



## BIBA STYLE DE VIE

# Toutes solidaires!

L'engagement, ça passe aussi (et surtout) par plein de petites choses. Témoignages de filles qui racontent comment elles pratiquent le réflexe solidarité. Allez, on s'en inspire ! Par Muriel Azarian. Photos Clayne

## J'achète sur un site de créateurs engagés

**Maria, 22 ans**

«J'ai choisi de faire mon stage d'études de commerce chez Ben & Fakto. Cette boutique en ligne propose des vêtements de créateurs engagés (commerce équitable, utilisation de coton bio ou viscose de bambou, projets sociaux...) et reverse 10% du montant total de chaque commande dans un projet de microcrédit. À force de rencontrer ces créateurs dans mon travail, je suis devenue beaucoup plus attentive aux étiquettes et méthodes de fabrication quand j'achète des fringues. Je n'ai pas envie de faire travailler des enfants à l'autre bout du monde !»

Pour faire son shopping et soutenir un projet solidaire en même temps : [www.benfakto.com](http://www.benfakto.com).

## Je suis bénévole dans une épicerie solidaire

**Anne, 38 ans**

«Une matinée par semaine, j'accompagne les clients d'une épicerie solidaire de Charenton, près de Paris, dans les rayons pour les aider à faire leurs courses en respectant le budget qui leur est

alloué. Un accompagnement qui passe aussi surtout beaucoup par l'écoute !»

Pour soutenir le réseau des épiceries solidaires, [www.epiceries-solidaires.org](http://www.epiceries-solidaires.org).

## Je sème des livres sur mon passage

**Muriel, 38 ans**

«Une fois que j'ai terminé de les lire, j'abandonne ceux que j'ai particulièrement aimés sur un siège du RER ou du tramway avant de descendre. J'espère toujours qu'ils feront des heureux !»

Et pour suivre leur trajectoire, on inscrit ses livres sur [www.bookcrossing.com](http://www.bookcrossing.com), [www.voguentleshistoires.com](http://www.voguentleshistoires.com).

## J'ai une carte de donneur

**Vanessa, 35 ans**

«Un jour, en attendant mon tour pour une prise de sang dans un laboratoire d'analyses, j'ai trouvé une plaquette sur le don d'organes avec un feuillet à remplir. Ça m'a pris une minute, la carte était dans le fascicule, j'avais juste mon nom à ajouter et signer. Pourquoi j'ai cette carte ? Parce qu'on est tous fille, fils, maman, père, sœur ou femme de...

Et, si un jour il devait arriver quelque chose à ma fille ou mon frère, je serais heureuse qu'un foie ou un rein leur soit donné s'ils en avaient besoin. Donc, si je devais partir plus tôt que prévu, je serais heureuse de pouvoir sauver la fille de, la sœur de, le mari de... C'est aussi simple que ça ! Attention, il est important de dire à toute sa famille qu'on veut donner ses organes, car la parole de la famille prime sur la possession de cette carte.»

Pour en savoir plus et/ou demander sa carte de donneur : [www.dondorganes.fr](http://www.dondorganes.fr), [www.france-adot.org](http://www.france-adot.org), [www.greffedevie.fr](http://www.greffedevie.fr), [www.ledonlagreffeetmoi.com](http://www.ledonlagreffeetmoi.com).

## Je fais groover les mamies

**Clémence, 27 ans**

«J'ai commencé par la maison de retraite de ma grand-mère puis j'en ai contacté d'autres en leur proposant de jouer gratuitement avec d'autres amis musiciens. L'accueil est toujours chaleureux : nous sommes des jeunes, souvent de l'âge de leurs propres petits-enfants, et nous jouons en grande partie de la musique traditionnelle colombienne rythmée et joyeuse. Il y a des mamies qui chantent, qui tapent

des mains... Mais aussi parfois quelques mécontents qui nous disent « laissez-nous tranquilles, vous nous cassez les oreilles ! »

**Pour organiser un concert dans une maison de retraite :** [www.coeurenfete.org](http://www.coeurenfete.org).

## Je ne fais pas aux autres ce que je n'aimerais pas qu'on me fasse

**Hélène, 27 ans**

« Aider une femme à porter sa poussette dans les escaliers, tenir la porte aux gens derrière soi... Des "bonnes actions du quotidien" qui pour moi vont de soi, mais j'essaie surtout de ne pas m'imposer aux autres. Ce qui veut dire mettre mon téléphone en mode silencieux dans les lieux publics, laisser passer à la caisse les gens qui ont peu d'articles, dire merci, laisser traverser les piétons quand je conduis (les gens sont toujours surpris, ils n'ont pas l'habitude!)... et aussi prendre un chewing-gum dans les transports quand j'ai mangé un peu trop aillé ! »

**Pour s'exercer à la pensée positive et éviter d'embêter les autres avec ses petits soucis :** [www.jarreterdealer.com](http://www.jarreterdealer.com).

## Je fais gaffe au quotidien

**Astrid, 43 ans**

« Un copain qui a des soucis d'argent : nous l'invitons à manger régulièrement, ou nous l'hébergeons le temps que sa situation s'améliore. Je me sers peu de ma voiture, donc pareil, quand une amie en a besoin, elle me l'emprunte. Quant aux économies d'énergie, je ne comprends pas que les gens n'y réfléchissent pas... J'ai toujours fait attention à fermer le robinet, éteindre les lampes et baisser le chauffage, ne serait-ce que pour réduire ses factures et penser à ce que nous laisserons à nos enfants. Au lycée où je suis prof, nous avons mis en place des ateliers et notre professeur de physique anime un atelier Éco-Jardin qui a beaucoup de succès : les élèves apprennent à

respecter la nature et font plus attention à ne pas jeter de déchets. À nous d'apprendre à nos enfants les bonnes attitudes ! »

## Je suis volontaire pour le service civique

**Elisabetta, 25 ans**

« J'ai décidé de faire un service civique de six mois chez Actions & Développement, pour concilier travail (continuer à me former dans la communication) et expérience humaine (donner de mon temps à une association). En Italie, mon pays d'origine, l'engagement civil est très important. Tous les mois, j'aide ainsi cette association à organiser des ventes solidaires ([www.ventesolidaire.org](http://www.ventesolidaire.org)) de vêtements ou objets vendus à tout petits

prix (de 50 cents à 15 €), pour financer des projets de développement en Afrique de l'Ouest : construction d'une salle de classe ou d'un château d'eau, par exemple. »

**Pour connaître les modalités du service civique ou du service volontaire européen :** [www.service-civique.gouv.fr](http://www.service-civique.gouv.fr) et [www.france-volontaires.org](http://www.france-volontaires.org).

## Je suis une fashionista éthique

**Ngoc-Phung, 33 ans**

« Perso, j'achète beaucoup de vintage et donne des vêtements à Emmaüs. Et en tant que créatrice de Rainbow People, je suis adepte du slow wear : je fais appel à des couturières indépendantes pour la confection de mes pièces sur mesure, je fais réaliser mes collections en France,

## J'irai dormir (manger, bricoler...) chez vous!

Une nouvelle conso « collaborative » se développe et on adore. (Et pas uniquement parce que c'est gratuit ou presque).

**Pour partager son canapé** quelques nuits avec un voyageur de passage (et dormir gratis chez l'habitant quand ce sera notre tour de voyager) : [www.couchsurfing.com](http://www.couchsurfing.com), [www.bewelcome.org](http://www.bewelcome.org), [www.bienvenuealamaison.org](http://www.bienvenuealamaison.org), [www.staysatfriends.com](http://www.staysatfriends.com), [www.warmshowers.org](http://www.warmshowers.org) (dédié aux voyageurs à vélo).

**Pour échanger sa maison** pour une semaine ou plus : [www.switchhome.org](http://www.switchhome.org), [www.trocmaison.com](http://www.trocmaison.com), [www.echangeimmo.com](http://www.echangeimmo.com), [www.echangedemaison.com](http://www.echangedemaison.com), [www.homelink.fr](http://www.homelink.fr)... Attention, si l'échange est gratuit, la plupart des sites demandent des frais d'adhésion pour pouvoir publier ou consulter une annonce.

**Pour troquer des cours de cuisine contre du bricolage :**

direction les sites d'échanges de services entre particuliers : [www.echange-service.com](http://www.echange-service.com), <http://www.yakasaider.fr>, [www.accorderie.fr](http://www.accorderie.fr) (qui fonctionne selon le principe de 1 heure de service rendue = une heure de service gagnée) ou [www.lestrocheurs.fr](http://www.lestrocheurs.fr), une plateforme interactive créée par Castorama pour troquer des heures de bricolage, maçonnerie, peinture, plomberie ou jardinage.

**Pour offrir le couvert au voyageur** (et aller à son tour manger local chez l'habitant quand on voyage) : [www.livemyfood.com](http://www.livemyfood.com), <http://viensmangeralamaison.fr>, [www.bienvenueamatable.com](http://www.bienvenueamatable.com).

**Pour faire visiter son quartier à un touriste** (et découvrir à son tour une ville en compagnie d'un habitant qui va nous montrer ses petites adresses secrètes), on rejoint le réseau des Greeters ([www.globalgreeternetwork.info](http://www.globalgreeternetwork.info)) de New York à Paris, Lille...

## « Inviter régulièrement un copain au chômage, prêter ma voiture à une amie, c'est normal... »

j'utilise seulement des fibres naturelles et vais bientôt recycler des chutes de soie pour en faire des pièces uniques. »  
[www.rainbow-people.fr](http://www.rainbow-people.fr)

### Je craque équitable

**Béata, 38 ans**

« Quand je fais mes courses, j'essaye toujours de choisir mon café, mon chocolat, mon thé ou la pâte à tartiner de mon fils dans une marque équitable. Même si je paye un peu plus cher, je sais que les producteurs vont toucher un petit peu plus et ça, ça me va ! »

Pour s'informer sur le commerce équitable  
[www.mescoursespourlaplanete.com](http://www.mescoursespourlaplanete.com),  
[www.nouveaunconsommateur.com](http://www.nouveaunconsommateur.com).

### Je suis une acharnée du prosélytisme écolo

**Carine, 36 ans**

« Je trie. Et je milite dans l'immeuble pour que les autres en fassent autant : j'ai scotché une affiche dans le local poubelles, et distribué des petits stickers informatifs d'Éco emballage à coller sur le frigo. J'ai aussi écrit deux guides, l'un sur le commerce équitable et l'autre pour être écolo avec son bébé. Je mange de saison, bio et/ou équitable mais pas toujours : j'aime aussi aller au marché, chez le boucher pour encourager le commerce de proximité. J'évite de manger de la viande tous les jours et de vider les océans. Je refuse d'utiliser les machines qui à terme remplacent le travail de l'homme (à La Poste ou aux caisses, par exemple). Et si on me conseille de les utiliser, je rétorque que je sauve des emplois ! Enfin, je laisse toujours volontairement des fringues

dans les pays que je visite, car je sais qu'elles auront une seconde vie là-bas. »

Pour en savoir plus sur la gestion des déchets : [www.ademe.fr](http://www.ademe.fr) et [www.cniid.org](http://www.cniid.org).  
Pour diminuer sa consommation de viande et de poisson : [www.journee-sans-viande.info](http://www.journee-sans-viande.info) et [www.msc.org/fr](http://www.msc.org/fr) Et pour calculer son empreinte « esclavagiste » et nous aider à acheter plus équitable : [www.slaveryfootprint.org](http://www.slaveryfootprint.org).

### Je collecte des fournitures pour des écoles à Madagascar

**Nathalie, 54 ans**

« C'est en accompagnant mon mari en déplacement que j'ai découvert Madagascar et la très grande précarité de sa population. Dans les écoles situées dans la brousse : pas de livres, une institutrice pour soixante-dix enfants, ni bancs ni tables, des élèves qui marchent jusqu'à quatre heures par jour pour rejoindre l'école... En tant que prof, impossible de rester indifférente ! Dès notre retour en France, nous avons

organisé avec l'établissement scolaire dans lequel j'enseigne des collectes ciblées de matériels scolaires ou de couture. Cela fait maintenant six ans que notre partenariat fonctionne et nous soutenons aujourd'hui quatre établissements. J'espère un jour pouvoir donner de mon temps en allant sur place enseigner quelques semaines par an à l'heure de ma retraite ! »

### J'accompagne des créatrices d'entreprise

**Pauline, 34 ans**

« Elles ont souvent du mal à concilier vie privée et vie professionnelle, à bien faire connaître leur activité ou à trouver facilement toutes les infos dont elles ont besoin. Sans compter que beaucoup travaillent chez elles et sont donc souvent isolées. Pour les aider à rompre cet isolement, à échanger et à se créer un réseau, j'anime, via la Chambre de Commerce et d'Industrie de Reims et d'Épernay, des réunions, petits déj de mise en relation et de partage d'expériences. On brasse large, tant les questions financières qu'administratives ou toutes bêtes à savoir, comment prendre la parole en public. »

Pour en savoir plus sur ce réseau ou connaître les autres réseaux similaires en France : [www.creeraufeminin.com](http://www.creeraufeminin.com).

## Pour aller plus loin

### 1. Des livres

« **Impliquez-vous !** », par Christophe Chenebault, Éd. Eyrolles, 14,90 €. 101 actions solidaires et écologiques y sont détaillées.

« **Vive la corévolution ! Pour une société collaborative** », par Anne-Sophie Novel & Stéphane Riot, Éd. Alternatives, 15 €. Décryptage du phénomène de partage (couchsurfing, covoiturage, travail partagé...).

« **La Solidarité écologique. Ce lien qui nous oblige** », par Raphaël Mathevet, Éd. Actes Sud, 19 €. Un essai pointu sur nos rapports à la nature et sur ceux que les hommes entretiennent entre eux à son sujet.

### 2. Des moteurs de recherche

Une recherche (gratuite) sur ces moteurs solidaires, et c'est un don de gagné pour le compte d'une association : [www.doona.fr](http://www.doona.fr), [www.etikoo.com](http://www.etikoo.com), [www.ethicle.com/fr](http://www.ethicle.com/fr), [www.hooseek.com...](http://www.hooseek.com...)