



MILLE ET UNE ALTERNATIVES

Bottin de ressources

2016

Comité environnement

Profil Action sociale et médias

(Sciences humaines)

Avril 2016



QUOI FAIRE?

Nous sommes 7,4 milliards d'humains sur la planète. Lorsque nous la polluons, nous mettons en danger nos vies et nous entraînons des crises et des conflits.

Nous consommons beaucoup plus qu'avant, une plus grande variété de produits, que nous jetons et remplaçons plus rapidement. En conséquence, nous détruisons plus d'habitats pour extraire les ressources naturelles; nous fabriquons plus (dans tous les secteurs – métallurgie, agro-alimentaire, biens manufacturés, etc.), bien souvent en surcapacité, alors on jette et on pollue plus. Ainsi va notre économie...

Toutes les solutions sont connues. Elles sont nombreuses et variées. Mais pour les mettre en pratique, il faut un changement de culture : abandonner l'hyperconsommation qui définit de plus en plus nos vies (la consommation est devenue une finalité, et non plus un moyen d'atteindre de réels objectifs). **Arrêtons-nous!** De quoi avons-nous réellement besoin pour être heureux?

L'équipe du Comité environnement du profil Action sociale et médias (Cégep du Vieux Montréal) a voulu contribuer à cette redéfinition de nos modes de vie. Ce petit guide de ressources - qui ne contient pas « 1001 » alternatives, mais tout de même a pris de nombreuses heures de recherche! – sera peut-être utile à votre démarche vers une vie moins « encombrée » de biens matériels, mais plus riche de liberté et d'expériences partagées!

RESSOURCERIES ET GROUPES D'ÉCHANGES LOCAUX

- 1. Réseau des Accorderies** - (<http://accorderie.ca>)
Échange de services entre membres (cours de langue, coupe de cheveux, dépannage informatique, etc.), groupes d'achat alimentaire, prêt solidaire, prêt d'ordinateur (Projet AccOrdi) et activités communautaires variées. Il existe présentement 12 Accorderies au Québec, dont 4 dans la région de Montréal (Rosemont, Mercier-Hochelaga-Maisonneuve, Montréal-Nord et Longueuil).
- 2. La Remise – Bibliothèque d'outils** – (<http://laremise.ca>)
8280 boul. Saint-Laurent, local 411, 514-800-5613
Coopérative de solidarité qui recueille des outils de toutes sortes et les met à la disposition de ses membres sous forme de prêts. Aussi : location d'espaces de travail équipés et ateliers de formation spécialisés (en mécanique vélo, menuiserie et ébénisterie, couture et réparation de petits électros). Voir le site pour les tarifs d'abonnement et de services.
- 3. Troc-tes-Trucs** – (<http://troctestrucs.qc.ca>)
Échange d'objets entre participants (voir les dates des rencontres sur leur site et page Facebook).

Autres groupes d'échanges de temps et de services (troc) :

- 4. Banque d'échanges communautaires de services (BECS)**
<http://www.beccs.ca>
- 5. Jardin d'échange universel**
<http://www.monjeu.org>
- 6. SEL « Le Passe-temps »**
<http://www.selpassetemps.org>

ALIMENTATION

Groupes communautaires et associations

- 7. Agriculture urbaine Montréal –**
<http://agriculturemontreal.com>
Association ayant pour but de regrouper les différents services relatifs à l'agriculture urbaine à Montréal. Vous y trouverez des conseils, des endroits où jardiner, comment inscrire votre jardin et des ressources variées (dont le partage de boutures et de matériel).
- 8. Association végétarienne de Montréal –**
<http://www.vegemontreal.org/>
Informations, recettes et ressources pour ceux qui souhaitent manger autre chose que des produits animaux. Activités et carte de membre disponibles, celle-ci donnant accès à des rabais dans plusieurs restaurants, traiteurs ou boulangeries végétarien/végétaliens du grand Montréal.
- 9. CRAPAUD (Collectif de recherche sur l'aménagement paysager et l'agriculture urbaine durable - UQAM) –**
<http://crapaud.uqam.ca>
Le CRAPAUD est un organisme qui encourage la plantation de végétaux comestibles pour lutter contre la bétonisation. Concrètement, il est derrière les ruches collectives de l'UQAM, certaines activités de compostage, des jardins collectifs et des camps de formation (École d'été sur l'agriculture urbaine).
- 10. Sauve ta bouffe –** <http://sauvetabouffe.org>
Ce site, simple d'utilisation, contient plusieurs trucs et astuces pour éviter le gaspillage alimentaire, principale mission de l'organisme. Surtout actifs à Québec, et en développement ailleurs, l'organisme donne des ateliers et organise des soupers collectifs. À voir et participer : le micro-site des Mange-Gardiens.

11. Miel Montréal - <http://mielmontreal.com/>

Coopérative à but non-lucratif qui cherche à ramener les abeilles, pollinisatrices par excellence, en milieu urbain. Des stages sont offerts pour en apprendre davantage sur l'apiculture en ville.

Paniers biologiques

12. Équiterre - <http://www.equiterre.org/>

Depuis 1995, cet organisme bien connu coordonne le réseau de l'Agriculture soutenue par la communauté (ASC), qui met en relation plus d'une centaine de fermes et des milliers de familles au Québec. Les paniers de produits locaux sont maintenant livrés dans 500 points de chutes à travers la province. En plus d'encourager l'économie d'ici, vous pourrez réduire votre impact environnemental en mangeant local! Possibilité d'ajouter au panier de la viande biologique, du miel, des œufs et des produits transformés qui suivent vos valeurs.

13. Fermes Lufa - <http://www.lufa.com/fr/>

Depuis 2011, les Fermes Lufa n'ont cessé de croître. La première « serre sur bâtiment commercial » au monde fait 32 000 pieds² et est située dans Ahuntsic. Une deuxième serre s'est ajoutée en 2013 à Laval ouverte en 2013 (43 000 pieds²). Vous pouvez personnaliser votre panier sur Internet et aller le récupérer dans un des nombreux points de chutes sur l'île. Boulangerie, produits laitiers, viandes, poissons, épices, mets préparés, grignotines, tout y est.

14. Santropol roulant - <http://www.santropolroulant.org>

Qui ne connaît pas le fameux Café Santropol de Montréal, établi à la même adresse depuis 1976? Très engagés et créatifs, ses employés ont au fil du temps voulu en faire plus : grâce à leur propre ferme à Senneterre, en plus de fournir le restaurant, ils proposent des paniers bio de fruits et légumes moches

dans plusieurs points de cueillette sur l'île (voir **Second Life** sur le web). C'est aussi à eux que l'on doit cinq « Collectifs bénévoles » parmi les plus intéressants : **Santrovélo** (voir page 11), **Mycollectif** (culture de champignons), **Les Fruits Défendus** (voir page 7), **Compostage et Apiculture** (allez fouiner sur leur site Internet pour en avoir une meilleure idée).

15. Bio Locaux - <http://www.bioloaux.coop>

Cet organisme regroupe 25 fermes membres de la Coopérative pour l'agriculture de proximité écologique (CAPÉ). On les retrouve à leur kiosque de fruits et légumes biologiques au Marché Jean-Talon, à Montréal, ou on s'abonne pour recevoir des paniers bio à l'année.

Restaurants végétariens/végétaliens

16. Une liste de restaurants végétariens/végétaliens est disponible sur le site de l'**Association végétarienne de Montréal** (<http://www.vegemontreal.org/>), sous la rubrique « Annuaire ». La carte de membre donne accès à des rabais intéressants dans plusieurs restaurants. Voici notre sélection :

- **La Panthère verte**, 2153 rue Mackay, 145 ave. Mont-Royal e. et 160 rue St-Viateur e.
- **Crudessence**, 66 rue St-Viateur o.; 105 rue Rachel o. et 2157 rue Mackay
- **Aux Vivres**, 4631 boul. Saint-Laurent
- **Lola Rosa**, 4581 avenue du Parc
- **Bonny's**, 1748 rue Notre-Dame o.
- **Chu Chai**, 4088 rue Saint-Denis
- **Pushap**, 5195 rue Paré
- **La Lumière du Mile End**, 241 rue Bernard o.
- **Resto Végo**, 1720 rue Saint-Denis et 1204 ave. Mc Gill College

Cuisines collectives et soupes étudiantes

17. Les ateliers de cuisine collective sont de très bons moyens pour créer des liens, économiser et bien manger. On trouve les cuisines collectives de notre quartier sur les sites suivants :

<http://www.ccgp-montreal.org/>

<http://www.rccq.org/fr>

<http://www.mgpv.org/cuisines-collectives-montreal.htm>

<http://www.bouffe-action.org/cuisines-collectives/>

18. Soupes populaires étudiantes :

- **Ras-le-Bol** (UQAM, pavillon Judith-Jasmin)
- **Mutine Riz** (Université de Montréal)
- **People's Potatoe** (Concordia)
- **The Midnight Kitchen** (McGill)

Sauvez les mal-aimés!

19. Pour les adeptes du déchetarisme (*dumpster diving*) ou ceux qui souhaitent s'initier : **Montreal Dumpster Diving** (voir la page Facebook) et **Trashwiki**
20. **Les Fruits Défendus**- <http://www.santropolroulant.org>
Collectif associé au Santropol roulant qui s'est donné pour mission de faciliter la cueillette et la distribution de fruits à Montréal en mettant en relation des cueilleurs bénévoles, des propriétaires d'arbres fruitiers et des organismes bénéficiaires. Devenez cueilleur bénévole vous aussi!
21. Pour apprendre à maximiser les aliments abîmés, défraîchis et délaissés : <http://www.sauvetabouffe.org/>

22. Le **Centre de référence sur la nutrition de l'Université de Montréal** démystifie plusieurs aliments et mythes alimentaires : <http://www.extenso.org/>
23. Depuis avril 2016, dans une ruelle du Vieux-Rosemont (entre la 4^e et la 5^e Avenue et entre le boul. Rosemont et la rue Holt) un groupe de citoyens a installé un frigo où il est possible de déposer des aliments à donner et en prendre pour soi-même (sous certaines conditions). Le bien nommé **Frigo des ratons de Rosemont** a sa page Facebook, et n'attend plus qu'on le copie et le multiplie dans d'autres ruelles et quartiers!
24. Dans les grandes chaînes d'alimentation (IGA, Maxi, etc.), on a commencé à commercialiser des **légumes moches** qui présentent des « défauts » (!). Renseignez-vous sur les arrivages et montrez votre intérêt au gérant!
25. Un livre de recettes étonnant, par un grand chef québécois : *La cuisine réfléchie : bien manger sans gaspiller (recycler, réutiliser, conserver)*, par **Daniel Vézina**, Les Éditions La Presse, 2015, 277 p. Dans la même veine : *L'art de cuisiner sans gaspiller ni se ruiner*, par Florence-Léa Siry, Caractère, 2015, 205 p.

En vrac : aliments biologiques, marchés publics et autres idées à partager

26. Il est possible de trouver des produits biologiques selon la disponibilité dans votre région et le type d'aliments (fruits, légumes, boissons alcoolisées, sirop d'érable et plus encore) :
<http://www.produitsbioquebec.info/interroGrandPublicFr.do>
27. Fédération des aliments biologiques du Québec :
<http://www.fabqbio.ca/>

28. Répertoire et coordonnées de la plupart des marchés publics du Québec : <http://www.ampq.ca/>
29. Ailleurs dans le monde, des groupes de personnes sont à l'origine d'initiatives qui ne demandent qu'à être reprises ici aussi (comme les **Guerilla Grafters** à San Francisco: transformer les arbres publics en arbres fruitiers grâce à la greffe de branches fruitières sur des arbres municipaux) ou qui existent déjà mais qui auraient besoin qu'on embarque plus nombreux (comme pour le **Guerilla Gardening** : planter des arbres, des fleurs et des légumes partout où c'est possible...).

SOINS PERSONNELS

30. **Shampooing, revitalisant, savon, crème corporelle, dentifrice, parfum, etc.**

En naviguant sur le web, vous trouverez plusieurs sites qui proposent des recettes maison pour fabriquer tous les essentiels de l'hygiène corporelle. Nous n'avons aucun site particulier à vous recommander (il y en a trop!), mais il peut être utile de découvrir par vous-même les différentes possibilités.

TRANSPORT

Covoiturage et transport à rabais

Si vous souhaitez éviter d'avoir à acheter une auto, voici quelques entreprises qui pourraient vous être utiles :

31. **Communauto** – (<http://communauto.com>)

Permet de louer une automobile selon deux formules : avec réservation pouvant aller jusqu'à 1 mois à l'avance (voir les coûts d'abonnement) ou sans réservation (location libre-service « Auto-mobile », sans frais d'abonnement).

Autre service de location : **Car2Go** – (<http://car2go.com>)

32. Services de covoiturage, qui couvrent une grande partie du Québec et ailleurs en Amérique du Nord.
Allo-stop - (<http://allostop.com>)
Amigo Express - (<http://amigoexpress.com>)
33. **Covoiturage AMT** (<https://www.covoiturage.amt.qc.ca>)
Logiciel de covoiturage gratuit, qui vous propose des « covoitureurs » potentiels (à vous ensuite d'établir le contact par courriel).

Course et vélo

34. **Le retour de la course comme moyen de transport**
La course comme moyen de transport utilitaire (maison-bureau-école) revient en force à Montréal (et ailleurs dans le monde). À envisager!
Courir Québec (<http://www.courirquebec.com>)
35. **Pour acheter un vélo recyclé**
Deux entreprises d'insertion sociale, **Le Vélo Vert** (<http://www.levelovert.com>) à Québec et **SOS Vélo** (<http://www.sosvelo.ca>) à Montréal, se spécialisent dans l'échange, l'achat ou la vente de vélos usagés et « recyclés ».
36. **Ateliers de réparations et d'ajustements de vélo en libre-service**
Il existe à Montréal près d'une dizaine d'ateliers communautaires qui permettent à leurs membres et aux personnes du public de partager outils et formations afin de réparer et d'entretenir eux-mêmes leur bicyclette.
Parmi eux :
- **BQAM** (affilié à l'Université du Québec à Montréal) – <http://www.bgam.org>
 - **Biciko** (affilié à l'Université de Montréal) – <http://www.biciko.ca>

- **Le Crabe** (affilié à l'École de technologie supérieure) – <http://www.crabe.etsmt.ca>
- **Mile End Bike Garage** – <http://www.bikegarage.org>
- **Santrovélo** – <http://www.santropolroulant.org>

TOURISME ET VOYAGES

37. Hôtels « verts »

Si vous voyagez aux États-Unis, vous pouvez consulter la liste des hôtels qui s'efforcent d'être respectueux envers l'environnement : <http://www.greenhotels.com>

Des voyages coopératifs

Si aller dans le Sud peut paraître excitant, il existe plusieurs autres alternatives, non seulement bonnes pour la planète, mais aussi qui ont un but social ou qui permettent des séjours écologiques.

38. **Katimavik**, (<http://www.katimavik.org>) et **Volontariat international** (<http://www.projects-abroad.ca>) sont deux exemples de projets à vocation sociale, écologique et humanitaire à avoir vu le jour au Québec. À ces organismes s'ajoute la possibilité de travailler à la plantation d'arbres dans les régions déboisées du Canada (<http://www.tree-planter.com>)

39. **Couchsurfing**, (<http://www.couchsurfing.org>) est une alternative peu coûteuse et enrichissante pour trouver un hébergement gratuit partout dans le monde.

40. **Women Welcome Women Worldwide** (<http://www.womenwelcomewomen.org.uk>) est la version uniquement pour femme de *Couchsurfing*.

41. **World Wide Opportunities on Organic Farms** (Woofing; <http://www.woof.net>) permet à des voyageurs de travailler bénévolement dans des fermes en agriculture biologique en échange du gîte et du couvert.
42. Autres sites pour connaître les possibilités de travail bénévole à l'étranger (parfois en échange d'un gîte et du couvert) : <http://www.helpx.net> et <http://www.workaway.info>

COMPOSTAGE ET RECYCLAGE

43. Pour toutes questions sur le compost :
 - *Conseil canadien du compost*
<http://www.compost.org/FrAboutComposting.htm>
 - *Front commun du Québec pour une gestion écologique des déchets*
<http://www.fcqed.org/communiqués.html>
44. Pour toutes questions sur le recyclage :
 - <http://www.recyc-quebec.gouv.qc.ca/>
 - <http://www.eco-quartiers.org>
45. Recyclage de matériel informatique
Insertech (<http://www.insertech.ca/>) est un programme de réinsertion sociale qui vise à former de manière professionnelle des décrocheurs scolaires. Ils offrent des services de réparation et de récupération d'équipement informatique. Service de ramassage de matériel informatique et points de dépôt
(<http://www.quebecpc.com/points-de-depot/>)

FRIPERIES

46. Les friperies sont une des plus belles initiatives créées par l'Homme! Elles conviennent autant aux accros du magasinage qu'aux personnes en difficulté. Elles permettent évidemment d'économiser et de préserver l'environnement, mais aussi de se faire un look unique et personnel! Si vous êtes dut pour un « grand changement », il serait avantageux pour vous de repérer celles qui se retrouvent dans votre quartier. Parmi les plus populaires : **Renaissance** (sur la Plaza St-Hubert; 6960 St-Hubert), **Village des valeurs**, **Armée du Salut**, les comptoirs familiaux et toutes celles qui se tiennent de façon temporaire dans de nombreux **sous-sols d'église!**

Friperies coups de cœur :

- **Annex Vintage**, 56 rue Saint-Viateur o.
- **Eva B**, 2015 boul. Saint-Laurent
- **Boat People Boutique** (en ligne seulement : <http://www.vintage.boatpeopleboutique.com/>)
- **Cul-de-sac**, 3966 boul. Saint-Laurent
- **Empire Exchange**, 51 rue Bernard o.
- **Les Folles alliées**, 365 ave. Du Mont-Royal e.
- **Friperie Fabrique et Atelier D.I.Y.**, 388 rue Saint-Zotique e.
- **Friperie Saint-Laurent**, 3976 boul. Saint-Laurent
- **La gaillarde**, 4019 rue Notre-Dame o.
- **KILO fripe**, 3800 boul. Saint-Laurent

TRUCS ET ASTUCES

Qui dit «printemps», dit «MÉNAGE!» Yahouuuu!

Voici quelques trucs et astuces en préparation de cette activité si agréable!? D'abord, prévoyez cette journée dégraissage par temps de chaleur, ainsi vous pourrez ouvrir vos portes et fenêtres pour faire aérer votre chez vous! Ensuite : «qu'on branche le système de son, ça presse!!»

Avant de commencer, tu dois t'équiper du « *starter pack ménage du printemps pour étudiants écolo-paumés* » composé de :

- vinaigre (peut remplacer la majorité des produits nettoyants, idéal pour dissoudre le calcaire et les restants de peinture sur vos beaux pinceaux d'artistes accomplis);
- bicarbonate de soude (nettoie et désinfecte pratiquement tout, idéal pour récurer et faire briller);
- savon à vaisselle (dégraissant efficace);
- citron (l'acide citrique qu'il contient élimine les taches et redonne une blancheur aux tissus, désinfecte et désodorise);
- sel (fixe les couleurs aux tissus, solidifie les taches de gras pour faciliter le nettoyage. Mélangé au jus de citron, il nettoie la rouille et fait briller les métaux.);
- un extra : huiles essentielles si vous vous sentez *fancy* (chaque huile essentielle a des propriétés et odeurs particulières. L'huile essentielle de citron, par exemple, a des propriétés antibactériennes, antiseptiques et antivirales, alors que l'huile essentielle de cannelle a également des propriétés fongicides).

Par ailleurs, une guenille appropriée et simplement de l'eau chaude peut aussi faire une super *job* pour les planchers, les fenêtres, l'intérieur des armoires, etc. (si vous les nettoyez régulièrement...).

Recette de nettoyeur tout usage :

Mélanger 250 ml de vinaigre et 30 ml de bicarbonate de soude dans un à deux litres d'eau chaude. Vous pouvez y ajouter de l'huile essentielle selon leurs propriétés et vos odeurs préférées.

Recette de nettoyeur à tapis :

Mélanger 60 ml de vinaigre, 60 ml de savon à vaisselle dans deux litres d'eau chaude. Agiter le tout pour obtenir une mousse que vous utiliserez pour brosser vos tapis. Rincez à l'eau claire.

(Pour enlever la plupart des tâches sur les tapis, on peut au préalable les saupoudrer de sels humides.)

Pour d'autres recettes : voir le site officiel de *Madame Chasse-taches* (Louise Robitaille) et consulter ses nombreux livres.

Des ressources pour réfléchir sur la crise écologique et repenser le monde

A) Livres

KOLBERT, Elizabeth (2015), *La 6^e extinction : comment l'homme détruit la vie*, Laval, Guy Saint-Jean éditeur, 400 p.

FLANNERY, Tim (2015), *Agissons pour sauver la planète*, Paris, Éditions Héloïse d'Ormesson, 246 p.

LEFORT, Isabelle (2015), *L'atlas de la planète positive*, Paris, Les Liens qui libèrent, 189 p.

LATOCHE, Serge (2015), *Bon pour la casse : les déraisons de l'obsolescence programmée*, Paris, Les Liens qui libèrent, 175 p.

HACHE, Émilie (2011), *Ce à quoi nous tenons : propositions pour une écologie pragmatique*, Paris, La Découverte, 247 p.

BALIBAR, Sébastien (2015), *Climat : y voir clair pour agir*, Paris, Éditions Le Pommier, 199 p.

ASSADOURIAN, Érik, éd. (2011), *Comment sortir de la société de consommation : 50 experts internationaux proposent des solutions pour changer l'économie, l'enseignement, les médias, la politique, la culture, ... tout!*, Paris, Éditions de la Martinière, 567 p.

SERVIGNE, Pablo (2015), *Comment tout peut s'effondrer : petit manuel de collapsologie à l'usage des générations présentes*, Paris, Éditions du Seuil, 296 p.

DION, Cyril (2015), *Demain : un nouveau monde en marche*, Paris, Actes Sud, 349 p.

TREMBLAY-PÉPIN, Simon, éd. (2015) *Dépossession : une histoire économique du Québec contemporain. Volume 1 : Les ressources*, Montréal, Lux, 329 p.

BOURG, Dominique et PAPAUX, Alain, éd. (2015), *Dictionnaire de la pensée écologique*, Paris, Presses universitaires de France, 1088 p.

HAËNTJENS, Jean et LEMOINE, Stéphanie (2015), *Éco-urbanisme : défis planétaires, solutions urbaines*, Montréal, Écosociété, 118 p.

GEMENNE, François, éd. (2015). *L'enjeu mondial : l'environnement*, Paris, Les presses Sciences po, 283 p.

STUART, Tristram (2013), *Global gâchis : révélations sur le scandale mondial du gaspillage alimentaire*, Paris, Rue de l'Échiquier, 452 p.

DEBOURDEAU, Ariane (2013), *Les grands textes fondateurs de l'écologie*, Paris, Flammarion, 379 p.

LAVILLE, Bettina, THIÉBAULT, Stéphanie et EUZEN, Agathe, éd. (2015), *Quelles solutions face au changement climatique?*, Paris, CNRS, 386 p.

PEARCE, Fred (2010), *Les tribulations d'un consommateur ordinaire qui se prenait pour un écolo exemplaire*, Paris, Éditions de la Martinière, 432 p.

COLLECTIF (annuel), *Un peuple à genoux*, Montréal, Les Éditions Poètes de brousse (voir le chapitre « Environnement »)

LAVILLE, Élisabeth (2014), *Vers une consommation heureuse*, Paris, Allary éditions, 235 p.

CHRISTIAN, Diana L. (2015), *Vivre autrement : écovillages, communautés et cohabitats*, Montréal, Écosociété, 286 p.

JOHNSON, Béa (2014), *Zéro déchet*, Montréal, Éditions Transcontinental, 400 p.

B) Documentaires

Demain : un nouveau monde en marche (2015), Cyril Dion et Mélanie Laurent, France, 118 minutes

Just Eat It : A Food Waste Story (2014), Grant Baldwin, Canada

Recyclage : la grande illusion (2016), Jean Guénette, Québec, 44 minutes

Sans terre, c'est la faim (2013), Amy Miller, Québec, 75 minutes

Le semeur (2015), Julie Perron, Québec, 77 minutes

Tout peut changer : capitalisme et changement climatique (2015), Avi Lewis, Canada, 90 minutes (basé sur le livre de Naomi Klein)

C) Organismes

Si vous cherchez à joindre un groupe écologiste ou vous voulez connaître ceux qui sont situés dans votre secteur, nous vous invitons à consulter l'excellent site du **Réseau québécois des groupes écologistes** (<http://www.rqge.qc.ca>). Vous y trouverez des cartes géographiques qui localisent chacun de leurs membres, pour chacune des grandes régions du Québec (avec un lien direct vers leur site respectif).

À voir également les sites ou pages Facebook des groupes, organisations et mouvements suivants :

- **Villeray en transition** : seul membre officiel du Réseau Villes en transition (*Transition Network*), ce groupe de citoyens du quartier Villeray à Montréal est à l'origine de La Remise – Bibliothèque d'outils (voir page 3) et de d'autres initiatives particulièrement réjouissantes. À suivre, à rejoindre et à copier! <http://www.villeraytransition.info>
- **Coule pas chez nous** : rassemble des citoyens qui s'opposent à l'extraction pétrolière et gazière au Québec et le passage de pipelines ou autres moyens qui mettraient en danger le fleuve Saint-Laurent et les milieux fragiles du Québec. <http://www.coulepascheznous.com>
- **La Marche des Peuples pour la Terre Mère** (qui s'apprête – mai-juin 2016 – à se reformer pour une tournée de la Gaspésie dans le but de dénoncer les projets d'extraction pétrolière).

- **Idle No More Québec** (afin de suivre et appuyer les communautés autochtones qui réclament une fois pour toutes que leur parole soit pleinement entendue à Ottawa, mais également partout ailleurs). <http://www.idlenomore.ca>
- **Réseau québécois pour la simplicité volontaire** (pour profiter de leur banque de ressources, des conférences et soirées d'information et plus). <http://www.simplicitevolontaire.org>
- **Institut du Nouveau Monde** (pour leur expertise sur le changement social et leur désir profond d'améliorer la vie démocratique au Québec. Nombreuses conférences publiques et sessions de formation, notamment lors de l'École d'été). <http://www.inm.qc.ca>

Une réalisation du :

Comité environnement

Profil Action sociale et médias (ASM)

Sciences humaines, Cégep du Vieux Montréal

Recherche, rédaction et réalisation :

Nephtalie Barthélémy

François Carrier

Ariel Comtois

Rose Poulin

(avec la participation de Carine Verreault et Audrey-Ann Viau-Tremblay)

Avril 2016

Pour nous contacter : fcarrier@cvm.qc.ca