



**Journée Simplicité Volontaire**  
**Comment apprendre à vivre**  
**plus simplement pour vivre mieux**  
**Dimanche 27 septembre 2009**

**Détail des activités :**

La régionale namuroise des Amis de la Terre-Belgique organise sa première journée consacrée à la Simplicité Volontaire.

Stands d'information, ateliers créatifs, animations pour enfants, conférences, participation à des groupes de SV et rencontre entre groupes de SV déjà constitués sont au programme.

D'organisation modeste afin d'en évaluer le succès, elle deviendra peut-être dans les années qui viennent un rendez-vous incontournable de tous ceux qui rêvent d'une autre vie ; plus simple mais meilleure.

Il nous est aujourd'hui absolument impossible de prévoir le succès de cette journée : s'il venait à dépasser toutes nos espérances, nous solliciterons votre indulgence pour le manque de confort et les frustrations qui pourraient en résulter.

Merci d'avance...

**Contacts et renseignements**

**Les Amis de la Terre au 081/401478**  
**Marcel Guillaume : 081/214969 ou 0476/779815**

<b>Conférences</b>			
<b>Thèmes</b>	<b>Conférencier/ animateurs</b>	<b>Horaires</b>	<b>Durée</b>
<p><b>Présentation générale de la simplicité volontaire "un chemin à contre-courant pour vivre mieux"</b></p> <p>Pour adultes et adolescents</p>	<p>Emeline de Bouver Marc Van Damme</p>	<p>10h00 14h15</p>	<p>45'</p>
<p><b>Des groupes de simplicité volontaire : pourquoi, pour qui et comment ?</b></p> <p>Les Amis de la Terre ont mis sur pied plus de 30 groupes en région francophone et ce nombre ne cesse de croître. Qu'y fait-on et comment fonctionnent-ils ?</p> <p>Après cette conférence, nous proposerons à ceux qui le désirent de participer à un échange tel qu'il se pratique dans les groupes de Simplicité Volontaire. Si les candidats sont assez nombreux, nous pourrions alors vous accompagner pour la création d'un groupe dans votre région.</p> <p>Pour adultes et adolescents</p>	<p>Ezio gandin Dominique Masset</p> <p>Animateurs de groupes de SV existants</p>	<p>11h00 15h15</p> <p>12h00 16h15</p>	<p>45'</p> <p>60'</p>
<p><b>Décroissance économique soutenable et Villes en Transition</b></p> <p>Quand la sobriété devient collective et désirable : des villes en transition à la décroissance économique volontaire soutenable</p> <p>Pour adultes et adolescents</p>	<p>Ezio Gandin</p>	<p>14h15</p>	<p>45'</p>

## Ateliers organisés à heures fixes et nécessitant une réservation à l'accueil

Thèmes	Conférencier/ animateurs	Horaires	Durée
<p><b>Concevoir et préparer une assiette de fête végétarienne pour moins de 2€ à partir de produits locaux et de saison.</b></p> <p>Groupe de 14 personnes maximum. PAF : le prix du repas confectionné : maximum de 2 €.</p> <p>Pour adultes et adolescents</p>	<p>Dom Xhervelle JM Schmitz</p>	<p>11h00 15h00</p>	<p>1h30</p>
<p><b>L'Atelier d'expression créatrice « Collages » vous invite à "laisser parler les petits papiers", à les découper, les plier, les chiffonner, les déchirer, à découvrir et à exprimer ce qu'est la simplicité volontaire pour vous...</b></p> <p>L'atelier se compose d'un temps de production et d'un temps de parole. Loin de tout jugement, l'espace-temps proposé favorise la spontanéité créatrice de chacun. Sur le thème de la SV -</p> <p>pour adultes et adolescents</p> <p>Groupe de 12 personnes maximum.</p>	<p>Betty Pardaens Animatrice INSU</p>	<p>11h00</p>	<p>2h00</p>
<p><b>Ecriture de toutes les couleurs</b></p> <p>Par des jeux d'écriture et par les "Photos mots de passe" nous découvrirons ou</p>	<p>Eliane Henry de Frahan</p>	<p>15h30</p>	<p>1h30</p>

<p>redécouvrirons le plaisir de coucher des mots sur la page blanche, de les dire et d'écouter ceux des autres participants.</p> <p>Pour adultes et adolescents</p> <p>Groupe de 12 personnes maximum.</p>			
<p><b>Apprentissage des gestes écologiques au quotidien</b></p> <p>Pour les enfants.</p> <p>Groupe de 9 enfants maximum.</p>	Anne-Marie	10h00 11h30	1h00
<p><b>Atelier d'expression créatrice "OEUVRE COLLECTIVE" vous propose de relier l'individuel au collectif et de transformer quantité d'objets et de matières en autant de simplicités volontaires.</b></p> <p>L'atelier se compose d'un temps de production et d'un temps de parole. Loin de tout jugement, l'espace-temps proposé favorise la spontanéité créatrice de chacun.</p> <p>A l'aide d'objets de récupération - pour enfants, adolescents et adultes</p> <p>Groupe de 12 personnes maximum.</p>	Geneviève Deschuyteneer Animatrice ( INSU)	14h15	2h00
<p><b>Ateliers organisés à heures fixes et ne nécessitant pas de réservation</b></p>			
<p><b>De jolis contes pour tous qui se déclineront à l'ombre des grands arbres si la météo nous l'autorise.</b></p>	Dominique Bernard	11h00 14h15	45'

<p><b>Atelier Afrique</b></p> <p>« Et si l'Afrique était riche de ces richesses auxquelles notre recherche de simplicité aspire ? » Une heure de réflexion introduite par Michel Ansay et Jean Fabry</p> <p>Trois parties :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. La SV : que recherchons-nous ?</li> <li>2. La pauvreté en Afrique. Une réalité à décoder.</li> <li>3. Et si l'Afrique était riche des richesses auxquelles nous aspirons ?</li> </ol> <p>Pour adultes et adolescents</p>	<p>Michel Ansay Jean Fabry</p>	<p>15h15</p>	<p>1h00</p>
<p><b>Christian Arnsperger présente son dernier livre "ETHIQUE DE L'EXISTENCE POST-CAPITALISTE" (Éd. du Cerf)</b></p> <p>Docteur et agrégé en sciences économiques, Christian Arnsperger est maître de recherche au FNRS et professeur à l'UCL. Il y poursuit ses recherches sur l'éthique existentielle de l'économie et sur les alternatives à l'aliénation capitaliste. Secoué par des crises de plus en plus profondes et inscrites dans sa logique même, le capitalisme ne cesse de nous surprendre à la fois par son absurdité et par sa capacité à perdurer. La réponse, nous dit l'auteur, se situera dans un véritable sursaut citoyen. Pour faire advenir l'après-capitalisme, il s'agira de s'orienter d'après de nouveaux principes de vie, de repenser profondément la social-démocratie en inaugurant une vision "communaliste" de l'économie, et de créer de nouvelles "communautés existentielles critiques", tout en promouvant une triple éthique: simplicité volontaire, redistribution radicalement égalitaire et démocratisation profonde. Le tout sur fond d'une nouvelle (et en même temps très ancienne) façon de vivre et de porter l'existence, la fragilité, la souffrance. Changement collectif et changement personnel doivent aller de pair; espérer avoir l'un sans l'autre serait une illusion.</p> <p>Pour adultes et adolescents</p>	<p>Christian Arnsperger</p>	<p>11h00</p>	<p>1h00</p>

## Stands accessibles librement pendant leurs heures d'ouverture (9h30 - 17h00)

<p><b>Toilettes sèches où comment poser un geste écologique fort.</b></p> <p>Pour adultes et adolescents</p>	Micheline Liard		
<p><b>"Construire avec du bois-papier-ficelle, ou comment s'amuser sans TV ni jeu vidéo à la maison"</b></p> <p>Pour enfants</p>	Louis et Florence Golard		
<p><b>L'eau de pluie : comment la récolter, l'utiliser dans nos maisons ?</b></p> <p>Expo de matériel et conseils permanents par un utilisateur.</p> <p>Pour adultes et adolescents</p>	Vincent Golard		
<p><b>Les alternatives aux produits d'entretien classiques.</b></p> <p>Comment entretenir sa maison avec quelques produits de base bon marché ?</p> <p>Pour adultes et adolescents</p>	Micheline Liard		
<p><b>Compostage et potager</b></p> <p>Des questions sur votre potager, vos petits élevages, votre compost ? Un amateur éclairé vous répond.</p> <p>Pour adultes et adolescents</p>	Jacques Moise		

## Stands accessibles librement pendant leurs heures d'ouverture (voir dans le texte)

<p><b>Le miracle des graines germées.</b></p> <p>Pour adultes et adolescents</p>	<p>André Foguene</p> <p>(de 14h15 à 17h00)</p>		
<p><b>Un coin lecture simplificateur.</b></p> <p>Confortablement installé, vous pourrez feuilleter toute une série de publications sur le thème de la Simplicité Volontaire.</p> <p>Pour adultes et adolescents</p>	<p>Simone Van Even</p> <p>(de 14h15 à 17h00)</p>		
<b>Autres activités</b>			
<p><b>Evaluation de la journée</b></p> <p>Consacrer quelques instants à faire le point de la journée. Des panneaux seront à votre disposition pour y faire un commentaire, une suggestion .....</p>		17h00	
<p><b>Fin en musique</b></p> <p>Trois musiciens du groupe «Berwette» animeront un bal folk et vous apprendront la gigue, la bourrée, le scottish ... et bien d'autres danses encore.</p>		17h30 à 19h00	

## Services divers

### **Garderie gratuite**

Assurée pour les enfants de 0 à 5 ans, dès 9h30 et jusque 17h30.

**Les sanitaires disponibles sur place seront constitués de toilettes sèches.**

### **Parking vélo.**

Vous pourrez y déposer votre vélo en toute sécurité.

### **Parc et plaine de jeux.**

Promenade en plein air, repos sur l'herbe ou plaines de jeux avec les enfants.....accessibles librement.

## Conseils pratiques:

### Adresse du jour :

Espace Kegeljan : découverte de l'endroit : <http://www.espacekegeljan.be/>  
Entrée par la rue Henri Lecocq - vaste porte cochère qui sera fléchée et signalée

### Objectif : « déchets zéro »

Notre objectif est de faire de cette journée, une journée sans production de déchets. Soyez donc attentifs au choix de vos emballages, de vos moyens de locomotion ...etc.

### Météo

Un grand nombre d'activités se fera sous tente dans la cour intérieure du bâtiment. Prévoyez des vêtements chauds si nécessaire.

### Pour nous rejoindre :

2 km à pied au départ de la gare de Namur pour les piétons et les cyclistes.  
Voir la carte Michelin pour le trajet Namur (Avenue de la Gare) - Salzinnes ( Rue Henri Lecocq). Attention , cette rue est à sens unique.

Par les transports en commun :

Au départ de la gare de Namur : ligne n°5

Départ : quai A ( à droite en sortant de la gare des trains ) . Un autobus toutes les 15 minutes. Descendre à l'arrêt « Clinique Ste Elisabeth » et prendre la rue Henri Lecocq.

Retour : à l'arrêt « Clinique Ste Elisabeth ». Bus toutes les 15 minutes, le dernier à 21h18. Arrivée à Namur au quai D2 à 100m de la gare.

Durée du trajet : 13 minutes

Coût du trajet : 1.30€

### **Participation aux frais :**

Afin de ne pénaliser personne, nous faisons le pari de la confiance et laissons le choix du prix d'entrée à l'appréciation de nos visiteurs. Une urne sera déposée à l'entrée dans la tente accueil. Chacun fera selon ses moyens. Le prix d'organisation de la journée sera affiché à l'accueil et le solde non couvert vous sera communiqué dans le courant de l'après-midi.

Cette journée se voudrait neutre au niveau du bilan financier afin de nous permettre de rééditer l'aventure les années prochaines.

Si, par miracle, des bénéfices devaient être dégagés, ils seraient affectés à une future organisation.

### **Inscription aux ateliers.**

La tente accueil sera ouverte dès 9h00. L'inscription aux ateliers se fera au fur et à mesure des arrivées. Beaucoup d'ateliers ont un nombre de participant limité. Si votre choix se porte sur un de ceux-ci, nous vous conseillons de venir tôt.

De nombreux stands seront ouverts dès 9h30.

## Le repas

### De 13h00 à 14h00

Le principe de l'auberge espagnole : chacun apporte un ou plusieurs plats qu'il aura confectionnés avec des aliments de qualité (productions locales, de saison, bio si possible mais non obligatoire). Ces aliments sont emballés dans un récipient récupérable et qui puisse se fermer aisément. Les aliments non consommés vous seront rendus dans leur récipient d'origine ou distribués si vous ne souhaitez pas les récupérer.

Le choix du plat est laissé à l'appréciation de chacun : salades, riz, pain, desserts, sauces, pâtés divers..... La présence de la viande n'est pas souhaitée.

Toutes ces merveilles alimentaires seront déposées à l'accueil, mises au frais si nécessaire et partagées entre tous pendant le repas de midi qui sera mis en place par un groupe de bénévoles. Des boissons (bières artisanales ou bio, jus de fruits bio, eau gratuite, eau + sirop ... ) seront disponibles sur place mais payantes.

La vaisselle est également disponible sur place mais nous invitons les personnes qui pourraient emporter la leur à le faire. En cas de succès inespéré, nous risquons de manquer de matériel.

### Animation musicale

Notre but n'étant pas d'organiser une journée austère mais au contraire pleine de convivialité et festive, nous la terminerons en musique avec 3 musiciens d'un groupe de musique folk qui nous feront danser entre 17h30 et 19h00.

Pour la pause repas de midi, chaque participant musicien est invité à emporter son instrument et nous faire profiter de son talent.