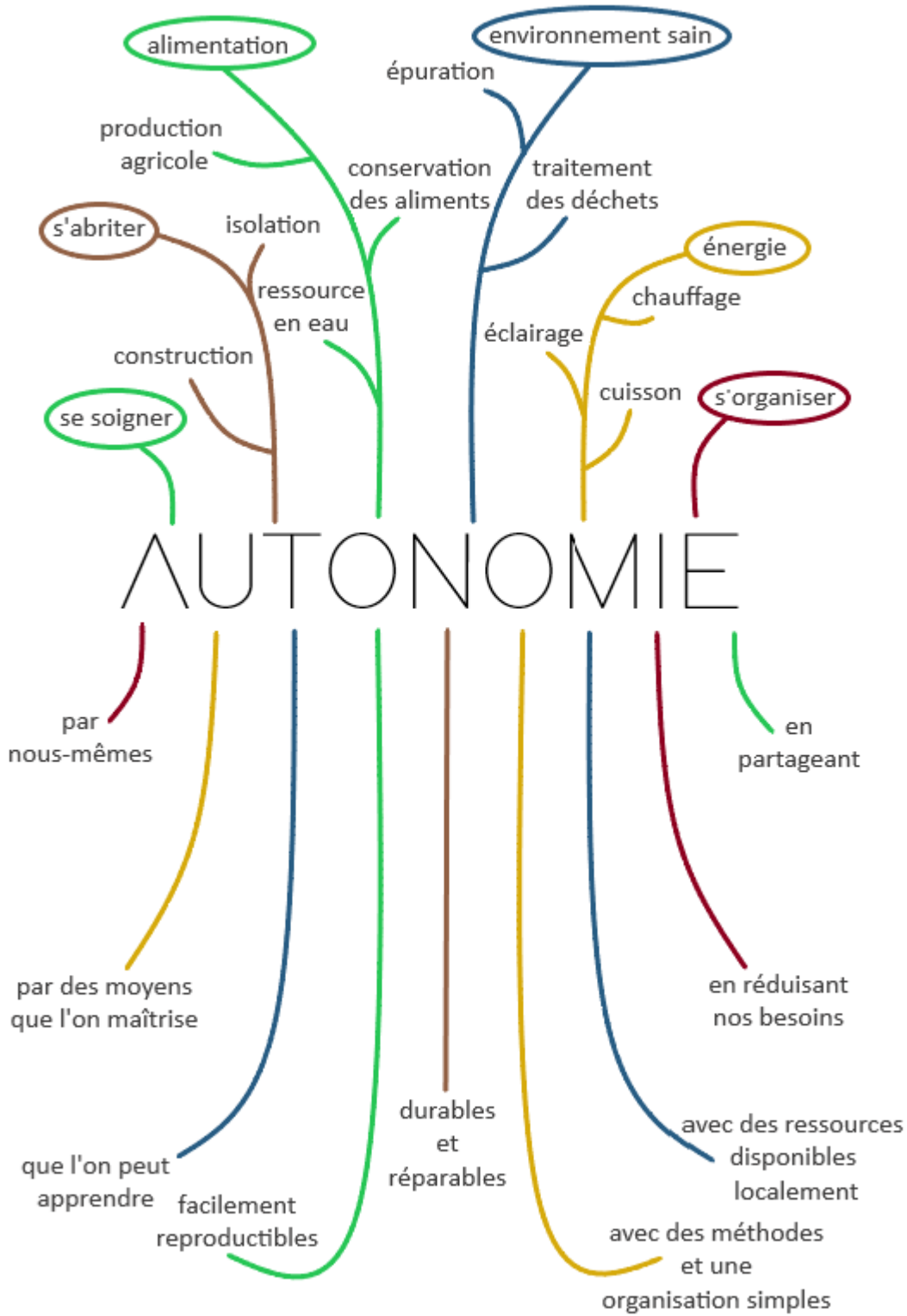


Guide de l'autonomie écologique



AVOIR DES BESOINS



Sommaire

Table des matières

Les réalisations.....	5
Construction.....	6
Énergie.....	8
Eau.....	14
Alimentation/soin (jardinage, compost, conservation, etc.).....	18
Réparation/bricolage.....	27
Les acteurs.....	31
Construction.....	32
Énergie.....	34
Alimentation/Soin (jardinage, compost, conservation, etc.).....	39
Réparation/Bricolage.....	51
Conseils, alternatives et autres formations.....	63

Les realisations

REALISER SON ENDUIT TERRE

Les enduits en terre sont des mélanges de sables, d'argiles avec un ajout de fibres végétales. Simples de fabrication, d'utilisation et d'application (faire plusieurs couches), ils conviennent à tout type de support et sont compatibles avec une architecture respectueuse de son environnement et de l'Homme. Cette technique offre une variété de couleurs différentes ainsi qu'un large choix de formes. L'enduit ne se solidifiant qu'en séchant, les mélanges restent longtemps utilisables après réhydratation.

Le matériau terre a la capacité de réguler la température de la maison (inertie thermique) et de réguler l'humidité ambiante.



Photo : Pierre et Terre

La terre fut l'un des premiers matériaux de construction de l'homme et ce, pendant des millénaires. Elle fut progressivement remplacée par les matériaux industriels (béton, acier...) qui ont dominé le marché de la construction.

A la fois matériau de rénovation et de construction neuve, la terre connaît aujourd'hui un regain d'intérêt grâce à ses atouts et son respect de l'environnement et de l'individu.

Avantages: peu coûteux ; empreinte carbone presque nulle (si la terre est extraite localement) ; matériau naturel, recyclable, réutilisable et disponible en grande quantité ; convient à plusieurs types de supports ; apport d'inertie thermique ; amélioration de la qualité de l'air ; esthétique (grande diversité de textures et couleurs) ; maniable à mains nues (non toxique).

Conditions: éviter la pose de revêtements intérieurs et extérieurs non respirant voir étanches sur les murs et les sols (carrelage, enduits ciment) ; faire des essais (risque de fissure avec des terres trop argileuses) ; les supports doivent être sains et propres ; outillage (truelle, lisseuse, rouleaux, etc.)

Accessibilité: facile à réaliser.

Limites: fragile ; sensible à l'humidité (à appliquer sur un mur protégé de la pluie) ; la terre est rarement directement utilisable (à corriger avec des fibres ou du sable).

PLUS D'INFOS: les acteurs que vous pouvez contacter

Pierre et Terre ; le site : www.pierreetterre.org

CONSTRUIRE AVEC LA TECHNIQUE DU GREB

La technique du GREB est un système constructif qui intègre, suivant un certain ordre de mise en œuvre, quatre éléments (bois, paille, mortier et liaisons métalliques) qui s'imbriquent les uns dans les autres, permettant d'obtenir un résultat particulièrement performant, économique, écologique et durable. Ce système constructif est une technique en « *open source* » précisément décrite et dont le contenu est issu de vraies pratiques et expériences de terrain.

Elle répond à toutes les exigences réglementaires actuelles et est une technique économique très simple à mettre en œuvre directement sur chantier.



Photo : APPROCHE-Paille

C'est au milieu des années 90, au Canada dans la province du Québec, que fut imaginée la technique de construction GREB (Groupe de Recherches Ecologiques de la Baie).

Celle-ci naît d'une intuition : utiliser la botte de paille « standard » comme une véritable brique de base pour la construction des murs de maisons ou de petits bâtiments.

Avantages : technique facile à apprendre et à reproduire (pour professionnels ou auto-constructeurs) ; bonne inertie thermique des murs ; répond à toutes les exigences réglementaires ; économique ; performante.

Conditions : participation active : visiter des chantiers et aider les auto-constructeurs, se former, dessiner son projet, etc. ; respecter le processus, les ingrédients adéquats et les réglementations.

Accessibilité : nécessite une formation ; n'utilise que des matériaux et des outils légers ; pas d'équipement lourd et cher.

Coûts : 30 €/m² de mur en matériaux.

Limites : maximum trois étages ; contraintes suivant le chantier ou le projet.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

APPROCHE-Paille ; le site : www.approchepaille.fr, le mail : info@approchepaille.fr

SE FOURNIR EN ELECTRICITE AVEC L' ÉOLIENNE PIGGOTT

L'éolienne Piggott est conçue pour être facile à construire, avec des matériaux et des outils très répandus, si une formation est faite en amont. Elle s'impose comme une référence dans le domaine du petit éolien et son efficacité n'est plus à prouver. Le processus de fabrication est un compromis entre la quête de performance et un souci d'accessibilité au plus grand nombre.



Photo : Tripalium

Il y a 40 ans, en Écosse, Hugh Piggott s'improvise constructeur d'éoliennes. Il diffuse ensuite les plans et se rend au Sri Lanka ainsi qu'en Afrique du Sud où il travaille sur la conception des AWP (African Wind Power).

Depuis 20 ans, il accompagne les néophytes dans l'accession à cette nouvelle technologie à travers son manuel et de multiples stages.

Avantages : procure une autonomie en énergie, en construction et technique (en apprenant à faire soi-même) en permettant de développer le travail d'équipe et la technique de soudure.

Conditions : fonctionne avec des vents moyens.

Accessibilité : réalisation difficile au niveau des matériaux, de la finance et de la technique mais accessible à toutes et à tous et avec une formation.

Coûts : De 2100 € pour une éolienne de 1 m 20 (~200 W) à 6800 € pour une éolienne de 4 m 20 (~2 kW).

Limites : participer à un stage pour acquérir les connaissances nécessaires, notamment l'utilisation d'aimants, le système électronique ainsi que l'entretien; coûts d'installation élevés et peu rentable à la vente au kWh (les tarifs d'achat du kWh sont tellement bas que l'on ne parvient pas à amortir les coûts d'installation).

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Tripalium ; le site : www.tripalium.org, le mail : contact@tripalium.org

SE FOURNIR EN ELECTRICITE AVEC LA TURBINE BANKI

La turbine Banki permet de fournir de l'électricité à partir d'une source d'eau et à l'échelle locale et ainsi rendre autonome des foyers qui vivent dans des endroits un peu isolés du réseau électrique. Comme pour une roue à aube, l'eau entre par un côté de la turbine et ressort par le côté opposé. L'énergie cinétique du courant d'eau est transformée en énergie mécanique par la turbine, puis en énergie électrique par un alternateur.



Photo : Hydropen

La turbine hydraulique Banki a été développée par l'ingénieur australien Anthony Mitchell et le professeur hongrois Donat Banki. Elle fut ensuite commercialisée par la firme allemande Ossberger qui a obtenu des brevets pour certaines améliorations techniques.

Aujourd'hui, des turbines Banki sont en fonctionnement et des tests sont encore réalisés pour les améliorer.

Avantages : procure une autonomie en énergie et permet l'accès à l'électricité ; sa géométrie est simple, ce qui la rend facile à comprendre et à construire ; modèle robuste, adapté à des petites chutes sur des petits cours d'eau ; demande très peu d'entretien.

Conditions : près d'un cours d'eau : dépend de la hauteur et du débit de la chute d'eau.

Accessibilité : accessible à toutes et à tous (peu de connaissances théoriques nécessaires).

Coûts : alternateur contraignant à réaliser car il est composé d'aimants puissants et donc chers.

Limites : rendement moyen mais constant.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Hydr'Open ; le site : www.hydropen.org

SE CHAUFFER AVEC LE POÊLE À INERTIE OU À ACCUMULATION

Le poêle à inertie ou à accumulation est un élément majeur dans l'autonomie énergétique. C'est un outil efficace qui peut avoir différents foyers (norvégiens, rockets...) avec un fonctionnement simple : chauffer de la masse pour diffuser de la chaleur dans la maison. La chaleur est stockée à l'intérieur du poêle et non dans l'air, contrairement au poêle en fonte dont la température diminue instantanément une fois éteint, ce qui réduit considérablement les pertes, surtout dans les habitations aérées. Souvent construits avec des fours, ils sont aussi des formidables moyens de cuisson.



Photo : Feufollet

Les premiers poêles à inertie (ou à accumulation) à voir le jour sont des espaces creux en forme de cloche maçonnés avec une matière isolante.

Très répandus dans l'Est européen où le froid a obligé les humains à développer une technique de chauffage efficace et écologique. Ce type de poêle n'est que très peu construit en France bien que son efficacité ne soit plus à prouver.

Avantages : procure une autonomie en énergie ; combustion quasi complète du bois (divise en moyenne par trois la consommation de bois) ; pollution réduite.

Conditions : faire brûler du bois de qualité ; adapté au chauffage de lieux habités plus de douze heures par jour.

Accessibilité : réalisation à la portée de tout le monde avec un stage.

Coûts : varient en fonction du projet (dimensions, type de poêle, matériaux) : de 2000 € à 3000 € (+ prix du stage d'auto-construction).

Limites : les prix diffèrent d'un projet à un autre et peuvent être très élevés.

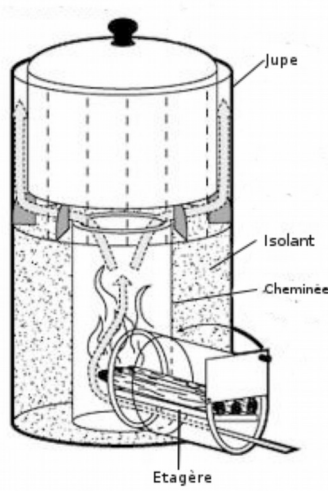
PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Feufollet ; le site : www.feufollet.org

CUISINER ET SE CHAUFFER AVEC LE ROCKET STOVE

Le Rocket Stove est un réacteur à bois par tirage naturel, une technique qui n'utilise que très peu de bois grâce à un isolant qui permet une combustion quasi totale. Il s'agit d'exploiter l'effet cheminée et de respecter le triangle du feu (carburant > comburant > chaleur).

Cet outil a de multiples usages : cuisson (cuiseur, four à pizza, crêpière, etc.) et chauffage. Cuisson et chauffage en même temps ne sont pas compatibles.



Le terme « Rocket » désigne un principe de combustion antique, dont le savoir fut perdu. On doit la redécouverte de ce type de foyer à Larry Winiarsky et Lanto Evans qui ont passé plusieurs dizaines d'années à optimiser la combustion du bois afin d'améliorer les conditions de vie des camps de réfugiés.

Photo : Feufollet

Avantages : permet une économie de bois (consommation environ dix fois moins importante que sur un foyer ouvert) ; chauffage et cuisson efficaces ; entretien simple ; outil facile à réaliser.

Conditions : utiliser du bois taillé en petite section.

Accessibilité : réalisation accessible à toutes et à tous.

Coûts : fabriqué à partir de matériaux de récupération, donc peu cher.

Limites : la fabrication nécessite quelques connaissances que l'on peut acquérir au cours de stages.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Feufollet ; le site : www.feufollet.org, le mail : contact@feufollet.org

CHAUFFER AVEC LE CUISEUR SOLAIRE PARABOLIQUE

Le cuiseur parabolique solaire est un système de cuisson qui repose sur la concentration des rayons du soleil, lesquels se reflètent sur le miroir parabolique et convergent ainsi en un même point : le foyer. En heurtant un récipient sombre placé en ce point, les rayons vont libérer leur énergie sous forme de chaleur.

La dimension du foyer et celle de la parabole déterminent une utilisation individuelle ou collective ainsi que la température obtenue : 180 °C dans des conditions optimales.



Alors que les grecs allumaient la flamme olympique à l'aide d'un miroir parabolique, l'un des premiers cuiseurs solaires a été construit par le géologue et physicien Horace-Bénédict de Saussure en 1767.

Cette technique est très utilisée dans les régions les plus pauvres, souvent en pénurie d'énergie, et s'avère être une des seules alternatives à l'absence de combustible, d'énergie fossile ou électrique.

Avantages : facile d'utilisation ; fiable ; utilise une énergie renouvelable et écologique ; compatible avec tout type d'ustensiles de cuisine de couleur sombre (casserole, wok, poêle...).

Conditions : nécessite un ciel dégagé ; le cuiseur doit être amovible pour suivre les rayons du soleil ; cacher avec une couverture ou face contre un mur lorsqu'il n'est pas utilisé.

Accessibilité : réalisation difficile.

Coûts : coûts varient si le cuiseur est construit à partir de matériaux de récupération et en fonction de la taille du cuiseur ; de 400 à 500 €.

Limites : travail sur différentes matières, nécessite donc différents savoir-faire que l'on peut acquérir au cours de stages ; nécessite certains outils ; anticiper le mouvement du soleil : le réglage doit se faire régulièrement.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter

Les Outils de l'Autonomie ; le site : www.outils-autonomie.fr

CUISINER AVEC LE FOUR SOLAIRE « BOITE »

Le four solaire de type « boîte » se compose d'un caisson isolé, de faces intérieures réfléchissantes et d'une vitre, dans lesquels les rayons du soleil se concentrent sur le récipient à chauffer. Par effet de serre, l'énergie des rayons se transforme lentement en chaleur qui peut atteindre une température entre 100°C et 120°C. Le four solaire fonctionne aussi bien en hiver qu'en été mais son efficacité varie suivant son orientation, du moment de la journée et du niveau d'ensoleillement. Un temps nuageux et sombre prolonge ainsi le temps de cuisson.



Photo : Entropie

Ce système remplace aussi bien une plaque de cuisson qu'un four traditionnel avec toutefois un temps de cuisson plus long (de 2 h à 4 h en moyenne) et est adapté pour les plats qui doivent mijoter (légumes, viande, poisson...). De plus, la cuisson à basse température permet de conserver la qualité des aliments.

Lorsqu'il n'y a plus de soleil, le four termine la cuisson des aliments et les maintient au chaud.

Avantages : utilise une énergie renouvelable ; sert à la fois comme plaque et comme four ; permet de cuire et stériliser en même temps dans de petits bords ; conserve la chaleur de la casserole pendant quelques heures après le couché de soleil ; aucun risque de brûler les aliments ; fonctionne aussi bien en hiver qu'en été.

Conditions : nécessite un ciel dégagé ; ne pas ouvrir le four trop souvent (la température diminue) ; cuire dans un récipient fermé et léger.

Accessibilité : fabrication simple ; accessible à toutes et à tous .

Coûts : Autour 100 € pour le matériel + prix du stage d'autoconstruction.

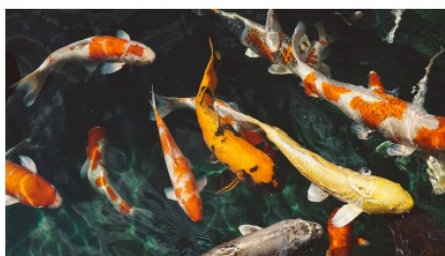
Limites : capacité limitée ; temps de cuisson long (2 à 3 heures en moyenne) ; n'est pas adapté pour tous les plats (tout ce qui grille) ; ne peut pas fonctionner lorsque le temps est trop longtemps nuageux ; ne pas laisser sous la pluie.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter

Entropie ; le site : www.asso-entropie.fr

CULTIVER FRUITS ET LÉGUMES EN AQUAPONIE

Vous souhaitez cultiver des produits de manière saine tout en ayant un bassin à poissons ? C'est possible grâce à l'aquaponie qui permet de créer un écosystème où les déjections des poissons serviront d'engrais pour les plantes, qui elles, permettront un nettoyage de l'eau du bassin. Pour ce faire, il faut d'abord installer un bassin où vous mettrez vos poissons que vous nourrirez avec soin. Les excréments des poissons, transformés en engrais par des bactéries présentes dans le système, passent dans un bac de culture où il seront consommés par vos plantes. L'eau ainsi nettoyée peut retourner aux poissons. Ce cycle permet ainsi de produire fruits et légumes sans déchets en réduisant la consommation d'eau.



L'aquaponie permettrait une économie considérable en eau en produisant des produits de très bonne qualité gustative et nutritionnelle.

Vous pouvez, d'abord, opter pour les produits les plus simples à faire pousser tels que les salades, les blettes, le cresson ou encore les herbes aromatiques en utilisant un substrat en billes d'argiles. Pour le choix des poissons, vous pouvez prendre des truites ou des carpes par exemple.

Avantages : permet de cultiver des produits sains sans production de déchets ; réduction de la consommation en eau ; permet une filtration de votre bassin à poissons.

Conditions : avoir du temps pour la mise en œuvre et l'entretien des plantes et des poissons.

Accessibilité : accessible à toutes et à tous.

Coûts : kit d'aquaponie entre 100 € et 1000 € ; comptez 160 € pour un stage d'un jour.

Limites : bien dimensionner son système (nombre de poissons, quantité de nourriture ; système de minéralisation) ; choisir le poisson à insérer dans son bassin ; choisir ses plantes à cultiver.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

aquaponie.net ; le site : www.aquaponie.net

LAVER AVEC LE LAVE-LINGE A PEDALES

Les lave-linges à pédales permettent de faire un grand pas vers l'autonomie énergétique. Leur fonctionnement est on ne peut plus simple : vous pédalez et l'outil fonctionne comme un lave-linge classique. De plus, ce type de lave-linge est aussi efficace qu'un lave-linge électrique et permet une économie d'énergie, d'eau et d'argent considérable, surtout quand on sait que les lave-linges sont les perdants lorsqu'il s'agit de peu consommer.



Photo : Les Outils de l'Autonomie

Le lave-linge étant trop gourmand en électricité, aucune solution électrique n'est envisageable pour les petites installations autonomes.

En se procurant un lave-linge en panne, un vélo de type vtt et quelques matériaux supplémentaires et avec un peu de bricolage, vous pouvez laver votre linge sans électricité.

Avantages : permet des économies d'eau, d'énergie et d'argent ; permet de mettre en route un lave-linge dans des zones isolées ; maintenance simple, durée de vie longue s'il est bien entretenu ; un lavage efficace et une utilisation simple et sympathique.

Conditions : pouvoir faire du vélo et avoir l'envie de pédaler pendant 15 minutes environ.

Accessibilité : réalisation accessible à toutes et à tous ; fabrication simple.

Coûts : outil quasi gratuit, fait à partir de matériaux de récupération.

Limites : utilise l'énergie musculaire, il faut donc avoir envie de pédaler ; il ne faut pas pédaler trop vite afin d'avoir un lavage efficace.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Les Outils de l'Autonomie ; le site : outils-autonomie.fr, le mail : contact@outils-autonomie.fr
Le Valence Atelier Libre ; le site : www.vatelier.fr, le mail : contact@vatelier.fr

RECUPERER SON EAU DE PLUIE

La récupération d'eau de pluie permet, en fonction de la pluviométrie locale, de tendre vers une autonomie en eau tout en réduisant notre impact sur les nappes phréatiques.

Cette récupération se fait principalement sur les toitures des bâtiments à l'aide des gouttières reliées à une cuve de stockage. Sans filtration spécifique, vous ne pourrez utiliser cette eau que pour l'entretien du jardin, l'évacuation des eaux des WC ou le nettoyage des sols. Vous pouvez également choisir de ne pas vous raccorder au réseau d'eau potable. Il sera alors important de bien étudier vos besoins en eau, le système filtrant, l'évacuation des eaux usées et de faire vérifier la potabilité de votre eau.



Photo : pixabay.com

En France, en moyenne pour une maison de 100 m² au sol, il est possible de récupérer environ 67 000 L d'eau de pluie chaque année.

L'eau de pluie est pauvre en calcaire et souvent acide, elle est ainsi adaptée pour l'arrosage d'un jardin.

Il existe plusieurs types de cuves, extérieures ou enterrées, avec des volumes variables allant de 200 L à 100 000 L.

Avantages : eau adaptée pour l'arrosage du jardin ; économie d'environ 200 € par an ; réduit l'impact de pollution des nappes phréatiques ; possibilité d'utilisation pour les eaux usées des WC.

Conditions : nécessite l'achat et l'installation d'une cuve de récupération ; dimensionner son besoin en eau.

Accessibilité : installation très simple à réaliser.

Coûts : les prix des cuves varient entre 100 € et 10 000 € en fonction de leur type et de leur capacité.

Limites : connaître la législation concernant la récupération d'eau de pluie ; réaliser un entretien régulier de la cuve.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Catalyse ; le site : www.asso-catalyse.fr

INSTALLER DES TOILETTES SECHES

L'installation de toilettes sèches permet à la fois une économie importante d'eau et de recycler les matières organiques sous forme de compost.

Les matières organiques sont mélangées à des matières végétales sèches. Il faut ensuite les disposer de manière régulière dans une aire de compostage bien définie (environ 3x1m3), à l'abri des intempéries. Il est également possible d'installer des toilettes reliées directement au composteur et sans sciure (les odeurs sont gérées grâce au ventilateur installé dans le composteur). Le compost produit, après un an et demi, pourra être utilisé dans votre jardin. Faciles à fabriquer en bois, elles peuvent s'installer rapidement en intérieur ou en extérieur sans nécessité d'un raccordement au réseau d'eau. Des assises modernes plus acceptables existent dans les maisons pour les utilisateurs.



Photo : Pierre et Terre

En France, l'utilisation de l'eau pour les toilettes représente environ 20% (environ 36 litres par jour et par personne) de la consommation totale d'eau par foyer.

Les matières fécales sont la principale source (70%) de pollution des eaux domestiques, les toilettes sèches permettent donc l'installation de système d'assainissement plus écologique, plus simple et moins cher.

Avantages : réduction de la consommation en eau ; ne pollue pas de l'eau ; utilisation des matières organiques sous forme de compost ; ne nécessite pas de liaison au réseau d'eau (possible dans les sites loin des réseaux) ; possibilité de l'installer facilement et n'importe où.

Conditions : prévoir un espace de stockage pour la sciure de bois (suivant le type de toilettes); installer une aire de compost ; s'approvisionner régulièrement en copeaux.

Accessibilité : fabrication simple avec un petit peu de bricolage.

Coûts : entre 150 et 500 €.

Limites : les sciures de bois à utiliser doivent provenir de bois non traité pour éviter la contamination du compost ou le dégagement de mauvaises odeurs.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Pierre & Terre ; le site : www.pierreetterre.org

FAIRE SON JARDIN EN PERMACULTURE

La permaculture est une méthode de culture visant à créer des habitats durables et autonomes pour l'Homme et pour les espèces présentes dans l'environnement qui l'entoure. Grâce à une approche systémique, cette pratique passe par le développement des synergies inter-espèces permettant de prendre soin de l'écosystème établi. Maîtriser son environnement et connaître son terrain permettra de bien choisir les espèces à produire ainsi que les auxiliaires qui les aideront à se développer. Les choix initiaux sont importants et permettront de cultiver un potager de manière pérenne tout en minimisant la consommation énergétique et la consommation en eau.



Photo : pixabay.com

Le terme de permaculture ou de culture permanente a été utilisé la première fois dans les années 70 par les australiens Bill Mollison et David Holmgren. Concept d'abord orienté vers l'agriculture, il a ensuite été élargi à l'ensemble de l'habitat humain dans un objectif d'autonomie et de durabilité.

Elle utilise souvent une méthode appelée « biomimétisme » comme innovation inspirée du fonctionnement du vivant.

Avantages : permet de cultiver des produits sains en prenant soin de son environnement ; sans production de déchets ; conserve la biodiversité présente ; réduction de la consommation en eau et de la consommation en énergie.

Conditions : bien connaître les relations inter-espèces, son sol, les insectes présents ainsi que les plantes qui poussent naturellement dans son jardin.

Accessibilité : accessible à toutes et à tous.

Coûts : variables ; compter entre 20 et 40 € pour un livre de formation ; possibilité de réaliser des stages de plusieurs jours dont le prix varie entre 100 et 500 € .

Limites : avoir du temps pour la mise en œuvre et l'entretien de son jardin.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

La forêt nourricière ; le site : www.laforetnourriciere.org

Université populaire de permaculture ; le site : www.permaculture-upp.org

JARDINER AVEC LES JARDINS PARTAGES

Les jardins partagés sont conçus écologiquement, construits et cultivés par les habitants d'un immeuble, d'un quartier, d'une structure ou d'un village. Ces jardins sont divers mais portent des valeurs communes de partage, de créativité, de solidarité entre les communautés, d'aide aux personnes en difficulté, de liens retrouvés avec le monde vivant, de respect de notre environnement, etc.

Le Jardin Dans Tous Ses États (JTSE) est un réseau dont ses membres agissent pour favoriser la mise en œuvre de jardins partagés et qui représentent la plupart des régions de France métropolitaine.



Photo : pixabay.com

Depuis le Moyen Âge, le regroupement à des fins utilitaires sur des terres collectives est observé dans de nombreux pays.

Bien que les jardins ouvriers émergent à la fin du XIXe siècle, c'est au milieu des années 1970, que des initiatives populaires investissent des endroits laissés vacants pour les transformer en jardins de quartiers.

Il ne s'agit plus seulement de produire de quoi se nourrir, mais aussi de se retrouver sur un terrain commun et des projets collectifs.

Avantages : proposition d'activités et projets variés (stages et formations) ; renforcement des liens sociaux (mixité sociale, culturelle et générationnelle et principe de la concertation).

Conditions : partager et respecter les valeurs des jardins partagés ; avoir un jardin partagé existant près de chez soi ou être plusieurs personnes motivées pour la création d'un nouveau jardin.

Accessibilité : accessible à toutes et à tous ; des conditions de revenus peuvent être demandées.

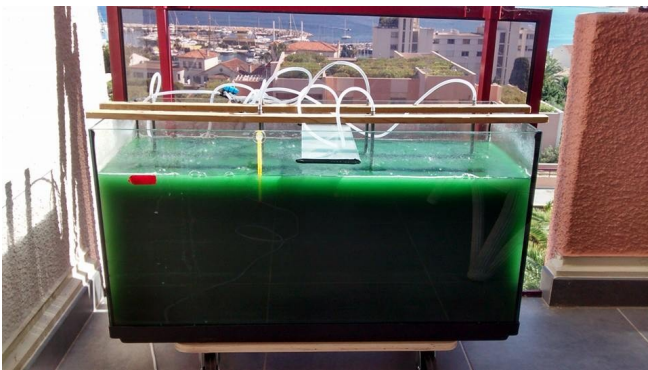
Limites : tout projet individuel ne peut être réalisé car ce sont des jardins gérés collectivement.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Retrouvez toutes les structures régionales du réseau du Jardin Dans Tous Ses États sur : www.jardins-partages.org/

CULTIVER SA PROPRE SPIRULINE

La spiruline est un micro-organisme connu pour sa richesse en protéines, en fer, en vitamines et en minéraux. Comparativement aux protéines d'origine animale, la spiruline permet de répondre à nos attentes nutritionnelles de manière beaucoup plus écologique. Pour se développer, la spiruline a besoin de beaucoup de lumière et d'un milieu contrôlé en température et en pH. Pour cultiver votre propre spiruline, vous aurez besoin d'un bac de culture que vous remplirez d'eau, d'une souche de spiruline et de minéraux permettant de la nourrir. Dans le commerce, la spiruline a une forte valeur ajoutée, mais il est possible de la cultiver soi-même sur son balcon ou derrière une fenêtre.



Quelques chiffres : 10 g de spiruline apportent autant de protéines que 100 g de viande. Produire sa propre spiruline peut permettre de devenir autonome en protéines et de réduire son impact carbone et cela de manière très simple.

Avantages : produire ses propres protéines ; permet de réduire son impact carbone ; aide à devenir végétarien.

Conditions : avoir le temps pour s'occuper de la spiruline et pour la récolter.

Accessibilité : accessible à toutes et à tous.

Coûts : kit de démarrage de spiruline entre 100 € et 500 € ; environ 180 € pour une formation de deux jours.

Limites : bien connaître les recettes et les doses en minéraux pour alimenter la spiruline ; suivre régulièrement la température et le pH de la solution.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Initiations : Catalyse ; le site : www.asso-catalyse.fr

Stages : Spirulina Solutions ; le site : www.spirulinasolutions.fr

SE SOIGNER AVEC LES PLANTES

Participer régulièrement aux sorties botaniques et aux ateliers permet d'être en partie autonome pour prévenir et soigner les petits maux du quotidien. Maîtriser l'identification des plantes qui poussent autour de nous et les étapes de fabrication de cosmétiques permet réaliser des produits pour le soin et s'émanciper de la consommation des produits industriels. Exemple avec le « plantain » : savoir faire une macération huileuse pour fabriquer un baume utile en cas d'allergie ou de piqûres d'insectes et apprendre à le cuisiner pour bénéficier de ses propriétés.



Photo : Communerbe

Sur la base de la botanique (étude des végétaux) et de l'ethnobotanique (étude des relations entre l'humain et les plantes), les sorties et ateliers permettent de renouer avec le monde végétal tout en prenant soin de la nature.

Cette pratique permet aussi de diminuer la pollution due aux emballages et aux molécules chimiques des produits industriels.

Avantages : avoir accès à des produits efficaces dépourvus de toxicité et non industriels à moindre coût ; prévenir des pathologies en se soignant avec les plantes même si celles-ci ne remplacent pas certains médicaments ; mieux se nourrir car les plantes sauvages contiennent plus de nutriments que les plantes cultivées.

Conditions : avoir la possibilité de cueillir des plantes dans des lieux non pollués.

Accessibilité : accessible à toutes et à tous.

Coûts : variable.

Limites : bien connaître les plantes pour éviter les confusions.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Communerbe ; le site : www.communerbe.org

FAIRE SON COMPOST

Le compostage est une technique de recyclage qui repose sur un processus naturel de décomposition de matière organique. Il permet de transformer différents types de biodéchets en humus avec la présence d'eau, d'air et de micro-organismes.

Le compostage peut être mené dans un composteur, adapté à un petit volume de déchets et aux petits jardins, ou en tas, plus adapté aux grands jardins.



Une personne produit plus de 100 kg de déchets compostables par an. Le compost permet de réduire le contenu de sa poubelle en transformant les déchets de cuisine et de jardin en engrais naturel pour les plantes et le jardin.

On peut l'utiliser dans toutes les plantations que l'on entreprend, mais toutes les cultures n'ont pas les mêmes besoins en compost.

Avantages : réduction et valorisation des déchets domestiques ; autonomie des ressources: permet d'obtenir un engrais gratuit pour les plantes et le jardinage ; favorise la vie du sol.

Conditions : nécessite un espace suffisamment grand pour le mélange du compost ; le choix de l'emplacement doit remplir certains critères.

Accessibilité : réalisation facile, accessible à toutes et à tous.

Coûts : à partir de 0 € (compost en tas, ou composteur fabriqué à partir de matériels de récupération).

Limites : nécessite un entretien fréquent et un apport équilibré: mélange des déchets humides et azotés avec les déchets secs carbonés, entretien de l'humidité et brassage régulier.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Réseau Compost Citoyen : trouvez les adhérents près de chez vous sur www.reseaucompost.org

FAIRE SON COMPOST AVEC LE MINI- LOMBRICOMPOSTEUR

Le mini-lombricomposteur permet de valoriser la plupart des déchets organiques d'une ou deux personnes (en fonction de la taille des sceaux).

Moins pratique qu'un lombricomposteur du commerce, moins efficace qu'un lombricomposteur collectif, il est toutefois réalisable en peu de temps et avec du matériel facilement récupérable ce qui permet de découvrir cette technique pour un coût minime. Il permet d'obtenir une petite quantité de lombricompost à utiliser dans des jardinières, carrés potagers, au jardin, etc.



Photo : Compost et Territoire

Le lombricompostage est une technique de compostage qui consiste à utiliser des vers de terre. Ces derniers décomposent les déchets organiques (ou biodéchets) et en font du compost et du lombrithé (jus de compost).

Cette technique, basée sur une observation du fonctionnement des sols, permet de valoriser les déchets organiques en obtenant un engrais performant et de se familiariser avec le cycle de la matière.

Avantages : réduction et valorisation des déchets domestiques ; autonomie des ressources : permet d'obtenir un engrais pour les plantes et le jardinage.

Conditions : se procurer des vers de terre type « Eisenia Foetida ». Utilisation intérieure (cave, placard, cuisine), placez le lombricomposteur dans un endroit entre 15°C et 25°C.

Accessibilité : réalisation facile, accessible à toutes et à tous.

Coûts : de 0 € à 15 €.

Limites : nécessite un entretien fréquent: vidage du lombrithé une fois par semaine et du compost tout les quatre mois ; ne pas mettre des déchets vermifuges (peaux d'agrumes, d'oignons et d'ails, pain, etc).

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Eisenia ; le site : www.eisenia.org Compost et Territoire ; le site : www.compost-territoire.org
Réseau Compost Citoyen : trouvez les adhérents près de chez vous sur reseaucompost.org

INSTALLER UN SITE DE COMPOSTAGE COLLECTIF

Composter collectivement demande des connaissances particulières et cette pratique a fait naître des compétences spécifiques : les référents de site sont en charge de la bonne gestion d'un site de compostage, en lien avec un maître-composteur. Les guides-composteurs-pailleurs sont des « ambassadeurs » du compostage et participent à informer, sensibiliser, installer des sites de compostage et mènent des actions de réduction de déchets verts de jardin.

Aujourd'hui, le défi est de rendre possible le compostage accessible à tous (particuliers, entreprises, établissements, etc.) et partout (milieu urbain, périurbain et rural).



Photo: Compost et Territoire

Notre mode d'urbanisation a eu tendance à considérer l'organique comme un « déchet » qu'il fallait jeter à la poubelle. La taille de cette dernière n'a cessé de grossir de façon exponentielle avec l'avènement de la société de consommation de masse.

Cependant, la valorisation de la matière organique et l'intérêt de faciliter le compostage sont importants tant en ville qu'à la campagne.

Avantages : réduction de production de déchets (moins 30 à 40% de déchets) ; participation active des habitants par le geste de tri ; source de liens humains enrichissants, de rencontres, d'échanges et de coopération ; production de compost.

Conditions : nécessite un équipement adapté et résistant : trois bacs, un bioseau (petit seau dans lequel on place ses déchets organiques), une fourche et du broyat. Le site de compostage collectif doit être implanté en contact direct avec le sol, en concertation avec les riverains.

Accessibilité : connaître les fondamentaux du compostage ; savoir communiquer autour d'un site ; organiser son fonctionnement.

Coûts : 700€ pour une placette trois bacs et coûts d'accompagnement variables selon le projet.

Limites : volonté politique pour l'implantation sur le domaine public.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Compost et Territoire ; le site : www.compost-territoire.org

Réseau Compost Citoyen : trouvez les adhérents près de chez vous sur reseaucompost.org

CONSERVER LES ALIMENTS PAR LACTOFERMENTATION

La lactofermentation n'implique pas forcément des produits laitiers. Elle résulte du développement de bactéries qui produisent de l'acide lactique. Cela permet de conserver les aliments et d'empêcher leur dégradation par les moisissures ou des bactéries pathogènes. Cette méthode de conservation n'utilise pas d'énergie contrairement à la congélation. De plus, elle n'entraîne pas de perte de nutriments contrairement à la stérilisation. Au contraire, la lactofermentation produit des vitamines supplémentaires ainsi que des probiotiques.



La lactofermentation est une méthode de conservation ancestrale particulièrement bien adaptée aux légumes. En France, il ne subsiste quasiment plus que la choucroute comme aliment lactofermenté. Mais il existe une très grande variété de légumes qui ont été fermentés en Europe.

En Asie, la lactofermentation est très développée et appréciée. Notamment en Corée avec le Kimchi, ce condiment de légumes lactofermentés et épicés.

Avantages : bon pour la santé ; bon au goût ; adapté à conserver sa propre production ou de la récupération d'invendus.

Conditions : nécessite des récipients adaptés à la fermentation ; nécessite de préparer les légumes en les découpant.

Accessibilité : très facile.

Coûts : très peu onéreux, nécessite uniquement du sel

Limites : les produits obtenus sont acides et salés.

Ne peuvent donc pas constituer la totalité de l'alimentation.

PLUS D'INFOS: les acteurs que vous pouvez contacter.

Catalyse organise des journées découverte de la lactofermentation ;

le site : www.asso-catalyse.fr, le mail : contact@asso-catalyse.fr

SECHER VOS ALIMENTS AVEC UN SECHOIR SOLAIRE

Un séchoir solaire permet de sécher vos fruits, vos légumes et vos plantes aromatiques par déshydratation afin de les conserver plus longtemps en utilisant uniquement l'énergie du soleil. Cela évite la congélation ou la stérilisation et réduit la consommation énergétique ainsi que l'empreinte carbone associée.

Les aliments sont disposés dans un compartiment avec une armature bois et des faces vitrées. L'air est ensuite chauffé grâce aux rayons du soleil et lentement renouvelé grâce aux aérations pour évacuer l'humidité des aliments. Après séchage, vous pourrez conserver vos produits pendant plusieurs mois et les consommer tout au long de l'année.



Photo : La Grande Graine

En disposant dans le séchoir des produits à maturité, vous aurez un apport nutritionnel maximal.

Pour une meilleure conservation, mettez en bocaux vos produits séchés et disposez-les dans un endroit au sec et peu lumineux.

Le séchage de plantes aromatiques peut également vous permettre de réaliser vos propres infusions.

Avantages : permet de conserver ses produits plus longtemps ; réduction de la consommation énergétique ; possibilité de consommer des produits hors-saison.

Conditions : avoir du temps pour la fabrication ; participer à un stage ; avoir un espace de conservation.

Accessibilité : accessible à toutes et à tous.

Coûts : entre 100 et 850 €.

Limites : nécessite un certain ensoleillement donc difficile d'emploi l'hiver et dans certaines zones géographiques.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Catalyse ; le site : www.asso-catalyse.fr

La Grande Graine ; le site : www.lagrandegraine.fr

RÉPARER SOI-MÊME

La réparation est un aspect incontournable de l'autonomie. Elle passe généralement par le partage de compétences et la transmission de savoirs à travers la recherche, la pratique et l'expérience. Des Repair Cafés aux ateliers collectifs (mutualisation de l'espace et des outils) en passant par les Fablabs, de nombreuses structures proposent aujourd'hui de se réapproprier ces savoirs afin de lutter contre le gaspillage, l'obsolescence programmée et les déchets. Le faire soi-même et le faire-ensemble contribuent à une société moins consommatrice et permettent à chacun·e de redécouvrir la valeur de ses objets.



Un **FabLab** est un Laboratoire de Fabrication où les personnes peuvent apprendre, expérimenter et fabriquer tous types d'objets, par elles-mêmes.

Un **Repair Café** est un endroit dans lequel les personnes peuvent réparer n'importe quel objet avec des experts bénévoles autour d'un café ou d'un thé.

Il existe plusieurs **ateliers** qui mettent à disposition leur local et des outils et qui proposent des stages ou formations autour de plusieurs savoir-faire.

Avantages : apprentissage de savoirs, de compétences et de pratiques ; fabrication et réparation en autonomie ; partage d'expériences et de connaissances ; convivialité ; économies ; réduction des déchets.

Conditions : adhésion à une structure ; collaboration.

Accessibilité : 0,00 €

Limites : certains objets ne sont plus réparables, il est donc possible que l'on vous renvoie vers des professionnel·le·s ou que vous ayez à vous en racheter un neuf ; pouvoir fabriquer facilement de nombreux objets ne garantit en rien l'utilité de ceux-ci.

L'approche désintéressée décrit dans ce manuel peut parfois être dévoyée dans certains Fablabs qui peuvent aussi servir des activités commerciales, notamment dans le cadre de prototypage et d'incubation de start-up.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Repair Café ; le site : www.repaircafe.org/fr

Réseau Français des Fablabs ; le site : www.fablab.fr

Le Valence Atelier Libre ; le site : www.vatelier.fr

RECYCLER AVEC LES RESSOURCERIES

Les Ressourceries collectent et valorisent les déchets encombrants afin de mettre en pratique le concept des 3 R : réduire, réutiliser et recycler les déchets. Elles revendent des objets et matériaux de réemploi et de réutilisation à prix réduits et sensibilisent les individus à la réduction des déchets à travers d'animations et de documents (choix de consommation, entretien des objets, produits de seconde vie, tri, etc.)

Ses relations avec les usager·ère·s du service de collecte de déchets et ses adhérent·e·s permettent de nouer des liens sociaux, de créer des solidarités et d'échanger autour de préoccupations sociales et environnementales.



Photo : Valence Atelier Libre

Le Réseau des Ressourceries sert près de 30% de la population française. Les salarié·e·s et bénévoles qui mettent en œuvre chacune des quatre fonctions de la Ressourcerie (collecte d'objets, revalorisation, vente et sensibilisation à l'environnement) contribuent à la préservation des ressources naturelles.

Il existe également de nombreuses ressourceries, appelées Recycleries ou Matériauthèques, qui ne sont pas répertoriées dans ce réseau.

Avantages : collecte vos objets inutilisés (ou possibilité de les déposer) ; donne une seconde vie aux encombrants ; redistribue des objets de seconde main ; sensibilise et éduque à l'environnement.

Conditions : avoir une Ressourcerie près de chez soi pour déposer ses encombrants ou prendre rendez-vous pour une collecte.

Accessibilité : accessible à toutes et à tous.

Limites : en fonction de sa localisation et des ateliers dont elle dispose, votre ressourcerie peut vendre différents objets, sur différentes plateformes à des intermédiaires différents.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

Réseau National des Ressourceries

Retrouvez une Ressourcerie près de chez vous sur : www.ressourcerie.fr

Matériauthèques et Recycleries.

FABRIQUER SES OBJETS AVEC LA VANNERIE

La vannerie permet de fabriquer des contenants pour les récoltes, le stockage, la conservation, le transport et plus encore (hotte, malle, panier, corbeille, sac, etc.) En extérieur, elle permet également de créer des structures végétales esthétiques et originales (haies vivantes tressées en losanges, plessis, fascines, cabane, etc.). Aujourd'hui encore, on tresse à la main car aucune machine n'est capable de remplacer la sensibilité de l'âme humaine dans l'art de tresser les végétaux. La vannerie est donc une technique simple et unique avec une empreinte carbone presque nulle car même une fois oubliées, les objets redeviennent de l'humus.



Photo : l'Oseraie du Possible

Le savoir-faire vannier remonte à la préhistoire avec des formes de contenant réalisées en écorce. Un panier en bouleau datant d'il y a 4000 ans a été retrouvé sur Ötzi (corps du néolithique retrouvé dans un glacier).

Le mot « van » à donner le nom au métier de vannier, outil qui était indispensable dans nos campagnes pour séparer le bon grain de l'ivré. La vannerie a existé dans toutes les civilisations et à travers tous les âges.

Avantages : l'ouvrage permet de stocker, de transporter, de contenir ou de conserver selon les techniques de tressage ; longue résistance des objets tressés dans le temps ; apporte de l'apaisement (tresser pour déstresser) et permet le développement de la motricité fine et un sens de la gestion des volumes.

Conditions : apprendre les différentes techniques de tressage des ouvrages ; besoin d'outils simples (poinçon, batte, serpette, sécateur et fendoir) sans oublier la dextérité des dix doigts de la main ; nombreux matériaux de part le monde (osier en Europe , rotin en Indonésie, bambou en Asie...)

Accessibilité : accessible à toutes et à tous selon les objets tressés.

Coûts : varient selon l'objet tressé.

Limites : Il faut beaucoup de temps de réalisation.

PLUS D'INFOS : les acteurs que vous pouvez contacter.

L'oseraie du possible ; le site : www.oseraiedupossible.fr, le mail : loseraiedupossible@live.fr

Les acteurs



APACHE est une association fondée en 2010. Elle existe avant tout pour permettre la mise en réseau des personnes s'intéressant à toute action visant l'autonomie, que ce soit dans l'acte d'habiter mais aussi plus largement. Ceci est possible *via* l'espace adhérents, où les personnes peuvent s'identifier (géographiquement, par centre d'intérêt ou de compétences ou réalisations), et peuvent ensuite rentrer directement en contact. Quelques ateliers ou chantiers pédagogiques sont proposés dans l'année, selon les demandes et les propositions, autour de l'écoconstruction, de l'agroécologie, ou cela peut être aussi de l'affûtage, toute demande de la part des adhérents.

Statut : Association collégiale.

Périmètre d'action : Cantal et départements limitrophes.

Actions/ Réalisations : pas d'activité régulière (programme trimestriel) : chantiers pédagogiques ; visites commentées de chantiers témoins ou bâtiments remarquables ; conférences ; foires ; partage d'un stock documentaire ; facilite la mise en relation des adhérent-e·s à travers un espace adhérent privé sur leur site internet.

Mode de financement : Adhésion (10 €/an ou 15 € par couple) ; prix libre ou défini selon l'atelier ; seule l'adhésion est demandée pour les chantiers pédagogiques (et l'envie d'apprendre).
Charte du chantier participatif et fiche d'aide à la préparation d'un chantier visibles sur leur site.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; MÉLANGE ; CONVIVIALITÉ ; ENTRAIDE ; SOCIAL(E) ; ÉQUITABLE ; PATRIMOINE ; LOCAL(E)

Contact : apache.asso@gmail.com

Site web : www.apache-asso.fr



APPROCHE PAILLE

Convaincus par les qualités offertes par la technique de construction GREB (Groupe de Recherches Ecologiques de la Baie), Jean-Baptiste Thévard et Vincent Brossamain décident de créer l'association APPROCHE-Paille en 2005, pour promouvoir cette technique de construction en France. Afin de conserver l'esprit de l'auto-constructeur et de proposer une méthode de construction rigoureuse et documentée, elle diffuse l'ouvrage de référence « Construire son habitation en paille selon la technique du GREB ».

Aujourd'hui, APPROCHE-Paille informe, forme et accompagne des particulier·ère·s et professionnel·le·s qui, soucieux de mettre en œuvre un habitat sain et durable, choisissent la construction paille. L'association opère au niveau national, et participe plus globalement à la promotion du matériau paille dans la construction des bâtiments privés et publics.

Statut : association.

Périmètre d'action : France et parfois d'autres pays de façon ponctuelle.

Actions/ Réalisations : présence sur de nombreux salons et conférences pour sensibiliser aux problématiques de la construction et faire découvrir la solution offerte par l'usage de la botte de paille ; formation de particulier·ère·s dans un parcours d'auto-construction (stages pratiques, formations théoriques et visites de chantier) ; formations spécifiques pour les professionnel·le·s (architectes, artisan·e·s, bureaux d'étude, etc.) (environ 150 personnes par an); accompagnement pour la réalisation d'une construction ou d'une rénovation dans les meilleures conditions possibles tout en rendant le porteur de projet le plus indépendant possible (environ 20 personnes par an).

Mode de financement : formations pour les auto-constructeur·trice·s (115 € par jour en moyenne) ; accompagnement personnalisé de porteurs de projet dans la phase de préparation puis de réalisation (en fonction du temps effectivement passé sur les tâches à 40 € par heure) ; vente de matériel à prix négocié pour les adhérent·e·s.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; ACCOMPAGNEMENT ; EXPERTISE ; LIBRE DE DROIT ; AVANTAGEUX; ASTUCIEUX(SE)

Tel : 09 80 32 83 23

Contact : info@approchepaille.fr

Site web : www.approchepaille.fr



ASSOCIATION POUR LA PROMOTION DES TECHNIQUES ÉCOLOGIQUES

L'APTE a pour vocation d'aider les personnes à devenir moins dépendantes des ressources non renouvelables, que ce soit au niveau énergétique, ou au niveau des matières premières utilisées dans nombre de domaines tel que la construction.

L'utilisation des ressources locales demande un véritable changement de mentalité et d'habitude. L'APTE propose un accompagnement pratique dans ce cheminement pour devenir plus autonome. Depuis dix ans, l'association propose des formations sur les éco-énergies et l'écoconstruction pour prendre conscience de l'immense potentiel des économies d'énergies et des énergies renouvelables dans nos pratiques quotidiennes.

Statut : association.

Périmètre d'action : région PACA, Drôme, Gard.

Actions/ Réalisations : formations écoconstruction et éco-énergies (30 à 40 jours par an, entre 100 et 200 stagiaires par an) dont Ecopaysans (20 porteurs de projets accompagnés par an) ; accompagnement de chantier (10 à 20 chantiers par an) ; mise à disposition d'informations techniques et de vidéos sur leur site internet (plus de 35 000 visiteurs/an).

Mode de financement : fonds de formation, prestations.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; ACCOMPAGNEMENT ; ÉCONOMIE ; TECHNICITÉ

Siège social/adresse : 167B, chemin des Nouvelles Carraires de Rieufret 84360 Merindol

Contact : apte.association@gmail.com

Tel : 07 88 31 26 93

Site web : www.apte-asso.org



ATELIER DU SOLEIL ET DU VENT

Depuis sa création en 2011, l'Atelier du Soleil et du Vent porte plusieurs missions : sensibiliser à l'usage des énergies renouvelables, par la formation à l'auto-construction, la recherche, la conception, la réalisation, et l'installation de ces systèmes ; inviter à se questionner face aux conséquences environnementales, sociales et économiques de nos pratiques quotidiennes et proposer des solutions concrètes et créer du lien entre les personnes physiques ou morales intéressées, allant dans le sens de leurs objectifs.

L'Atelier du Soleil et du Vent regroupe une équipe pluridisciplinaire, qui fait appel aux compétences et au réseau de ses adhérent·e·s pour assurer la qualité du contenu et des stages car leurs formateur·trice·s sont principalement des artisan·e·s ou des professionnel·le·s, rémunéré·e·s pour leurs interventions et partageant les valeurs de l'association. Cette dernière se développe aujourd'hui sans salarié·e et repose en partie sur le temps et la volonté de ses bénévoles, en utilisant des principes d'auto-gestion : tout le monde peut proposer et conduire une action.

Statut : association.

Périmètre d'action : Poitou-Charentes.

Actions/ Réalisations : permettre à toute personne d'acquérir des connaissances théoriques et pratiques, des savoir-faire traditionnels jusqu'à l'autonomie énergétique *via* des formations aux énergies renouvelables (apport d'éléments techniques concrets) et un atelier ouvert à tous les adhérent·e·s (mise en commun d'outils et de compétences dans un but de réparation, de création ou d'innovation).
En 2018 : environ 10 stages organisés et 50 stagiaires différents.

Mode de financement : adhésions annuelles (10 € par an) ; stages (prix variables, à partir de 10 € par jour et par personne).
Projet de proposer à la vente des kits ou des solutions déjà réalisées pour ceux et celles qui n'ont pas le temps d'auto-construire ou qui ne le souhaitent pas.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; ACCOMPAGNEMENT; EXPERTISE ; MUTUALISATION

Siège social/adresse : 57 avenue de Poitiers 86600 Lusignan

Contact : atelierdusoleiletduvent@gmail.com

Tel : 09 50 86 32 89

Site web : www.atelierdusoleiletduvent.org



' ATELIER DU ZEPHYR

L'Atelier du Zéphyr est une association créée en 2018. Elle organise des stages d'auto-construction et des formations dans toute la région lyonnaise et en France. Elle vous accompagne dans vos projets d'autonomie énergétique, du dimensionnement jusqu'à la maintenance, pour que chacun·e puisse se réapproprier son énergie et la consommer de manière responsable.

Statut : association.

Périmètre d'action : national.

Actions/ Réalisations : stages d'auto-construction et formations (éolien, solaire, thermique, cuisson solaire, méthanisation, poêle rocket, etc.) ; accompagnement de projets d'autonomie énergétique ; actions de sensibilisation ; recherche et expérimentation libre de droit.

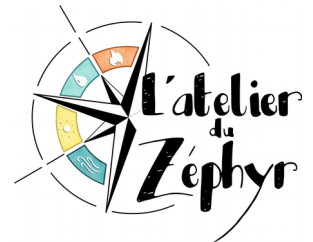
Mode de financement : stages et subventions.

Leurs maîtres-mots : TRANSMISSION DE SAVOIR ; CONVIVIALITÉ ; LIBRE DE DROIT ; POLYVALENCE

Tel : 06 33 02 02 25

Contact : atelierduzephyr@zaclys.net

Site web : www.atelierduzephyr.org



T RIPALIUM

Tripalium est un réseau d'acteur·trice·s fondé en 2007 qui propose régulièrement des stages d'auto-construction d'éoliennes ouverts à toutes et à tous. Tripalium est devenu de ce fait un réseau important dans la construction d'éoliennes.

L'association dispense son savoir et ses techniques aux personnes désirant les acquérir, grâce à ses nombreux acteur·trice·s, Tripalium a su s'implanter dans le domaine de l'autonomie.

Statut : association.

Périmètre d'action : France métropolitaine et plus.

Actions/ Réalisations : les stages de Tripalium sont des moments d'entraide, de partage, de rencontre, de coopération et d'apprentissage. Ils sont ouverts à tous et à toutes et l'émotion du travail accompli ne peut être que belle (stage d'une semaine 400€).
Grâce à ces stages, 50 éoliennes ont été fabriquées en France.

Mode de financement : vente de manuel (20 €).

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; PARTAGE ; TECHNICITÉ ; ÉNERGIE

Siège social : 13bis Rue Montplaisir, Valence, 26000

Contact : contact@tripalium.org

Site web : www.tripalium.org



FEUFOLLET

Créée en 2015 par trois passionnés d'autonomie, amoureux du feu et des rocket stoves, l'association s'est développée autour des formations, sous forme de stages, à l'auto-construction de poêles de masse ou cuiseurs mobiles. Feufollet se déplace aussi sur des événements pour des conférences, des campagnes de sensibilisation, parfois avec sa cantine 100% feu de bois. Les membres de Feufollet forment un réseau d'acteur·ice·s ayant pour but de développer, de promouvoir et de partager des connaissances autour du feu de bois.

Statut : association.

Périmètre d'action : couvre aussi bien la France entière que l'international, pas de limites fixées.

Actions/ Réalisations : accompagnement à l'auto-construction d'appareils de cuisson ou de poêles de masse; formations à l'auto-construction de ces mêmes appareils sous forme de stage ; location d'appareils de cuisson en événementiel type foire/festivités ; installation d'un stand d'animation Feufollet sur un événement (cantine, conférences, ateliers...)

Mode de financement : stage (autour de 250 € la semaine, prix variable en fonction du projet) ; cantine sur des événements.

Leurs maîtres-mots : TRANSMISSION DE SAVOIR ; CONVIVIALITÉ ; DÉVELOPPEMENT ;
ASTUCIEUX((SE)

Siège social : Vallée d'abeau, 07140 Malbosc

Tel : 07 68 58 44 42

Contact : contact@feufollet.org

Site : <http://www.feufollet.org/>

FORET NOURRICIERE

La Forêt Nourricière a commencé par éditer des livres basés sur la synthèse de recherches et par produire des films retraçant l'œuvre de permaculteurs pionniers. L'association a ensuite créé un accompagnement (chantiers, formations) permettant aux porteurs de projets d'être guidés sur la réalisation de leur design. Au fil des années, ce processus a permis aux stagiaires de profiter de cas d'études concrets et d'alimenter leurs recherches d'analyses dans des biotopes très différents. Ce travail a permis d'approfondir la base de données « Permaculture en Climat Tempéré ».

La Forêt Nourricière propose de nombreuses ressources et un large panel de formations permettant d'accompagner les permaculteurs, de la conception globale de leur projet aux techniques spécifiques en passant par la création d'un collectif pérenne.

La raison d'être de La Forêt Nourricière : développer la permaculture en climat tempéré et accompagner la transition vers des valeurs humanistes et écologiques.

Statut : association.

Périmètre d'action : France entière.

Actions/ Réalisations : auto édition de quatre livres (Permaculture en climat tempéré, Multiplication de plantes fruitières et ressources végétales, Guide de conception en permaculture et Synergie dans les rapports humains) et de deux DVD (La ferme arc-en-ciel et le jardin extraordinaire) ; formations (20 stages différents en 2019) ; publication de vidéos en ligne ; recherches en permaculture.

Mode de financement : vente de médias auto édités (livres et DVD) ; formations (de 285 € pour trois jours de formations à 795 € pour un Permaculture Design Cours de douze jours).

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; ÉQUITABLE ; DÉVELOPPEMENT ; ACCOMPAGNEMENT

Siège social/adresse : La métairie de danne, Saint Martin du Bois 49500

Tel : 06 52 82 95 19

Contact : contact@laforetnourriciere.org

Site web : www.laforetnourriciere.org

Facebook : La Forêt Nourricière

YouTube : La Forêt Nourricière



**la forêt
nourricière**
Centre de recherche en permaculture

LE PASSE JARDINS

Le PASSE-JARDINS est animateur du réseau des jardins partagés de la Région Auvergne-Rhône-Alpes et centre de ressources depuis 1998.

A travers l'accompagnement et la formation des porteur·e·s de projet de jardins partagés, l'animation de jardin, et l'animation d'un réseau régional des jardins partagés, le PASSE-JARDINS a pour finalité de cultiver partout et avec toutes et tous des utopies jardinières, créatrices de liens coopératifs avec la terre nourricière et les êtres vivants.

L'action du PASSE-JARDINS s'appuie sur une démarche participative : chaque projet est écologiquement conçu, construit et cultivé collectivement par les habitant·e·s.

Statut : association.

Périmètre d'action : grand Lyon métropole, région AURA dans une moindre mesure.

Actions/ Réalisations : accompagnements personnalisés pour les porteur·e·s de projets de jardins partagés ; formations pour les porteurs de projets et les salarié·e·s des jardins partagés ; édition d'une newsletter hebdomadaire ; animation d'un annuaire en ligne des jardins partagés de la région Auvergne-Rhône-Alpes.

Mode de financement : financements publics ; prestations payantes sur demande.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; ACCOMPAGNEMENT ; LIEN ; CONVIVIALITÉ

Siège social/adresse : 131 rue Challemel Lacour 69008 Lyon

Tel : 04 78 00 22 59

Contact : contact@lepassejardins.fr

Site web : www.lepassejardins.fr



Retrouvez toutes les structures régionales du réseau du Jardin Dans Tous Ses Etats sur : <http://jardins-partages.org/>

L'INSTANT PARTAGE

L'instant partagé a été créé en novembre 2014 par quatre passionnés de nature et d'écologie (Patricia, Dominique, Vincent et Jean-Bernard). Ils ont créé un potager en s'appuyant sur les principes de la permaculture. L'association a ensuite organisé des visites, des ateliers, des conférences sur le thème de ce jardinage au naturel. Sur place, 20 parcelles de jardin ont été créées sur un terrain dont le sol était très dégradé. Environ 30 jardiniers redonnent vie à ce sol et se nourrissent grâce à leur jardin, qui devient un véritable paysage. Un jardin de plantes médicinales et aromatiques ainsi qu'une forêt comestible sont en cours de réalisation.

Aujourd'hui, l'instant partagé organise des actions basées sur l'échange de savoirs et savoir-faire sur des domaines plus étendus (vannerie, lactofermentation, cosmétique naturelle, etc.) et l'apprentissage de gestes écologiques afin de prendre soin de l'humain et de son environnement.

Statut : association.

Périmètre d'action : 30 km autour de Carqueiranne (Var).

Actions/ Réalisations : visites des jardins une fois par mois de mars à octobre (10 personnes par visite) ; ateliers aux jardins (engrais verts, buttes et lasagnes, plantes compagnes/ de 5 à 10 personnes) ; ateliers cosmétiques (baumes, crèmes, dentifrices, etc./ 8 personnes sur le site et 20 personnes en événementiel) ; atelier construction murs en pierres sèches 1 fois par an avec un professionnel (10 personnes) ; atelier vannerie sauvage 1 fois par an avec un professionnel ; atelier lactofermentation 1 à 2 fois par an avec une professionnelle ; ateliers autour des plantes aromatiques et médicinales (reconnaissance, utilisation, transformation) en préparation ; ateliers sur le bien-être (yoga, Qigong) proposés toutes les semaines (de 5 à 25 personnes).

Mode de financement : Adhésions (10 € par an) ; participation libre lors des activités ; subventions de Nature et Découvertes, Alpes Contrôle.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; PARTAGE ; PASSION ; SANTÉ

Siège social/adresse : 248 chemin du coupereau 83320 Carqueiranne

Contact : instant.partage@laposte.net

Tel : 06 67 44 65 55

Site web : www.instantpartage.fr



C OMMUNERBE

Créée en 2015, Communerbe rassemble des personnes ayant des compétences dans le domaine de la botanique et l'ethnobotanique.

L'association propose aux participant·e·s d'acquérir une connaissance et une utilisation des plantes au quotidien : se réapproprier les savoirs, échanger et fabriquer collectivement produits et objets. Les ateliers se déroulent autour de fabrications simples et écologiques avec des substances naturelles

dépourvues de toxicité et accessibles à toutes et à tous. Ils ont lieu dans des ressourceries, centres sociaux et culturels, bibliothèques et jardins collectifs. Des stages sont organisés en dehors de la région parisienne.

Statut : association.

Périmètre d'action : Île France et autres région pour les stages (pas de périmètre fixe).

Actions/ Réalisations : ateliers (plantes médicinales, fabrications galéniques et culinaires, jardinage et création végétale) ; stages ; sorties botanique.

Depuis 2017 : une formation annuelle de 6 week-ends (botanique et plantes médicinales) et des formations de 3 jours (botanique et usage des plantes).

En 2019 : 5 à 7 ateliers par mois, 5 stages, 3 formations et multiples sorties botaniques.

Mode de financement : financement public ; adhésions (5 € par an) et participation aux ateliers ; stages et formations (de prix libre à 80 € la journée).
En attente d'un numéro d'agrément pour la formation professionnelle.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; RÉDUCTION DU GASPILLAGE ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; PARTAGE ; ENTRAIDE

Contact : communerbe@gmail.com

Site web : www.communerbe.org



communerbe.org

CUEILLE ET CROQUE

Depuis 2013, Cueille et Croque partage une connaissance des plantes sauvages comestibles, toxiques et médicinales. En proposant des balades découvertes de plantes sauvages comestibles et des ateliers de cuisine sauvage, elle a petit à petit élargi son champs d'action et propose aujourd'hui des activités variées autour des plantes sauvages : balades découvertes et ateliers cuisine, cueillette de plantes sauvages pour les restaurateurs, animations nature, conférences, etc.

Cueille et Croque veut susciter une connexion ou une reconnexion à la nature sauvage et notamment à la végétation, autour d'une réflexion sur notre rapport à la nature.

Elle accompagne divers publics (particulier· ère· s, familles, enfants, associations, entreprises, etc.) pour observer, reconnaître, cueillir, cuisiner et déguster des plantes sauvages comestibles.

Statut : micro entreprise.

Périmètre d'action : région lyonnaise et environ.

Actions/ Réalisations : balades découvertes ; ateliers cuisines ; stage annuel (une sortie par mois) et week-ends d'avril à octobre.

Balades découvertes et animations nature auprès d'associations, AMAP, centres sociaux, entreprises et collectivités.

Cueillette pour les restaurateur· ice· s de mars à fin juillet.

Mode de financement : balade découverte à la demi journée (15 €) ; balade découverte suivie d'un atelier cuisine (40 €) ; conférences (150 €).

Des tarifs préférentiels peuvent être proposés aux personnes à faibles revenus.

Pour les collectivités : demi-journée (250 €) et journée (400 €).

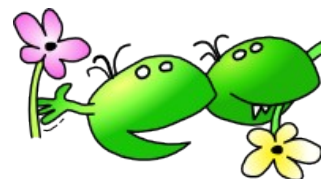
Ses maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; PARTAGE ; CONVIVIALITÉ ; ACCOMPAGNEMENT ; LIEN ; PASSION ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; SANTÉ

Siège social/adresse : 14 rue Creuzet 69 007 Lyon

Tel : 06 26 07 05 49

Contact : flore@cueilleetcroque.fr

Site web : <http://cueilleetcroque.fr/>



COMPOST ET TERRITOIRE

Compost et Territoire est une association créée en 2015 avec pour objectif de développer le compostage de proximité afin de réduire la quantité de déchets en triant à la source l'organique. Elle compte aujourd'hui sur une petite équipe de 2 maîtres-composteurs formateurs, un collège de 10 membres actifs et environ 70 adhérent·e·s. Ses activités principales : la formation de référent·e·s et guides-composteurs-pailleurs, l'installation de sites de compostage collectifs (de village, de quartier, de pieds d'immeubles) et autonomes (écoles, collèges, lycées), l'information-sensibilisation au compostage de proximité dont le compostage individuel et la réduction des déchets verts de jardin. L'association travaille également à la promotion du compostage en direction des collectivités territoriales afin que la prévention des déchets occupe une place plus affirmée et déterminante dans les politiques de gestion des déchets.

Statut : association.

Périmètre d'action : Drôme et Ardèche.

Actions/ Réalisations : formations référent·e·s de site et guides-composteurs-pailleurs ; accompagnement et installation de sites de compostage collectifs ; accompagnement de projets de compostage autonome en établissement ; ateliers lombricompostage ; séances d'information et de sensibilisation au compostage.

Mode de financement : Adhésions (5 € par an, 10 € pour les familles et 25 € pour les associations/commerces) ; dons ; mécénats ; partenariats avec les collectivités (département de la Drôme, CCVD, 3CPS, Dieulefit-Bourdeaux, etc.)

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; ACCOMPAGNEMENT ; CONVIVIALITÉ ; LIEN ; EXPERTISE

Tel : 06 51 36 96 15

Contact : info@compost-territoire.org

Site web : www.compost-territoire.org





Créée en 2013, Eisenia est composée d'une équipe polyvalente, aux protagonistes divers (animateur·trice·s, paysagistes, maraîcher·ère·s, juristes, éducateur·trice·s, ébénistes, carreleurs, normaliens, formateur·trice·s, ingénieur·e·s en dépollution des sols, migrant·te·s, artistes, squatteurs, architectes, garagistes ou informaticien·ne·s.

Initialement créée pour défendre la pratique du lombricompostage (agricole et collectif de préférence), son champ d'action s'est vite développé autour de thématiques beaucoup plus larges mêlant agroécologie, économie circulaire, le développement local et l'action sociale. Ainsi, les projets de l'association couplent les intérêts humains et environnementaux.

Statut : association.

Périmètre d'action : métropole de Lyon, Rhône et Loire.

Actions/ Réalisations : installation de sites de lombricompostage collectifs ou de plateformes agricoles (avec formation) ; études et méthodes agricoles pour la défense des sols ; agroécologie urbaine (création de potagers de quartiers et de poulaillers) ; valorisation de déchets ; informatique libre (Linux et Populus) ; transition écologique inclusive (travail dans les quartiers défavorisés ou avec des publics en situation d'exclusion sociale).

Mode de financement : formation au lombricompostage (160 € inscription individuelle/ 390 € si entreprise) ; installation de lombricomposteurs (toutes tailles, prix variés) ; ateliers, animations diverses (prix modulés en fonction de l'atelier, du public ou de la structure qui organise) ; financement d'actions par les structures sociales/ bailleurs/communes.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; EXPERTISE ; POLYVALENCE ; LIBERTÉ ; SOCIAL(E)

Siège social/adresse : 23, rue de Flesselles 69001 Lyon

Contact : eisenia.asso@gmail.com

Site web : eisenia.org



PAYSARBRE

Paysarbre est une association qui œuvre à la promotion et la culture de l'arbre fruitier aussi bien comme vecteur d'autonomie vivrière pour nos territoires que comme un outil d'éducation à l'environnement et de renforcement du lien social. L'association vous invite à retrouver le plaisir de cueillir des fruits directement sur l'arbre, apprendre à greffer, gérer ensemble des vergers collectifs, mieux connaître les essences arborées qui nous entourent, goûter à la corme, à l'alise et à l'amélanche, découvrir les savoirs anciens et modernes sur nos vivants voisins à feuilles, se retrouver pour une promenade, une conférence ou une formation, parcourir les chemins pour les faire vivre et y installer des arbres fruitiers par la greffe et à inventorier les vieux arbres fruitiers du territoire.

Paysarbre est aussi un réseau de professionnels qualifiés et respectueux de l'arbre et des écosystèmes (pépiniéristes, bûcherons, maraîchers, élagueurs, gestionnaires forestiers, etc.)

Statut : association.

Périmètre d'action : département de l'Hérault et national pour certaines formations.

Actions/ Réalisations : stages et formations initiation à la greffe, savoir planter un arbre, aborder la friche, taille douce (20 par an) ; conférence forestière ; recensement et sauvegarde du patrimoine fruitier (greffe et création d'un verger conservatoire).

Mode de financement : stages (format une journée, 30 € pour les particuliers) ; prestations ; subventions.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; TRADITION ; COMMUNAUTÉ ; PARTAGE

Siège social/adresse : 13 place d'Alsace Lorraine 34700 Lodève

Contact : contact@paysarbre.org

Site web : www.paysarbre.org



PRRISE DE TERRE

Créée en 2012, Prise de Terre a pour vocation de « réintroduire l'Humain dans son milieu naturel » par la découverte ou l'approfondissement de la permaculture et de l'agroécologie. Prise de Terre s'est ensuite ouverte à d'autres champs d'applications, de plus en plus pratico-pratiques : autonomie énergétique, vannerie sauvage, greffage, taille, potager en permaculture, etc. Son approche essaie d'être la plus horizontale possible, axée sur la réalisation concrète et pratique : apprendre en faisant.

Elle organise également des PDC (permaculture design course) depuis maintenant quatre ans. La ferme des Escouroux à Cayrols (15) est une vitrine d'un système conçu en permaculture : verger multi-étagé, baissières, petit élevage, différents potagers, forêt, ... et de ce à quoi un système autonome peut ressembler.

Statut: particulier.

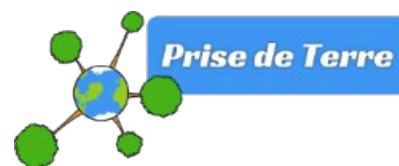
Périmètre d'action: Occitanie, Auvergne, national.

Actions/ Réalisations: stages (dizaine de stages courts par an, sur 2 jours) ; conférences ; formations longues (design en permaculture, stages d'autonomie : énergétique, vivrière, visites de lieux autonomes, travail sur les projets personnels) ; consultations. Entre 100 et 200 personnes sont formées par Prise de Terre tous les ans.

Mode de financement: Stages (50 € par personne et par jour) ; places en monnaie libre (voir sur le site internet).

Leurs maîtres-mots: TRANSMISSION DE SAVOIR ; ACCOMPAGNEMENT ; POLYVALENCE

Siège social/adresse : Les Escouroux 15290 Cayrols
Contact : mathieu@prisedeterre.net
Tel : 06 19 84 90 67
Site web : prisedeterre.net



RECUP ET GAMELLES

Créée en 2014 par trois fondatrices engagées pour les enjeux environnementaux et socio-éducatifs, Récup et Gamelles a pour vocation la sensibilisation par l'action du grand public et des acteur·ice·s de l'alimentation en les incitant à s'engager et à échanger des pratiques autour de la thématique Zéro Gaspi - Zéro Déchet pour lutter contre le gaspillage alimentaire.

Récup et Gamelles s'inscrit dans une démarche d'up-cycling en dépassant le simple recyclage *via* l'apport de valeurs ajoutées sociales et économiques sur des produits destinés à devenir des déchets. Elle prend en compte les démarches durables liées à l'alimentation dans ses pratiques : achats de matières premières locales, réutilisation des restes, etc.

Statut : association.

Périmètre d'action : national.

Actions/ Réalisations : ateliers de cuisine et buffets pédagogiques zéro gaspi - zéro déchet, de conservation, fait maison, saine, végétarienne et responsable avec des produits locaux et non traités (plus de 50 en 2017, avec une valorisation de 100 kilos de fruits, légumes et pain invendus par semaine) ; animations, dégustations, démonstrations (plus de 60 en 2017) ; accompagnement auprès de 7 restaurants dans une démarche de réduction des déchets ; formations d'ambassadeur·ice·s (citoyen·ne, en entreprise...)
Plus de 7000 personnes touchées en 2017.

Mode de financement : ateliers gratuits sur la métropole de Lyon, (cuisine zéro gaspi-zéro déchet, atelier de conservation, etc.) financés par la métropole ; ateliers et animations payantes en dehors de la métropole (sur devis, suivant la demande) ; formations (possibilité d'utiliser les budgets formations des structures).

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; RÉDUCTION DU GASPILLAGE ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; SOLIDARITÉ

Siège social/adresse : 28 c, rue Santos Dumont, 69008 Lyon

Tel : 07 82 33 30 92

Contact : contact@recupetgamelles.fr

Site web : www.recupetgamelles.fr



SERPETTES ET CHAUDRONS

Serpettes Et Chaudrons a pour but de nous rapprocher de la nature par le biais de la transmission et du partage des savoirs et savoir-faire populaires liés au monde végétal. Elle s'inscrit dans la reconstruction du rapport de l'humain à la plante et à sa santé, en appréhendant la nature de manière sensible et en éveillant le goût de l'observation, de la curiosité, de l'initiative et de la pratique collective.

Avec une approche écologique et ethnobotanique ainsi que dans une démarche artisanale, solidaire et locale, l'association propose diverses activités autour des plantes sauvages, comestibles, aromatiques et médicinales.

Statut : association.

Périmètre d'action : 100 km autour de Sarp (Hautes-Pyrénées).

Actions/ Réalisations : promenades botaniques ; ateliers et stages pratiques d'herboristerie, d'aromathérapie, de cuisine sauvage ou de cosmétique ; productions coopératives ; outils pédagogiques. Ces activités sont proposées aux novices et aux initiés, aux jeunes et aux moins jeunes, en partenariat avec des structures médicales, socioculturelles, de loisir et touristiques, des écoles, collèges et lycées et des entreprises et comités d'entreprises.

Mode de financement : actions de formation (prestation de services, ateliers, formations...) ; ventes de matière première ; productions collectives.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; RÉDUCTION DU GASPILLAGE ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; PARTAGE ; LIEN ; TECHNICITÉ ; SANTÉ ; TRADITION

Siège social/adresse : Sarp 65370

Tel : 06 45 73 75 78

Contact : serpettesetchaudrons@gmail.com

Site web : www.serpettesetchaudrons.wordpress.com



UNIVERSITE POPULAIRE DE PERMACULTURE

L'Université Populaire de Permaculture a pour but de :

- référencer et mettre en liens différents lieux de formation et formateur·rice·s garantissant autant la diversité et la complémentarité que le respect commun des principes éthiques fondamentaux de la permaculture et de l'éducation populaire ;
- développer la qualité et la cohérence du réseau, du contenu pédagogique des formations, du niveau de formation des étudiant·e·s et des formateur·rice·s ;
- faciliter et accompagner l'accès aux formations et aux pratiques ;
- accompagner la transformation globale de nos sociétés ;
- favoriser des liens entre la permaculture et les autres mouvements de la transition ;
- créer des liens et des partenariats avec les institutions et organismes professionnels et non professionnels.

Statut : association.

Périmètre d'action : France.

Actions/ Réalisations : gestion d'un site d'annonces pour les formations en permaculture en France ; anime le réseau des centres de formation et le réseau des étudiants en permaculture.

Mode de financement : cotisations ; annonces payantes sur leur site web.

Leurs maîtres-mots : ACCOMPAGNEMENT ; SERVICE ; ENTRAIDE ; DYNAMIQUE

Tel : 06 30 61 89 77

Contact : contact@permaculture-upp.org

Site web : www.permaculture-upp.org



BRICOLOGIS

Bricologis est née en février 2017 de la rencontre de plusieurs dynamiques autour d'une opportunité : des usagers avec des envies, des besoins et des compétences, des structures et des professionnel·le·s en lien avec l'amélioration du cadre de vie, un bailleur social engagé et des institutions en cours de travail sur le quartier. Bien qu'ancrée dans son environnement proche, l'association est ouverte à toutes et à tous sans distinction.

Bricologis est un espace ressource qui a pour objectifs de valoriser et renforcer les compétences, améliorer le cadre de vie individuel et collectif, lutter contre la précarité économique et l'isolement, potentialiser les liens et accompagner les dynamiques de quartier. Pour cela, l'association se repose sur quatre principes : l'hybridité et la mutualisation/ les liens et échanges pluriels/ le pouvoir d'agir/ la pérennité et l'évolutivité.

Statut : association.

Périmètre d'action : du quartier du Mas du Taureau jusqu'à la Métropole de Lyon.

Actions/ Réalisations : atelier de bricolage bois accompagné par une professionnelle (deux après-midis par semaine et un samedi par mois) et prêt d'outils ; espaces de bureaux mis à disposition de particulier·ère·s et professionnel·le·s qui portent un projet ; espace de vie sociale en cœur de quartier (ouvert tous les jours) ; accompagnement et soutien pour celles et ceux qui portent un projet ou pour leurs publics (associations, bailleurs sociaux, etc.) en lien avec l'amélioration du cadre de vie (ateliers ciblés ou ouverts, micro-formation thématiques, etc.).

Mode de financement : Adhésions (5 € par an pour les particuliers), accès à l'atelier de bricolage bois accompagné (3 € par heure), prêt d'outils (tarif solidaire, entre 0,5 € et 6 € par jour en fonction de l'outil emprunté) ; occupation des espaces du bureau (à partir de 110 € par mois) ; accompagnement de structures ou de collectifs (tarifs basés sur des prestations spécifiques) ; dons ; mécénats de fonctions privées ; subventions publiques.

Leurs maîtres-mots : RÉDUCTION DU GASPILLAGE ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; EXPERTISE ; MUTUALISATION ; PARTAGE ; SOLIDARITÉ ; CONVIVIALITÉ ; MÉLANGE

Siège social/adresse : 6 chemin du Grand Bois, 69120 Vaulx en Velin

Tel : 07 69 02 52 90

Contact : contact@bricologis.com

Site web : www.bricologis.com

Facebook : Bricologis



ENTROPIE

Depuis 2008, l'association Entropie cherche à encourager et soutenir les pratiques d'auto-production et auto-construction. Dans son atelier d'ébénisterie, elle accompagne tous types de publics à la conception et à la fabrication d'objets divers (meubler d'intérieur et d'extérieur, carrioles à vélo, outils pour les professionnels...) afin de favoriser une réappropriation des savoir-faire techniques et de rendre ses publics acteurs dans la production de leur environnement matériel. Elle anime également des ateliers de bricolage d'objets à vocation écologique (four solaires, éoliennes, composteurs, architecture bio-climatique...).

Elle réalise pour chaque objet conçu une notice de fabrication pédagogique, comprenant des plans et les explications des choix de conception et diffuse ces documentations sous licence libre afin d'encourager la reproduction et l'amélioration des dits objets.

Statut : association.

Périmètre d'action : Isère.

Actions/ Réalisations : ateliers de fabrication collaborative « bricolos-écologes » (tous publics, une dizaine par an pour des groupes d'environ 8 personnes) ; stages d'auto-production accompagnée d'un objet (particuliers ou professionnels, 3 ou 4 par an) ; chantiers participatifs (ateliers sur mesure) pour les collectivités/structures (1 ou 2 par an) ; design libre : réalisation de notices de fabrication et diffusion sous licence libre sur leur site internet ; projet « construire pour se reconstruire » pour des personnes en situation de précarité (30 personnes) ; accompagnement et documentation sur l'auto-construction de tiny-houses.

Mode de financement : ateliers « bricolos-écologes » (entre 200 et 390 € /ateliers) ; subventions pour le projet « construire pour se reconstruire ». Les tarifs des formations, des accompagnements personnalisés et des chantiers participatifs sont très variables et diffèrent d'un projet à l'autre (environ 350 €/jour d'accompagnement). Le projet construire pour se reconstruire bénéficie de subventions.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; ACCOMPAGNEMENT ; PARTAGE ; LIBRE DE DROIT ; TECHNICITÉ

Siège social/adresse : 5 rue Georges Jacquet 38000 Grenoble

Tel : 06 64 40 23 20

Contact : entropie@gresille.org

Site web : www.asso-entropie.fr

The logo for Entropie, featuring the word 'Entropie' in a stylized, rounded, hand-drawn font.

' ATELIEPHEMERE

Créée en décembre 2015, l'ateliéphémère propose des ateliers ainsi que des cours pour tenter de répondre à la baisse constante de notre autonomie face aux problèmes rencontrés avec les appareils qui nous entourent et que nous utilisons quotidiennement.

L'ateliéphémère propose des ateliers dont le but est de favoriser la participation des personnes au maximum en évitant de manipuler à leur place quand cela n'est pas nécessaire.

Pour faciliter la venue à toutes les personnes, les animations se déroulent dans différents quartiers, au sein de structures déjà existantes (centres sociaux, bars associatifs, etc.).

Animer ces cours et ateliers dans des structures connues par les habitants au sein de leur quartier permet de « pousser la porte » plus facilement et facilite la communication envers les personnes qui ne sont pas dans les réseaux associatifs ou militants.

Statut : association.

Périmètre d'action : Rhône-Alpes.

Actions/ Réalisations : ateliers d'aide à la réparation d'objets divers (plusieurs fois par mois) ; formations à la réparation des appareils en général et sur le fonctionnement d'un lave-linge.

Mode de financement : ateliers, formations, adhésions (prix libres).

Leurs maîtres-mots : RÉDUCTION DU GASPILLAGE ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; ENTRAIDE ; CONVIVIALITÉ ; MIXITÉ

Site web : www.ateliephemere.org

ATELIER PARTAGE

Depuis 2014, l'atelier partagé a pour but de permettre à toutes et à tous d'apprendre et d'échanger sur la réparation des objets de la vie domestique et sur le bricolage.

L'association met à disposition un atelier où chacun·e peut avoir accès à des outils de qualité, un espace où travailler en toute sécurité et des conseils pour apprendre à bricoler.

Dans la continuité de leur projet, les membres de l'association souhaitent aujourd'hui créer un lieu, un Atelier-Ressourcerie, ouvert à toutes et à tous pour donner, prendre, acheter et échanger des objets, des connaissances et des savoir-faire.

Statut : association.

Périmètre d'action : département des Alpes-de-Haute-Provence.

Actions/ Réalisations : possibilité de venir apprendre à réparer ses objets cassés lors des rencontres réparations mensuelles ; ateliers thématiques pour découvrir les bases d'un domaine (motoculture, plomberie, couture, zéro déchet...) ; prestations en pédagogie du bricolage pour d'autres structures (construction en bois, réparation de vélos...) ; formations pour les particuliers (réparation d'électro-ménager, bricolage à la maison, électricité domestique...) ; mise en relation des adhérent.e.s pour des échanges d'outils, d'objets et des conseils en bricolage.

Mode de financement : subventions ; prestations (les prix dépendent du public, du partenaire et de l'objectif) ; bénévolat.

Leurs maîtres-mots : TRANSMISSION DE SAVOIR ; PARTAGE ; MUTUALISATION ; CONVIVIALITÉ ;

Siège social/adresse : 04 000 Digne les Bains

Tel : 07 77 84 27 84

Contact : contact@atelier-partage.org

Site web : www.atelier-partage.org

Facebook : atelier partage



HEUREUX CYCLEUR

L'Heureux Cycleur est un atelier de réparation et d'auto-réparation de vélos, créé le premier septembre 2018. On peut y apprendre à réparer son vélo soi-même, sans compétences particulières, accompagné par un professionnel du cycle. Cela permet à chacun·e de s'impliquer dans les réparations de son vélo, et donc de mieux connaître son véhicule et être plus autonome. L'atelier met en avant la réparation, réutilisation et le recyclage des pièces en réponse à un mode de consommation excessif.

Statut : SARL.

Périmètre d'action : agglomération valentinoise.

Actions/ Réalisations : l'atelier permet soit de faire réparer son vélo, soit d'apprendre à le réparer soi-même ; dans le cadre de la programmation du Valence Atelier Libre, initiations sur des thèmes précis (groupes de 8 participants, 2 ou 3 fois par mois) ; présence les samedis matins devant la Biocoop de Valence pour la promotion de l'atelier, effectuer des petites réparations à prix libre ; artisanat en lien avec la réduction des déchets (ateliers DIY ceintures en pneu, fabrication de lampes et de porte-clés à partir de pièces recyclées) .

Mode de financement : aide au financement pour le lancement avec une campagne Ulule (1500 € récoltés) ; prix fixe pour les prestations (le mécanicien répare pour le client) ; prix libre et conscient pour l'assistance.

Ses maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; PARTAGE ; RÉDUCTION DU GASPILLAGE

Siège social/adresse : 13 bis rue Montplaisir 26000 Valence

Tel : 07 67 38 15 73

Contact : lheureuxcycleur@gmail.com

Site web : www.lheureuxcycleur.com



L'OSERAIE DU POSSIBLE

L'association « L'Oseraie du Possible » est une invitation à créer du lien en simplicité avec le monde de la vannerie. Depuis 2014, elle regroupe des professionnel·le·s pour mieux continuer sa mission, celle de promouvoir et de vous ouvrir à l'art du tressage de l'osier et des plantes tressables sur toute la France.

L'association promeut une vannerie française, artisanale et responsable et possède une maîtrise entière de la filière : d'une production respectueuse de la nature à une confection unique grâce à un réseau de professionnel·le·s alliant qualités techniques et humaines.

L'Oseraie du Possible s'ouvre à tous les projets dans le lien du partage, de l'échange et de la transmission d'un travail agricole (l'Osiériculture) et artisanal (la Vannerie).

Statut : association.

Périmètre d'action : national.

Actions/ Réalisations : organisme de formation reconnu avec des programmes sur-mesures en osiériculture-vannerie ; stages l'osier-vivant et sur la vannerie sauvage ou d'osier dans plusieurs départements ; spectacle interactif sur l'univers du métier accompagné d'un atelier vannerie pour les enfants ; animations grand public interactives sur des événements ; atelier un Van de Possible à Vallauris (lieu d'exposition et bureau du collectif) ; résidence d'artistes vanniers dans le Var ; équipe spécialisée dans les aménagements paysagers en osier-vivant et sculptures tressées ; fermes osiériques pour la production du saule-osier ; réseau de vanniers professionnels sur toute la France ; projets coopératifs autour de la vannerie pour différentes structures (jardins partagés, milieu du handicap, etc.)

Mode de financement : stages ; animations ; formations ; fabrications.
Prix variables en fonction des demandes.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; LIEN ; PATRIMOINE

Tel : 06 69 32 01 22

Contact : loseraiedupossible@live.fr

Site web : www.oseraiedupossible.fr



L'Oseraie du
Possible

BRICOLERIE



La Bricolerie est une association lyonnaise créée en octobre 2016 ayant pour objet la sensibilisation à la réduction des déchets et de leur impact, ainsi que la revalorisation de matières récupérées, au sein d'une démarche coopérative axée sur la création. Adoptant une démarche collective et coopérative à l'échelle locale, La Bricolerie a, depuis ses débuts, développé des partenariats avec des structures tant publiques que privées de la métropole lyonnaise. Ces partenariats visent la promotion de solutions écologiques concrètes et locales, ainsi que le renforcement de circuits courts de transformation des déchets. L'association est active au sein du réseau d'acteurs de l'économie sociale et solidaire de la ville de Lyon, notamment à travers les activités mises en œuvre à la Maison de l'Economie Circulaire.

Statut : association.

Périmètre d'action : métropole lyonnaise.

Actions/ Réalisations : accompagnements individuels ou ateliers collectifs tournés vers la création d'objets du quotidien à partir de matières récupérées, particulièrement des matières souples (cuir, tissu, bâche...) et de la mercerie (bouton, perle, ruban, élastiques...); engagement dans des initiatives citoyennes lyonnaises de quartier pour la sensibilisation à la réduction des déchets et de leurs impacts.

Mode de financement : ateliers ; partenaires.

Leurs maîtres-mots : RÉDUCTION DU GASPILLAGE ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; PARTAGE ; CONVIVIALITÉ

Contact : bricolerie@gmail.com

Site web : www.labricolerie.fr

Facebook : La Bricolerie Lyon



GRANDE GRAINE

La Grande Graine est une association d'éducation populaire qui contribue au partage et à la promotion du savoir-faire manuel ainsi qu'à l'échange entre différents milieux sociaux et culturels. Pour réaliser son objet, l'association participe à des événements locaux et nationaux, accompagne des initiatives collectives et individuelles en proposant la revalorisation du travail manuel, par le biais de l'outil bois, dans un esprit d'innovation professionnelle, culturelle et écologique. L'association est née en 2011 portée par des bénévoles. Elle se compose aujourd'hui d'un salarié éducateur technique bois, de plusieurs bénévoles et d'un peu près une cinquantaine d'adhérent·e·s participant à nos activités.

Statut : association.

Périmètre d'action : Drôme.

Actions/ Réalisations : interventions sur site auprès de structures associatives, médicales ou sociales pour permettre à un public varié de réaliser des activités manuelles autour du travail du bois (encadrées par un ou plusieurs animateurs) ; stages participatifs autour de la création de jeux, de bijoux, d'objets façonnés en bois ou encore la construction de yourtes ou de fours à pain ; accompagnement de projets individuels ou collectifs dans le cadre d'ateliers participatifs ; formations professionnelles afin de promouvoir le savoir-faire manuel et l'écoconstruction.

Mode de financement : accompagnement à l'auto-construction ; chantiers participatifs ; animations.
Prix selon prestation (ex : animation autour de la construction d'objets en bois 350 € pour 4 h).

Leurs maîtres-mots : TRANSMISSION DE SAVOIR ; ACCOMPAGNEMENT ; TECHNICITÉ ; ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT

Adresse : Quartier La Charlotte 26120 Montmeyran

Tel : 07 83 86 33 98

Contact : contacts@lagrandegraine.fr

Site web : www.lagrandegraine.fr



RECYCOLAURE

Passionnée par les couleurs, les loisirs créatifs et la fantaisie, Anne-Laure joint ses idées à la réflexion sur la planète pour proposer des animations offrant dans un monde complexe une pause, un clin d'œil, et au final un cadeau unique réalisé pour les autres, ou pour soi ... D'où RecycoLaure ! 1 déchet, 1 idée, 1 objet : ateliers et objets en récup' créative. Les domaines explorés comprennent : bijoux, papeterie, accessoires, décoration de la maison et jeux.

Les ateliers RecycoLaure -recyclage créatif- plus précisément « upcycling / surcyclage », ont commencé en 2017. Ces ateliers permettent de partager dans une ambiance bienveillante et sans prise de tête des astuces écolo (matières premières, consommables, outils...).

Statut : auto-entrepreneur (indépendante).

Périmètre d'action : Île de France, étudie individuellement les propositions plus lointaines.

Actions/ Réalisations : ateliers de récup créative (en français ou en anglais) : pour adultes et enfants à partir de 6 ans, pour n'importe quelle occasion auprès d'écoles, entreprise, centres de loisirs, à domicile, lors de stands événementiels ou dans votre endroit préféré (salon de thé, parc...) ; vente d'objets sur commande, en ligne et sur des expo-vente locales.

Mode de financement : ateliers ; ventes d'objets.

Ses maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; LOCAL(E);
INGÉNIEUX(SE)/ ASTUCIEUX(SE)/ MALIN(IGNE)

Siège social/adresse : 91300 Massy

Tel : 06 48 03 27 81

Contact : contact@recycolaure.com

Site web : www.recycolaure.com

Facebook : Recycolaure



RESEAU NATIONAL DES RESSOURCERIES

Le Réseau des Ressourceries est une association au rayonnement national qui regroupe les Ressourceries de France (leurs activités couvrent 6 551 communes au total).

Créée en septembre 2000, cette association résulte de l'ambition commune de plusieurs structures (associations, régies de collectivités territoriales, coopératives...), spécialistes du réemploi et de la réutilisation des objets, de créer un groupement professionnel. Chaque adhérent·e reste autonome dans son fonctionnement.

Elle a pour objet : la synergie des compétences et des moyens, la professionnalisation, le développement, la représentation, la promotion d'initiatives, la formation, la sensibilisation à l'environnement, dans le respect des termes de la charte des « Ressourceries ».

Le développement de l'activité des Ressourceries est régi autour de la protection de l'environnement, le développement d'une économie sociale et solidaire et la coopération pour la mise en place d'un service de proximité pour la réduction des déchets.

Statut : association.

Périmètre d'action : France et territoires d'Outre-Mer.

Actions/ Réalisations : collecte séparative de déchets ménagers encombrants (éléments d'ameublement, équipements électriques, textiles, linge de maison, etc.) et de déchets d'activités économiques ; valorisation (tri, contrôle, nettoyage et réparation) ; vente directe d'objets à faibles prix ; partenariat avec des organismes sociaux ; sensibilisation auprès des usagers des services de collecte, des clients des lieux de vente et des citoyens/ consommateurs sur les problèmes de gestion de déchets et d'environnement.

Mode de financement : ventes réemploi/réutilisation (magasin, internet), ventes de matières, redistributions des éco-organismes (Eco Mobilier, Valdelia, etc.), prestations de collecte, de formation et de sensibilisation ; subventions publiques et aides à l'emploi attribués par des organismes publics.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; ÉCONOMIE ; EXPERTISE ; RÉDUCTION DU GASPILLAGE

Retrouvez une Ressourcerie près de chez vous sur : www.ressourcerie.fr



UN P'TIT VELO DANS LA TETE

Créée en 1994, l'association uN p'Tit véLo dAnS La Tête a pour but de promouvoir l'image et la pratique du vélo comme mode de déplacement quotidien.

Se déplacer à vélo en ville, c'est non seulement facile, peu onéreux, rapide, silencieux et non polluant, mais c'est surtout... agréable ! En organisant des véloparades, des balades nocturnes ou à l'aube, en participant à des événements festifs ou revendicatifs, l'association porte ce message dans la rue. Malheureusement, trop souvent, une roue crevée ou un câble de frein cassé amène le vélo à la cave. Pour y remédier, l'association propose des ateliers d'heureux-cyclage. L'adhérent·e apprend à réparer elle/lui-même son vélo et avance vers la... vélonomie !

Statut : association.

Périmètre d'action : agglomération de Grenoble.

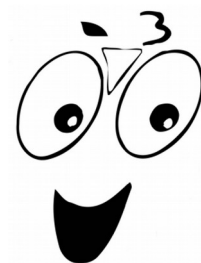
Actions/ Réalisations : ateliers de réparation ; conseils des bénévoles ; accès à un stock de pièces détachées, à des vélos de récupération et à des outils adaptés ; animations.

Mode de financement : autofinancement : prix libre pour les pièces ; prix libre encadré pour l'adhésion (min 20 € 30 € 40 €).

Leurs maîtres-mots : TRANSMISSION DE SAVOIR ; PARTAGE ; SOLIDARITÉ ; ENTRAIDE

Siège social/adresse : 5 bis rue de Londres 38000 Grenoble

Site web : www.ptitvelo.net



VALENCE ATELIER LIBRE

Né de l'envie de partager des savoir-faire et de mettre à disposition un espace et des outils accessibles au plus grand nombre, le Valence Atelier Libre a pris de l'ampleur au fil des années grâce au bouche à oreille. L'association a évolué en fonction des besoins de ses nombreux adhérent·e·s, en proposant également des ateliers sur la mécanique, la soudure, ou encore le brassage ou la fabrication de bière à une variété d'initiations en tout genre (couture, cuisine, réparation de vélos...). Dans la perspective de faire participer le plus de monde dans le loyer, l'échange de connaissances et la proposition de nouveaux projets, les services proposés par le VAL sont à prix libres pour les adhérent·e·s.

Aujourd'hui l'association a créé son programme papier et internet, dispose d'un salarié et a ouvert sa propre matériauthèque.

Statut : association.

Périmètre d'action : Valence et alentours.

Actions/ Réalisations : initiations/ateliers par et pour les adhérent.e.s (15 par mois en moyenne) ; mise à disposition de matériels et de l'atelier ; ouverture d'une matériauthèque.

Mode de financement : Adhésions (25 € par an) ; participation ateliers et utilisation de l'espace mécanique et bricolage (prix libre).

Leurs maîtres-mots : TRANSMISSION DE SAVOIR ; PARTAGE ; MUTUALISATION ; CONVIVIALITÉ

Siège social/adresse : 13 bis rue Montplaisir 26000 Valence

Contact : contact@vatelier.fr

Site web : vatelier.fr



CAP OU PAS CAP

Au printemps 2013, lors d'un voyage à Madrid pour la réalisation d'un documentaire, Jean-Christophe et Raphaël prennent conscience de la capacité des individus à pouvoir transformer leurs modes de vie tout en dessinant les contours d'un nouveau monde possible. De retour à Paris, ils recherchent des alternatives similaires et en trouvent un très grand nombre à Paris alors que celles-ci demeurent largement invisibles pour les habitants. C'est ainsi, que Cap ou pas Cap voit le jour avec l'aide de quatre autres co-fondateurs, dans le but de faire connaître au plus grand nombre, des collectifs d'hommes et de femmes acteurs de leur quotidien.

Cap ou pas cap est une association qui agit pour que le plus grand nombre de citoyens s'engagent dans des actions alternatives qui construisent une société humaine, écologique et solidaire. Elle anime une carte numérique et collaborative des alternatives citoyennes et propose des parcours d'engagement pour que chaque personne qui le souhaite, rejoigne ces actions transformatrices du quotidien ou en crée de nouvelles.

Statut : association.

Périmètre d'action : France entière.

Actions/ Réalisations : informer sur les alternatives citoyennes (animation d'une carte numérique et collaborative des alternatives citoyennes, projection-débat, balade des alternatives, banquet citoyen, etc.) ; favoriser le passage à l'action du plus grand nombre (proposer des parcours d'engagement pour que chaque personne qui le souhaite rejoigne ces actions ou en crée de nouvelles, atelier des envies d'agir, formation à la citoyenneté active et conférence sur l'engagement citoyen).

Mode de financement : subventions publiques et privées.

Leurs maîtres-mots : ACCOMPAGNEMENT ; PARTAGE ; EXPERTISE

Siège social/adresse : 8 rue Changarnier, 75012 Paris

Tel : 06 51 21 87 46

Contact : information@capoupascal.info

Site web : www.capoupascal.info



CATALYSE

L'association Catalyse est née pour répondre à un besoin d'accompagnement technique pour les agriculteur·ice·s qui ont un projet d'autoconstruction lié à l'autonomie énergétique (méthanisation, solaire, etc.). Rapidement le champ d'action s'est élargi pour englober les autres composantes de l'autonomie, comme l'alimentation et la ressource en eau. Les modes d'action de la formation/enseignement et de la sensibilisation ont été ajoutés à l'accompagnement personnalisé des projets. Le public visé a été élargi aux particulier·ère·s, aux projets d'habitat collectif, etc.

Catalyse n'est pas spécialisée sur une technique ou une autre. Elle vise à avoir une vue d'ensemble sur ce qui peut être fait en matière d'autonomie pour orienter au mieux les projets. Ainsi, Catalyse fédère un réseau d'autres associations spécialisées sur une grande diversité de sujets.

Ce Guide de l'Autonomie présente un grand nombre de ressources existantes et disponibles pour quiconque souhaite prendre le chemin de l'autonomie.

Statut : association.

Périmètre d'action : France.

Actions/ Réalisations : accompagnement personnalisé ; stages/initiations/enseignement ; stands de sensibilisation (cantines autonomes) ; conférence gesticulée ; guide de l'autonomie ; réseau.

Mode de financement : prestations de services ; dons.

Nos maîtres-mots : AUTONOMIE ; RÉSEAU ; ACCOMPAGNEMENT ; POLYVALENCE

Siège social/adresse : 13 bis rue Montplaisir 26000 Valence

Contact : contact@asso-catalyse.fr

Site web : <http://asso-catalyse.fr/>



ÉCOCENTRE PIERRE & TERRE

L'association Pierre et Terre œuvre depuis 1997 en faveur du développement des alternatives écocitoyennes et du lien social, par le biais d'informations, d'animations et d'accompagnements de projets notamment sur l'habitat sain et l'assainissement écologique. Elle travaille sur la mise en place d'un mode de vie basé sur l'autonomie de chacun et l'interdépendance entre les Hommes. Sur un site de plus de deux hectares, l'écocentre est reconnu comme centre de ressources pour le développement. À la fois durable, performant et démonstratif, avec un bâtiment bioclimatique, autonome en eau et en énergie, il est conçu avec des matériaux sains, écologiques et locaux, ainsi qu'une gestion différenciée favorisant la biodiversité (mare, haies, jardins des simples...) et des toilettes sèches. L'Ecocentre a également le statut de Centre Social, pour développer ses actions pour lutter contre la précarité énergétique et renforcer l'inclusion sociale.

Statut : association.

Périmètre d'action : Gers et départements limitrophes.

Actions/ Réalisations : informations, conseils et ateliers (gratuits).
Environ 10 000 personnes touchées chaque année, de tout âge et de tout profil :
plus de 250 familles bénéficient d'un accompagnement sur leurs projets de toilettes sèches, d'assainissement non collectif, de rénovation ou de construction écologique et plus de 90 rendez-vous tout public sont proposés sur la consommation responsable, le jardin, l'habitat, la biodiversité... dans une dynamique d'échanges de savoir et de savoir-faire.

Mode de financement : accompagnement de projets personnalisés (220 € - gratuit sous conditions) ; animations jeunes publics (en réponse à des appels à projets) ; financements publics (Région Occitanie, CAF du Gers, DREAL Occitanie, Conseil départemental du Gers, PETR du Pays du Val d'Adour, Parc National des Pyrénées, Communauté de Communes Armagnac Adour).

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; ACCOMPAGNEMENT ; SOCIAL(E)

Siège social/adresse : Route de Saint Mont, 32400 Riscle

Tel : 05 62 69 89 28

Contact : pierreetterre.communication@orange.fr

Site web : www.pierreetterre.org



CO-FORMATIONS PAYS DE LA LOIRE

L'EFPL a pour rôle de transmettre durablement, au plus grand nombre, des savoirs et savoir-faire (apprendre à faire soi-même ou faire « autrement ») sur des métiers et/ou activités ayant en commun le respect de l'environnement. Grâce à l'échange dans l'équité et la solidarité, elle permet à chacun de retrouver de l'autonomie.

Ce projet est né d'une volonté locale de créer en région Pays de la Loire une association de formations spécialisées dans les métiers et savoir-faire traditionnels et écologiques, accessibles à toutes et à tous (activités autour du bâti, de la vie au naturel, de la cuisine et des produits naturels...)

Les formateurs sont des professionnels passionnés, travaillant prioritairement dans la région Pays de la Loire, et qui intègrent déjà dans leur mode de travail une démarche responsable envers l'humain et l'environnement.

Statut : association.

Périmètre d'action : Pays de la Loire.

Actions/ Réalisations : stages et formations pour particuliers et professionnels *via* la mise en œuvre de pratiques respectueuses de l'humain et de l'environnement par l'apprentissage et la réappropriation de savoir-faire afin de redonner à tous de l'autonomie : fabrication de bière bio, potager au naturel, ateliers apiculture, etc. (le nombre de stages varient chaque semestre en fonction des formateurs) ; parcours de « partage de savoir-faire entre non professionnels » (gratuit).

Mode de financement : prix en fonction du matériel utilisé, de la location de salle (si nécessaire), et de la durée du stage ; rémunération valorisant le savoir-faire du formateur et lui permettant de maintenir une activité pérenne, dont l'EFPL prend une partie pour le travail effectué autour du stage.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; PARTAGE

Tel : 07 82 06 86 60

Contact : association@eco-formation.org

Site web : <http://eco-formation.org>

Facebook : EFPL





Depuis 2005, l'association GESPER (Gestion de Proximité de l'Environnement en Région) promeut et aide au développement de pratiques individuelles et collectives plus respectueuses de l'environnement et plus solidaires, notamment dans les domaines de la gestion des déchets, du compostage et de l'eau.

Son activité se décline en deux volets complémentaires : actions d'intérêt général (information, formation, édition de guides techniques et méthodologiques) et prestations de services d'expertises techniques et d'accompagnement de projet.

Elle porte et encourage des projets innovants vecteurs de changement, favorisant les dynamiques locales et solidaires.

Statut : association.

Périmètre d'action : local, régional et national (en fonction des actions).

Actions/ Réalisations : activité d'expertise et activité orientée vers le grand public : ateliers d'auto-construction de toilettes sèches organisés en partenariat avec l'association l'Atelier Partagé ; distributions gratuites de kit hydro-économes permettant aux habitants du territoire de réaliser des économies d'eau ; animation d'un défi « familles zéro déchet » avec divers ateliers pratiques (apprendre à faire soi-même ses cosmétiques, à utiliser un composteur...) ; animation d'une plateforme web de troc et de dons de fruits et légumes pour particuliers (www.stopgaspi04.fr) ; animation de projets locaux visant à créer des plateformes de compostage de quartier.

Mode de financement : prestations réalisées ; subventions.
En règle générale, les activités proposées en direction du grand public sont gratuites.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; RÉDUCTION DU GASPILLAGE ; PARTAGE ; EXPERTISE

Adresse/ Siège social : 6 rue Lavoisier 04000 Digne les Bains

Tel : 04 92 34 33 54

Contact : contact@gesper.eu

Site web : www.gesper.eu



MOBILAB SONGO



En 2015, à la suite de leurs études, Romane et Anton ont commencé par construire un camion en bois pour partir à la rencontre de collectifs qui expérimentent le faire et vivre ensemble. À l'automne 2016, ils réalisent une campagne de financement participatif pour acheter un parc matériel (qui appartient à la Scope) qu'ils utilisent lors de leurs formations et ateliers en participation libre.

En 3 mots leur projet c'est : vivre, transmettre et relier.

Vivre l'autonomie à travers la recherche et l'expérimentation, transmettre des modes de vie autonomes, libres, écologiques et solidaires à travers des animations et de la documentation et relier les différents acteurs des transitions en créant un réseau.

Statut : projet indépendant (en lien avec une association : la Scope).

Périmètre d'action : France et pays limitrophes.

Actions/ Réalisations : ateliers ; projections débats ; formations ; jeux d'éducation populaire ; interventions en milieu scolaire ; documentation en ligne via différentes webséries (Youtube et tutos sur lowtechlab.org).

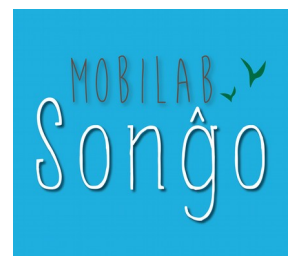
Mode de financement : participation libre pour les animations en présentielle ; financement *via* don régulier pour la documentation en ligne.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; PARTAGE ; OUVERT(E) ; SOLIDARITÉ ; POLYVALENCE ; LIBRE DE DROIT

Contact : contact@mobilab-songo.com

Site web : <http://mobilab-songo.com>

Youtube : Mobilab Songo



RÉSEAU AUTONOMIE CREST

Créé par un groupe d'habitants en novembre 2016, ce réseau relie dans la région de Crest de multiples activités et groupes autonomes avec comme objectif de créer localement une société soutenable (socialement et écologiquement), coopérative, solidaire et réellement démocratique. Ces activités permettent de retrouver de l'autonomie dans la vie quotidienne par le partage et l'action collective. Le réseau est rejoint par un média participatif web et papier **RICOCHETS**.

Irrigué par ces « valeurs » communes, chaque groupe (collectif, association) est autonome et décide de ce qui le concerne. Le Réseau définit un cadre général, un horizon, permettant de relier les diverses initiatives.

Statut : réseau.

Périmètre d'action : région de Crest, parfois au-delà.

Actions/ Réalisations : arbres fruitiers plantés en hiver 2016 et 2017 et présence sur des marchés (par le groupe plantations & jardins) ; lancement du groupement d'achats Le Millepattes, d'un groupe d'arts graphiques AAARG et d'ateliers d'auto-construction partagés (séchoir et four solaire) ; jardin collectif (selon les principes de la permaculture) et visite de ce jardin et des plantations d'arbres fruitiers ; média local Ricochets (800 abonnés à la lettre d'info) avec numéros papiers tirés à 500 exemplaires, vendus notamment sur les marchés de Crest.

Mode de financement : ricochets papier (vendu à prix libre) ;
caisse prix libre avant plantations (pour acheter les arbres).

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT; PARTAGE ; GRATUITÉ ; ALTRUISME ;
ENTRAIDE ; MUTUALISATION ; CONVIVIALITÉ ; LIBRE DE DROIT

Site web : reseau-autonomie-crest.cc



YAPLUKA, Crussol en transition

L'association est née en avril 2017 du travail d'une équipe suite à la projection du film «DEMAIN» de Cyril Dion et Mélanie Laurent. Elle siège à Saint Peray et accueille toutes les bonnes volontés du Pays de Crussol.

Yapluka, Crussol en transition a pour objet de promouvoir la transition énergétique, écologique, sociale, solidaire, personnelle et collective sur ses territoires en toute indépendance et en étroite coopération avec tous les groupes, mouvements, collectivités territoriales et structures associatives ayant le même but.

Statut : association.

Périmètre d'action : communauté de communes Rhône Crussol.

Actions/ Réalisations : travail en 6 groupes autonomes :
groupe alimentation, consommation, déchets : produire plus local, d'une manière respectueuse de l'environnement, consommer équitablement sans détruire la planète ;
groupe énergie : économiser et produire de l'énergie pour aller vers l'autonomie du territoire ; groupe citoyenneté : diffuser les travaux de Yapluka, être à l'écoute des citoyens, créer du lien social ; groupe déplacements : se déplacer d'une manière plus écologique ; groupe compostage : apprendre à faire du compost ; groupe agriculture : soutenir les acteurs de l'agriculture en transition.

Chaque groupe se réunit en moyenne 1 fois par mois ainsi que le CA assurant le lien entre les groupe.

Ateliers, réunions d'informations, conférences et projections de film.

Mode de financement : cotisations et participations aux frais des conférences et projections ; aide matérielle importante de la mairie (mise à disposition gratuite): salles de réunions et salles de conférence.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; ÉCONOMIE ; DÉVELOPPEMENT ; COMMUNAUTÉ ; CONVIVIALITÉ ; ALTRUISME ; PARTAGE ; POLYVALENCE

Siège social/adresse : Le CEP du Prieuré, place L.A.Faure 07130 Saint Peray

Contact : yapluka07@orange.fr

Tel : 04 75 40 49 96

Site web : <http://yapluka07.org>



LA MAISON AUTONOME

Hameau du Ruisseau

Depuis 1976, Brigitte et Patrick Baronnet expérimentent un autre mode de vie et amorcent l'idée que le changement passe par l'audace de s'approprier son quotidien et de produire sa propre consommation : en utilisant les énergies renouvelables, la pluie pour l'eau sanitaire et potable, le jardin pour une nourriture à faible empreinte écologique, en recyclant la majorité des déchets, pour partager sans polluer, les ressources de la Terre.

Après avoir expérimenté pendant 30 ans un nouveau mode de vie à l'échelle familiale, ils ont poursuivi l'aventure à l'échelle d'un hameau. La maison autonome et l'écohameau sont un laboratoire de vie et un ensemble de techniques qui rendent autonomes et qui proposent une réelle alternative au monde occidental, sur le plan concret et sur l'ouverture d'esprit.



Lieu : Moisdon-la-Rivière (Loire-Atlantique)

Actions/ Réalisations : activités proposées sur les lieux (près de 40 000 visiteurs depuis sa création) :

visites, accueil des scolaires, stagiaires, woofers ;

journées : projets de vie, projet de maison ;

séminaires : autonomie/écologie ;

stages de fabrication : éolienne Piggott, paille/terre.

Création de l'écohameau ; 5 écofestivals qui se sont succédés

tous les 2 ans ; ouvrages pour aider les personnes à faire le pas

vers un changement de mode de vie personnel ; conférences.

Leurs maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; ÉCONOMIE ; CONVIVIALITÉ ; PARTAGE ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; TECHNICITÉ ; POLYVALENCE

Tel : 07 81 54 24 55

Contact : maison.autonome@orange.fr

Site web : heol2.org

LA MAISON AUTONOME de Marc Gironce

Marc Gironce avait une grande maison conventionnelle ainsi qu'un terrain avec hangars et bureaux pour son entreprise mais a décidé de tout vendre afin de réaliser un vieux rêve : une maison autonome à la campagne. En parcourant la bibliothèque de l'espace info énergie de Rennes, en s'abonnant à des magazines spécialisés (La Maison Écologique, Silence et Habitat Naturel...) et en participant à des chantiers ouverts, il a pu façonner son projet et avancer progressivement dans sa réalisation.

Marc habite dans sa maison depuis 2009, et bien que les travaux ne soient pas encore terminés, il profite déjà d'une autonomie en eau (eau chaude également) et en électricité et n'est raccordé à aucun réseau hormis au réseau téléphonique pour le téléphone et internet. Dans une philosophie de décroissance soutenable, son projet s'accompagne de certaines démarches personnelles dans la vie quotidienne (économie d'énergie, équipement basse consommation...)



Lieu : Priziac (Bretagne)

Actions/ Réalisations : gestion du blog maisonautonome.com (partage de l'avancement de son projet, de conseils et expériences avec un forum qui permet à tout le monde de contribuer) ; petit manuel d'autonomie électrique (panneaux photovoltaïques et batteries 12 V à 25 €) ; formateur pour des stages d'installation 12 V autonome photovoltaïque ; conférences/témoignages sur l'autonomie.

Ses maîtres-mots : ÉCOLOGIE/ENVIRONNEMENT ; RÉDUCTION DU GASPILLAGE ; TRANSMISSION DE SAVOIR ; PARTAGE ; MUTUALISATION ; ENTRAIDE

Contact : manuelautonomie@gmail.com

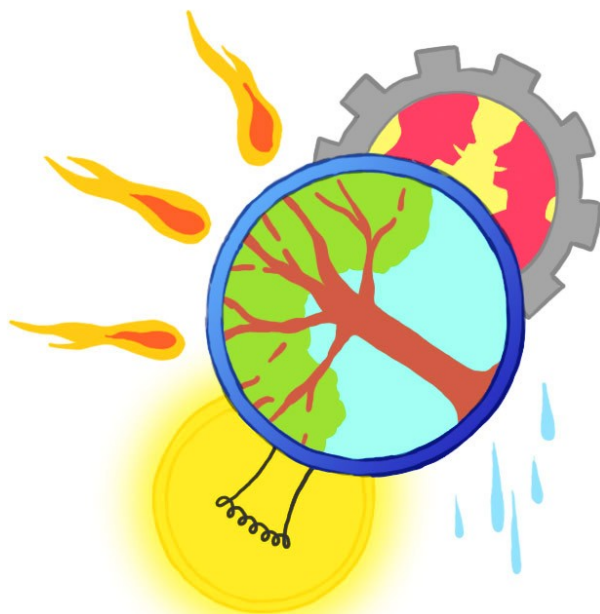
Site web : www.maisonautonome.com

Ceci est la version PDF du guide de l'autonomie écologique. Nous vous invitons à faire un don à notre association sur notre site www.asso-catalyse.fr afin que nous puissions continuer nos actions, développer et améliorer cet ouvrage.

L'autonomie peut s'appliquer dans des domaines vastes et variés. Il peut s'agir des ressources, de l'habitation, de l'énergie, de l'alimentation ou encore des savoir-faire. Cet ouvrage vous propose des techniques, des pratiques, des réalisations, et des conseils vous permettant de devenir autosuffisant·e dans ces différents secteurs ainsi qu'un annuaire d'acteurs pouvant vous aider et vous accompagner dans votre démarche.

Vous souhaitez apparaître dans la prochaine édition du guide ou participer à son élaboration ? N'hésitez pas à nous contacter *via* **contact@asso-catalyse.fr**

Retrouvez également toutes nos actualités sur notre site internet **www.asso-catalyse.fr**



Avril 2019