt, en a d'ailleurs fait son thème. Le point clé reste donc la confiance mutuelle. Ce cap étant passé, on peut s'informer sur le site **Camago** pour mieux comprendre les subtilités de l'échange, puis sélectionner un site (payant ou gratuit) : un généraliste, comme **Trocmaison**, **HomeLink** ou **Intervac**, ou un thématique (lié à un métier, un centre d'intérêt, une religion). On crée alors la fiche de sa maison avec photos et détails de sa vie, on recherche ses destinations et on répond aux offres d'échange. Puis vient le moment de l'échange, où l'on va signer une convention d'accord, rédiger un *home book*

(mode d'emploi de la maison et des bons plans du quartier), préparer la maison, rencontrer si possible ses hôtes et... enfin profiter de cette autre forme de voyage !

www.camago.fr | www.homelink.fr | www.trocmaison.com | www.intervac-homeexchange.com

#05 JE PARRAINE UNE RUCHE D'ABEILLES

Miel, pollen, cire, gelée royale, propolis... Grâce aux produits fabriqués par l'abeille, les hommes peuvent se nourrir ou se soigner. Mais les abeilles sont depuis quelques années en danger. **Vous pouvez contribuer à leur sauvegarde**, sans devenir apiculteur et en évitant les piqûres !

LES ABEILLES DISPARAISSENT

Mais quelle est donc la cause, partout dans le monde, de la **surmortalité des abeilles sauvages et domestiques**? Dans l'état actuel des recherches, il semble que ce « syndrome d'effondrement des colonies » ait plusieurs origines : **pesticides**, parasites, virus, pollution, diminution des fleurs à pollen, changement climatique, émissions électromagnétiques... En France comme aux États-Unis, près de **30% des colonies d'abeilles disparaissent chaque année**, et des milliers d'apiculteurs ont déjà cessé leur activité.

« Si l'abeille disparaissait de la surface du globe, l'homme n'aurait plus que quatre années à vivre » : cette affirmation attribuée à Einstein est-elle exacte ? Ces insectes écologiques pollinisent notamment un tiers de l'alimentation mondiale, en particulier les fruits et légumes, et deux tiers des plantes à fleurs. Le destin de l'humanité est-il alors d'avoir moins de nourriture dans un monde en forte croissance démographique ? Sans parler de l'impact de la disparition à un rythme inquiétant des abeilles sauvages, essentielles à la préservation de la biodiversité... »

Ces insectes écologiques pollinisent, notamment, un tiers de l'alimentation mondiale.

UN PARRAIN POUR LES ABEILLES

Face à cette situation, des apiculteurs passionnés proposent aux particuliers et aux entreprises le parrainage de l'outil de travail des abeilles : la ruche.

Ainsi, **Un toit pour les abeilles** permet à chacun de créer une nouvelle colonie d'abeilles pour quelques dizaines d'euros. Vous choisissez le nombre d'abeilles que vous souhaitez parrainer, et vous recevez en échange le fruit de leur travail, le miel, dans des pots à votre nom. La ruche – elle aussi à votre nom – est installée chez un apiculteur français, bio si