

# Forum Ouvert TNT Colibris Toulouse

12 mai 2012  
MURET

*Comment concrétiser, autour de nous,  
nos projets et nos idées de changement, nos rêves et nos utopies ?*

Recueil des rapports  
de discussion

## ***Liste chronologique des rapports de discussion***

Germain LE BRUN	Comment créer un jardin partagé vivrier local ?
Caroline DELOR	Comment aider les gens à être plus autonome dans leur santé ?
Laurence MASSERON	Les relations humaines
Jean-Marie DAMAS	Instaurer un revenu de base
Loïc MARTIN	Travailler sa résilience, en particulier à travers le recyclage.
Commun (Michèle ATTALLAH, Claire SPANEVELLO,...)	Le partage

## ***Comment créer un jardin partagé vivrier local ?***

Ce qui existe déjà :

- Les pavillons sauvages
- La chapelle
- Mouvement Jardin sur le toit
- Site Shamengo
- Mairie propose des jardins partagé par quartier: adhésion annuelle dérisoire
- Ekovore
- A.E.R.A
- Ajirs
- La Reynerie
- Jardinspartagés.com

Il a été décidé de participer à ce qui existe déjà plutôt que d'initier autre chose...

# ***Comment aider les gens à être plus autonome dans leur santé ?***

## **Constats généraux :**

Une majorité de personnes se sentent perdues, désorientées, persécutées et désinformées dans le système de santé actuel .

Par manque de connaissances et d'écoute de soi, on s'en remet totalement à l'autre, au docteur ou au praticien, et de ce fait on se désintéresse de sa santé...

On donne donc une part de responsabilité à l'autre.

Comment aider un individu à retrouver sa propre responsabilité, sans le culpabiliser d'être malade ?

Se soigner prend du temps... du temps d'écoute, du temps pour s'informer, du temps d'actions, du temps de résultats...

Pour traiter les causes des maladies cela induit le changement de certains modes de vie.

L'accès à l'information relative aux différentes médecines est couteuse et dispersée, par internet on trouve de tout et il est difficile de discerner .

Il y a beaucoup de profits qui sont réalisés dans tous les domaines de la santé et du bien être.

Les gens ont l'impression qu'ils ne payent pas les soins avec le système de sécurité sociale, il est difficile par la suite de payer d'autres soins qui ne rentrent pas dans ce fonctionnement .

La connaissance de soi, de la physiologie, du sentir ne fait pas partie du programme de l'éducation nationale.

La relation patient/thérapeute est à redéfinir des 2 cotés.

## **Réflexions positives:**

Retrouver la santé ou se maintenir en santé, doit se faire à 2, dans l'authenticité de la relation patient / thérapeute.

Être plus indépendant et apprendre à discerner ce qui est bon ou pas pour chacun.

Besoin de sortir du financier pour être dans la générosité et le partage du savoir.

Apprendre à se connaître et s'écouter pour se diriger vers le soin adapté et nécessaire à la demande du corps et de l'esprit.

(.../...)

# *Comment aider les gens à être plus autonome dans leur santé ?*

Rendre le soin accessible à tous.

Accepter les médecines alternatives et ne pas dénigrer la médecine allopathique.

Créer des ponts entre les différentes médecines et thérapies , pour de meilleurs résultats.

Répertorier les initiatives existantes.

Sensibiliser les enfants, passer par l'éducation scolaire et parentale.

## **Propositions d'idées et d'actions:**

Proposer un forum ouvert sur le thème de la santé, rassemblant des professionnels ainsi que tout public intéressé par le sujet, afin de partager les connaissances avec générosité et pas dans l'objectif de défendre sa discipline ou sa méthode, échanger sur les difficultés rencontrées du côté des patients et du côté des médecins praticiens, trouver des solutions ensemble avec ceux qui se sentent concernés...

Organiser des conférences débats gratuites proposant la découverte de diverses disciplines, thérapies ou médecines, à titre d'information pure, avec des praticiens soucieux de ne pas générer de profits par la suite comme par exemple vendre des livres ou des formations à la clé (car cela existe déjà).

Créer un lieu d'accueil et d'échange, ayant pour but d'informer et conseiller le public.

Proposer des ateliers dans les écoles pour développer l'écoute de soi, la conscience du corps (en s'adaptant au budget des écoles).

Proposer des journées ateliers découverte gratuits ouvert à tous, regroupant diverses techniques de santé et de bien être, pour essayer et se faire une idée.

## **Conseils:**

Privilégier la qualité de communication pour éviter les interprétations sectaires.

Attention aux ateliers avec les enfants ou il y aurait du toucher car c'est un terrain sensible pour les parents.

Faire en sorte de bien respecter le code de déontologie du conseil de l'ordre des médecins.

# ***Les relations humaines*** ***ou " Comment passer d'une société et de rapports humains,*** ***faits d'agressivité et de concurrence*** ***à des relations plus respectueuses, de co-construction,*** ***de coopération, de vraie collaboration. "***

## **Notre constat :**

Nous sommes partis du constat que le monde de l'entreprise et les relations entre les salariés génèrent de plus en plus de souffrances ; et tellement de mal-être et d'insatisfactions, que certains envisagent de quitter des postes pour lesquels ils sont malgré tout en adéquation, du point de vue des valeurs et des compétences.

D'autres racontent les entretiens de recrutement qu'ils ont dû subir, et l'agressivité qu'ils ont dû affronter.

Certains témoignent d'une extrême violence dans les relations humaines en entreprise.

La compétitivité d'une entreprise peut-elle exister, sans ces attitudes d'agression ?

Notre monde a besoin de plus de douceur, et de coopération.

En participant ainsi à la destruction des communautés, nous touchons au fondement du bien être social, économique et spirituel.

## **Notre rêve :**

Ré-Apprendre à vivre ensemble, et ne pas considérer que l'autre est un ennemi sous prétexte qu'il est différent, qu'il pense ou agit différemment

Passer d'une logique d'affrontement à une logique d'ouverture, d'accueil, d'écoute, d'enrichissement par les différences,

Remettre du collectif dans nos vies, dans celles des entreprises, et aussi de nos cités, de nos quartiers, et des partages dans le collectif.

Être Reliés aux autres autour de projets communs.

Développer nos qualités d'attention et d'intention.

Nous avons essayé d'identifier certaines causes :

- Une éducation basée sur la compétition

la compétitivité est un modèles inculqué dès l'enfance, à l'école, ou il faut être le meilleur de sa classe, dans l'enseignement supérieur ensuite, où les places sont chèrement acquises (concours)

un monde individuel et individualiste

(.../...)

***Les relations humaines***  
***ou " Comment passer d'une société et de rapports humains,***  
***faits d'agressivité et de concurrence***  
***à des relations plus respectueuses, de co-construction,***  
***de coopération, de vraie collaboration. "***

- Dans l'entreprise ceux qui « réussissent » sont souvent ceux qui savent « dire » ce qu'ils font (bien !), savent se valoriser, se vanter, au détriments des collaborateurs, parfois en les écrasant, souvent en manipulant ou en agressant pour culpabiliser et surtout rejeter les responsabilités des erreurs.

- autres causes :

L'organisation de la structure et l'exemplarité du dirigeant, sa façon de fixer des objectifs communs, et de s'appuyer sur les compétences de chacun, mutualiser les forces et la variété des atouts de chacun, comme le ferait un chef d'orchestre

La peur de l'autre, certains se croient menacés, se « font des films », interprètent, alors la meilleure réaction semble pour eux, être l'attaque.

**Nos solutions :**

1 / RALENTIR, pour permettre de prendre le recul nécessaire, être en conscience, être présent.

RESPIRER, pleinement.

Développer notre richesse intérieure, prendre un moment pour soi, en paix, pour objectiver et décider en conscience.

PENSER, individuellement.

CREER des espaces de discussion.

DIRE, se parler, s'écouter, recréer des espaces de paroles dès qu'une difficulté apparaît, afin de désamorcer rapidement les risques d'interprétations et de conflits.

Tant que tout le monde n'est pas d'accord, continuer les échanges.

Enseigner et utiliser davantage la communication non violente.

Poser les Règles de cet espace de communication

Prendre un peu de temps avant de répondre

Donner plus d'attention aux autres

2 / Répartir les responsabilités

Créer des solutions et agir dans le sens voulu et accepté par tous.

L'appropriation des solutions par tous, est indispensable.

(.../...)

***Les relations humaines***  
***ou " Comment passer d'une société et de rapports humains,***  
***faits d'agressivité et de concurrence***  
***à des relations plus respectueuses, de co-construction,***  
***de coopération, de vraie collaboration. "***

3 / S'appuyer sur la théorie U d'Otto Scharmer : un processus en 5 mouvements pour exploiter nos capacités collectives

- co initier, créer un espace, co observer, phase d objectivation
- co sentir, faire taire les peurs, phase de rencontre
- se connecter, être présent
- co créer, phase d'engagement sur des objectifs communs
- co évoluer ; structurer les organisations  
déployer, mettre en place, action et Joie

4 / S'appuyer sur la philosophie des indiens Kogis et leur façon de vivre ensemble :

« les travaux collectifs sont fondamentaux pour la cohésion du groupe  
La qualité du travail réalisé dépend de la qualité des liens entre les hommes »  
Harmonie et équilibre, solidarité et engagement, responsabilité, respect et écoute, ont permis a cette civilisation (ancienne, précolombienne) de perdurer jusqu'à nous.

Leur système d intelligence collective, de dialogue créatif, d'intelligence vécue et partagée, de respect et développement de systèmes de dons et d échanges,  
La solidarité vécue non pas comme « valeur morale » mais comme règle de vie, concrète.

# ***Instaurer un Revenu de Base***

«J'ai un revenu pour pouvoir travailler, et non pas, je travaille pour avoir un revenu».  
«Et vous, quelle activité feriez-vous si votre revenu était garanti?»

Autres appellations du Revenu de Base :

Allocation Universelle, Revenu Minimum Garanti, Dividende Universel, Revenu de Vie, Revenu d'Existence, ...

## **Définition :**

C'est une somme d'argent allouée à chaque membre de la société qui le mettra en place, pour lui permettre de subvenir à ses besoins de base. Il a les caractéristiques suivantes (les 6 «i») :

- . inconditionnel (pas de conditions d'attribution, pas de contrepartie)
- . individuel (non basé sur la famille ou le foyer mais pour chaque individu)
- . irrévocable (de la naissance à la mort)
- . inaliénable (insaisissable par un créancier)
- . identique (égal pour tous)
- . «incluable» (mot valise regroupant les notions de «inclus» ou «cumulable» par rapport à un salaire ou une allocation)

Définition des «besoins de base» :

« ... pour assurer sa santé, son bien être ... notamment pour l'alimentation, l'habillement, le logement, les soins médicaux ... l'éducation ... jouer des arts ... » - articles 25 à 27 de la Déclaration Universelle des Droits de l'Homme de 1948.

## **Aspects pratiques pour sa mise en place :**

- . critères de différenciation : (adulte-majeur / enfant-mineur) ou (nationalité / résidence)
- . montant : (nécessaire / suffisant) : dépend de la définition des «besoins de base»
- . versement : (monnaie nationale / droits de tirage-eau-électricité-gaz / monnaie locale)
- . création monétaire et circuit économique de cotisation / prestation

(.../...)

## *Instaurer un Revenu de Base*

### Financement :

Partie la plus complexe de l'instauration mais pas la plus compliquée car : c'est faisable !

La thèse de doctorat de l'économiste Marc de Basquiat (soutenue en nov. 2011) montre qu'au jour d'aujourd'hui, en France, en conservant l'état actuel de la fiscalité et sans nécessité d'emprunt supplémentaire, en remettant à plat notre système redistributif et en analysant les économies induites, il est possible de verser une somme de 400 €/mois pour chaque adulte (majeur) et 200 €/mois pour chaque enfant (mineur).

Le revenu de base est presque là !

### **Remarque :**

la discussion qui a lieu dans les groupes de réflexion en France sur le montant du revenu de base montre une divergence entre une vision «aide sociale» (montant faible, inférieur au seuil de pauvreté, mais qui permet aux individus de ne pas sombrer dans la misère) et «révolution sociale» (montant suffisant, proche ou supérieur au seuil de pauvreté, permettant d'aller vers un revenu «d'autonomie», voire de refuser un emploi)

# ***Travailler sa résilience, en particulier à travers le recyclage.***

## **Constat :**

Constat actuel de l'état du monde en s'appuyant sur le manuel de Transition de Rob Hopkins :

- pic pétrolier : étant proche, voire ayant déjà passé (les spécialistes ne sont pas unanimes) le pic de production de pétrole, nous allons devoir apprendre nous sevrer de notre dépendance très forte au pétrole.
- changement climatique : On a assisté à une utilisation du pétrole comme source d'énergie bon marché jusqu'à maintenant, ainsi qu'une course effrénée voire pathologique de la croissance : on entend couramment des phrases telles que : « il faut rassurer la finance » ou « les marchés se portent mal » ... Cette croissance économique a conduit à la surexploitation des ressources naturelles terrestres ainsi qu'à un rejet massif de gaz à effets de serre.

Rob Hopkins, dans son approche, pense qu'il faut traiter ces 2 problèmes de front. Le travail sur la résilience permet d'un côté de se défaire de la dépendance au pétrole en ramenant les productions locales, favorisant les circuits courts, ou encore en utilisant les monnaies locales. Cette liste n'est évidemment pas exhaustive.

D'autre part il est nécessaire de réduire son empreinte écologique. Le recyclage peut participer à cette dimension.

Nous sommes conscients que chacun ne peut le faire qu'à sa vitesse. Culpabiliser les individus, qui sont finalement aussi perdus dans cette jungle consumériste, n'est à priori pas la bonne stratégie. Mais apporter des idées permettant une transition positive, tout en étant conscient que cela devient « urgent », semble approprié.

Le recyclage, outre le fait d'avoir la joie de faire quelque chose soi-même, développe également la créativité.

(.../...)

## *Travailler sa résilience, en particulier à travers le recyclage.*

### **Idées**

De manière générale, il s'agit de revaloriser les déchets afin de réduire leur nombre.

- Lombricomposteur : déchets organiques de cuisine placés dans un bac où séjournent des vers de terre. Cela permet une réduction des ordures ménagères de manière conséquente. On peut récupérer le compost « digéré » et s'en servir de terreau.
- Toilettes sèches : il existe plusieurs techniques, TLB (toilette à litière biomâtrisée), toilette à séparation, toilette à lombricomposteur, ...)
- bokashi
- rhuiler (rouler à l'huile de friture usagée)
- moteur stirling, qui fournit un mouvement mécanique à partir d'une différence de température
- réseau des ressourceries : <http://www.ressourcerie.fr/reseau/>
- Jean pain - <http://bonne-eau-bonne-terre.over-blog.com/article-17340761.html> et <http://www.jean-pain.com/histo-jean-pain.php>
- co génération : utilise la chaleur perdue dans une chaudière à eau sanitaire classique pour produire de l'électricité via un moteur stirling/
- moteur hydrogénéral
- livre : jeremy rifkin : la 3ieme revolution industrielle.
- Génération d'eau chaude à partir du compost ou encore via des panneaux solaires thermiques.
- Les panneaux solaires peuvent être utilisés en thermosiphon pour chauffer le ballon d'eau chaude: nous profitons des lois de la physique qui poussent un liquide chaud à monter et le froid à descendre : il suffit de positionner plus bas que le ballon d'eau chaude pour amorcer la circulation ; tout en respectant des contraintes de pente, de diamètre de tuyau.

# Le partage

