



Groupe de Québec (GSVQ)

Rapport d'activités 2017-2018

Groupe de simplicité volontaire
de Québec,
Québec, 12 juin 2018

Table des matières

Mot du président 2017-18 et plan d'actions 2018-19	3
Procès-verbal de l'AGA 2016-17	4
Activités du GSVQ en 2017-2018	8
Bulletin « Simplement vôtre »	10
Sites Web et Facebook	11
Objets écologiques	11
Émissions de radio : En toute simplicité	12
Ateliers d'introduction sur la SV	13
Retraite-colloque 2017	14
Prévisions budgétaire 2018-2019	15
Mot du coordonnateur et remerciements	16
Programme et affiche de la Retraite-colloque 2017 : 'LE BIEN-VIVRE INTÉRIEUR, VERS UNE VISION POSITIVE	17
Partenaires	18

NB. Le bilan financier est disponible dans l'édition originale réservée aux membres.

Mot du président 2017-2018:

L'année de la Retraite-colloque, de la transition et d'un projet de livre.



Cette année, en plus de nos activités régulières, bulletins trimestriels, site internet, page Facebook et émissions de radio à CKIA tous les vendredis, et de notre programmation régulière, cercles de discussion, cafés philosophiques et soirée témoignage, nous avons organisé une retraite-colloque en octobre dernier qui a réuni une quarantaine de participants. C'est quelque chose de nouveau que nous avons tenté en remplacement d'un colloque régulier, qui demande beaucoup moins d'organisation. Ça s'est fait au monastère des Augustines, un endroit extraordinaire pour ce genre d'activité ici à Québec. Cela nous a permis d'établir un partenariat avec le monastère dont la mission est complémentaire à la nôtre. On pourrait songer ainsi à l'avenir à alterner d'une année à l'autre entre un colloque une année et une retraite l'autre.

Une autre activité nouvelle de cette année a été la formation d'un groupe de lecture et de réflexion, le Cercle Thoreau, en partenariat avec les Amis de la Terre. Le but du Cercle est d'engager une réflexion sur la posture d'action des Amis de la Terre et revoir le discours futur de l'organisme. Ainsi, de plus en plus, le GSVQ établit des partenariats avec d'autres organismes, par exemple le Festival de films pour l'environnement de Portneuf (FFPE) où nous sommes à réfléchir à la possibilité d'avoir un volet simplicitaire au prochain festival ou la participation depuis 2 ans à la foire Écosphère ou encore notre marche sur les pas de Thoreau qui nous a permis de créer des liens avec la Thoreau Society et des gens de la Côte de Beaupré dont le Canyon Sainte-Anne et 'Aux Trois Couvents' (centre d'interprétation de la Côte-de-Beaupré). Possiblement aussi cette activité pourrait éventuellement déboucher sur la publication d'un livre écotouristique sur la visite de Thoreau au Québec. Donc le GSVQ rayonne beaucoup et fait connaître la simplicité volontaire.

Actuellement, nous sommes à préparer un colloque pour l'automne prochain qui portera sur la crise écologique dont le thème est : Destin de l'humanité : espoir ou effondrement. En fait, comme l'a fait remarquer Karel Mayrand, de la Fondation David Suzuki, qui répondait à une question que je lui ai posée à la foire Écosphère, on devrait plutôt parler d'espoir ET effondrement, parce que l'effondrement nous y sommes déjà, raison de plus pour passer à l'action. Je pensais donc, à cet effet que lors du café découverte que nous tiendrons au colloque de cet automne, de demander aux participants de réfléchir sur une suggestion à proposer au GSVQ afin de mettre en place une initiative de transition que nous pourrions coordonner. Karel Mayrand, qui doit nous confirmer sa présence au colloque, vient justement de publier le livre Demain le Québec, qui présente quelques belles initiatives de transition au Québec.

Nous en sommes là : espoirs et effondrement. Je crois donc qu'il serait pertinent pour le GSVQ de s'impliquer dans la transition. Qui sait ? peut-être pourrions-nous nous retrouver dans une prochaine édition de Demain.

Le président du GSVQ,

Jacques Delorme

Procès-verbal de l'assemblée générale annuelle

Groupe de simplicité volontaire de Québec (GSVQ)

Mardi 6 juin 2017, à 19 h 30

Centre communautaire Lucien-Borne,
100, chemin Sainte-Foy, salle SS210-C, Québec

Présences :

Membres :

Colette Tardif
Hélène Châteauneuf
Jacques Delorme
Jean-Claude Boutin
Josée Grignon

Lise Gauvreau
Louise De Beaumont
Lucie Provencher
Marcel Vincent
Pascal Grenier

Coordonnateur : Jean Cloutier

Ordre du jour

1. Ouverture et mot de bienvenue
2. Nomination d'un(e) président(e) et d'un(e) secrétaire d'assemblée
3. Vérification du quorum
4. Présentation et adoption de l'ordre du jour
5. Présentation, suivi et adoption du procès-verbal de la dernière AGA
6. Présentation et adoption des états financiers
7. Présentation et adoption des prévisions budgétaires
8. Rapports d'activités de l'année écoulée et prévisions pour l'année à venir
9. Modification des règlements généraux, s'il y a lieu
10. Élection des membres du conseil d'administration
11. Questions diverses
12. Levée de l'assemblée

1. Ouverture et mot de bienvenue

Mot de bienvenue par monsieur Jean Cloutier, coordonnateur.

2. Nomination d'un(e) président(e) et d'un (e) secrétaire d'assemblée

Il est proposé par Josée Grignon, appuyé par Lise Gauvreau, de nommer Jean Cloutier président d'assemblée, et Lucie Provencher, secrétaire d'assemblée.

Adopté à l'unanimité

Ils acceptent.

3. Vérification du quorum

Il y a 11 membres présents, le quorum est donc atteint.

4. Présentation et adoption de l'ordre du jour

Il est proposé par Josée Grignon, appuyé par Jean-Claude Boutin, d'adopter l'ordre du jour comme présenté. Il est entendu que le point 11, Questions diverses, reste ouvert.

5. Présentation, suivi et adoption du procès-verbal de la dernière AGA

Lecture sommaire du procès-verbal de l'assemblée générale annuelle du 31 mai 2016.

Corrections demandées :

- point 8, concernant la distribution du Bulletin Simplement Vôtre changer le libellé par du premier paragraphe par : la distribution se fait ailleurs que seulement dans la région immédiate de Québec et Chaudière-Appalaches, il est aussi envoyé dans les bibliothèques dans l'Est du Québec des municipalités de 5000 habitants et moins.
- point 8, Plan d'action 2016-2017 : remplacer Monastère des Ursulines par Monastère des Augustines.

Il est proposé par Pascal Grenier, appuyé par Josée Grignon, d'adopter le procès-verbal avec les corrections.

Adoptée à l'unanimité.

6. Présentation et adoption des états financiers

Interrogations concernant le montant des dépenses en photocopies ; Lucie Provencher explique qu'il y a eu plus d'impression de dépliants en noir et blanc, d'affiches couleurs pour les activités et de cartes d'affaire.

Il est proposé par Lucie Provencher, appuyé par Lise Gauvreau, de voir avec la personne qui inscrit les données comptables de faire les écritures de régulation pour annuler certains chiffres qui sont dans le système depuis plusieurs années inutilement.

Il est proposé par Lise Gauvreau, appuyé par Josée Grignon, d'accepter les états financiers comme présentés.

7. Présentation et adoption des prévisions budgétaires

Détails concernant certains coûts :

- le transport c'est pour le déplacement de Jean Cloutier pour la distribution du Bulletin, des affiches et organisation des activités.
- détailler le poste divers
- pour la vente des livres, il y a entente avec Les éditions Écosociété que nous recevons 20% du coût des ventes.

Il est proposé par Colette Tardif, appuyé par Pascal Grenier, d'approuver les prévisions budgétaires comme présentées.

8. Rapport d'activités de l'année écoulée et prévisions pour l'année à venir

Les activités organisées dans l'année sont importantes pour faire rayonner le GSVQ.

Lecture du texte du mot du président à la page 3 de notre rapport d'activités.
Remise d'un cadeau à Lise Gauvreau pour sa contribution à la production du Bulletin *Simplement vôtre*. Toutes ces productions demandent beaucoup de temps et d'énergie de sa part.

Dans le Rapport d'activités, les responsables ont préparé un texte présentant les activités de l'année. Chacun, chacune en fait un résumé aux membres.

- Le Bulletin Simplement Vôtre, coordonnatrice Lise Gauvreau
- Cercles, marche, cafés philos et témoignage, présenté par Jean Cloutier
Il est demandé au conseil d'administration de revoir la programmation afin d'établir s'il y a des activités à conserver ou cesser. Par contre, les cercles de discussions semblent l'activité la plus prisée.
- Le site Web, responsable Josée Grignon, webmestre et graphiste
Invitation à visiter régulièrement le site et laisser vos commentaires et suggestions.
- Objets écologiques, présenté par Pascal Grenier, en l'absence de Benoît Grenier
- Émission de radio, animateur Jean Cloutier
Il a été suggéré que les AmiEs de la Terre ait une émission de 9h à 10h ; rien n'est encore confirmé.
- Ateliers d'introduction à la simplicité volontaire
Ces ateliers ont été animés par Pascal Grenier et Jacques Delorme.

Plan d'action de la prochaine année

- Retour des activités récurrentes et ajout du Cercle de lecture sur Thoreau en collaboration avec les AmiEs de la Terre.
- Plus d'activités dans le Vieux-Québec, comme Le Temporel et le Monastère, car ce sont des endroits plus chaleureux, qui ont une âme.
- Suggestion de membres : revoir les orientations des activités, vérifier avec les données du world-café du dernier colloque où des activités concrètes avaient été suggérées.
- Colloque au Monastère des Augustines, présentation de l'affiche.
Conférences et ateliers prévus : Dr. Béliveau, Dr. Drouin et une nutritionniste, une yogi, du yoga énergétique, marche silencieuse, méditation par le cœur, visite du monastère, philo libertaire, etc.

9. Modification des règlements généraux, s'il y a lieu

Aucune modification n'est présentée.

10. Élections des membres du conseil d'administration

Jean Cloutier agira à titre de président d'élection.

Les postes de Louise DeBeaumont et Benoît Grenier sont en fonction pour une autre année.

Les postes de Jacques Delorme, Pascal Grenier, Luc Paquin, et Lucie Provencher sont en réélection.

Le poste de André Dulac est à combler pour une année.

Des 4 postes en réélection, Pascal Grenier et Jacques Delorme sont intéressés à renouveler.

Josée Grignon accepte de combler le remplacement du poste d'André Duval pour un an.

Début des mises en candidature pour les deux postes à combler :

Colette Tardif proposée par Jacques Delorme

Hélène Châteauneuf proposée par Pascal Grenier

Jean-Claude Boutin proposé par Lucie Provencher

Fermeture des mises en candidature.

Hélène Châteauneuf et Colette Tardif acceptent.

Le nouveau conseil d'administration sera maintenant formé de : Louise DeBeaumont, Benoît Grenier, Pascal Grenier, Jacques Delorme, Josée Grignon, Hélène Châteauneuf et Colette Tardif.

Félicitations à tous et toutes.

11. Questions diverses

- Invitation à participer au pique-nique du Réseau des groupes de simplicité volontaire qui aura lieu à Trois-Rivières au mois d'août. Surveiller vos courriels, notre page Facebook ou visiter régulièrement notre site web.

Les gens intéressés à y participer pourront signifier leur intérêt à Jean Cloutier.

12. Levée de l'assemblée

Tous les sujets ayant été abordés, il est proposé par Hélène Châteauneuf et appuyé par Louise DeBeaumont de clore l'assemblée.

Adoptée à l'unanimité.

Lucie Provencher
Secrétaire de l'assemblée générale

Activités du GSVQ en 2017-2018

L'ensemble de nos activités d'avril 2017 à mars 2018 dont les Cercles de discussion de l'année, les cafés philos et soirées témoignages se sont révélées peu populaire. Notre association avec les AmiEs de la Terre de Québec et leur lieu d'activités nous amène de nouveaux participants, mais pas en si grand nombre, sauf lors de colloque dont la retraite-colloque tenue au Monastère des Augustines. Nos Cercles de discussion comprenant normalement une présentation de 20 à 40 minutes sur un thème choisi par le conseil d'administration sont intéressants mais peu fréquentés. Au total, plus d'une quinzaine de rendez-vous pour les membres ont été organisés au cours de cette année, soit deux Cafés philosophiques -sinon trois entre les AGA- ont eu lieu, trois projections-débats dont une au FFPE, à la Foire Écosphère et une autre avec Développement et paix. Quatre Cercles de discussion sur cinq réalisés dont deux fois avec les mêmes invités et une soirée témoignage avec notre trésorière sortante, en plus des cinq ateliers d'introduction à la simplicité volontaire. Cependant, cette année d'exercice annuelle, il n'y a pas eu de Zones de gratuité, ni de pique-nique et une marche thématique sur les traces de Thoreau annulée le jour-même... malgré la promotion internationale et locale de l'événement.

1. Mardi 18 avril 2017 au Centre Frédéric-Back : Cercle de discussion sur le thème L'éloge de la paresse avec François Nault, professeur de théologie et sciences religieuses à l'Université Laval.

2. Mardi 16 mai 2017 au Centre Frédéric-Back : Soirée témoignage avec Lucie Provencher

Tradition chez les simplicitaires de Québec, nous demandons à un membre actif de témoigner de son expérience avec ses proches en donnant des exemples de son quotidien, de son cheminement vers ce mode de vie.

3. Lundi 25 septembre à la Brasserie Artisanale Griendel, 95 Rue Saint-Vallier O, Québec: Sur les traces de Thoreau : un Yankee à Québec en 1850 avec Jean Cloutier

Cette conférence traduite de la version anglaise - qui avait été présentée en anglais à Concord, Mass. jeudi 13 juillet dans le cadre de la réunion annuelle de la Société Thoreau célébrant le 200^e anniversaire de sa naissance - a été représentée à Québec en français en Rendez-vous historique. Cette présentation diaporama avec photos, explications historiques sur le trajet parcouru par Thoreau du Vieux-Québec vers la Côte de Beaupré en début octobre 1850

4. Mardis 1^{er} juin 2017 et 26 septembre 2017, Chez Temporel: Cafés philos avec Jacques Sénécal

Un Café philo favorise les échanges de points de vue philosophiques à partir de questions préoccupantes des participants liés à l'actualité. L'animateur de ce Café, Jacques Sénécal a été professeur, conférencier et fondateur du groupe SV de Trois-Rivières. Il est également l'auteur de plusieurs essais. Ce café a été capté et se retrouve dans le film archivé.

5. Les samedi 30 septembre et dimanche 1^{er} octobre 2017(annulée), partant du Vieux-Québec, vers Beauport et la Côte de Beaupré. Avec commentaires au long du parcours. Coût d'inscription: 25 \$.

6. Samedi 4 et dimanche 5 novembre 2017 au Monastère des Augustines : Retraite-colloque sur le thème : Le Bien-vivre intérieur, vers une vision positive. Par des ateliers de méditation de pleine conscience ou dite par le coeur, de yoga énergisant, de santé globale et de philosophie, les ateliers ont été animés par Suzanne Bernard, Dr Jean Drouin, la naturopathe Imane Lalou, la yogini Marie-Josée L. Gabriel, Julie

Leclerc et Nicole Tremblay. L'inscription était au coût de 50\$, sans repas, ni coucher (70\$ après le 15 octobre)

7. Mardi 21 novembre 2017 au Centre Frédéric-Back : Cercle de discussion sur le thème: La vie à crédit, consommation et crise à la veille du temps des Fêtes, avec Dominique Boisvert

8. Mardi 30 janvier 2018 au Centre Frédéric-Back : Cercle de discussion sur le thème: Sortir de l'impasse: qu'est-ce qui freine la transition écologique? Avec Thierry Lefèvre, Ph.D professionnel de recherche, U. Laval

9. Mardi 20 février 2018 au Centre Frédéric-Back (reportée): Cercle de discussion sur le thème: La lente disparition de la pratique religieuse au Québec: un appauvrissement ou une chance? Avec l'auteur et simplicitaire François Nault, professeur, faculté de théologie et sciences religieuses, Université Laval.

10. Mardi 20 mars 2018 au Centre Frédéric-Back: Cercle de discussion sur le thème: La pauvreté vous rendra libre: essai sur la vie simple et son urgente actualité avec Dominique Boisvert. Précédé d'un 5@7 pour le lancement de ses derniers livres.

11. Derniers vendredis midis du mois au Centre Frédéric-Back, soit les 29 septembre, 27 octobre, 24 novembre 2017 et 26 janvier, 23 février, 30 mars, (27 avril 2018):Cercles de lecture Thoreau. Regard philosophique sur la SV à travers les écrits de Henry-David Thoreau.

12. 22 avril et 2 juin 2017, 4 novembre (annulée) et le 13 mars 2018, trois projections-débats dont une au FFPE avec le film Le Kid de Chaplin, à la Foire Écosphère avec notre film Le bien-vivre simplicitaire : d'un café à l'autre' et une autre le 13 mars à Développement et Paix avec le film : En quête de sens. Le 4 novembre des difficultés techniques ont empêché la diffusion de notre film en présence de Jacques Sénécal et des participants. Nous assistons aussi aux projections-débats annoncées par l'infolettre des AmiEs de la Terre de Québec se tenant à la Bibliothèque Gabrielle-Roy.



Le bulletin « **Simplement Vôtre** »



En 2017-2018, nous avons de nouveau publié 3 bulletins. Deux d'entre eux avaient 16 pages, l'autre 20. France Cliche continue de faire la correction des textes tandis que Josée Grignon en assure la révision technique et voit aussi à la publication du bulletin sur le site et la page Facebook. C'est à Jean que revient la tâche de l'impression et de la distribution des copies papier. Nous formons ainsi une belle équipe très complémentaire.

Quelques auteurs restent fidèles, certains se font plus rares et de nouvelles plumes continuent d'apparaître au fil des publications. Dans les numéros de l'automne et de l'hiver, des pages ont été consacrées à la présentation de Communauto et de la Caisse d'économie solidaire. Dans chaque édition, une attention particulière a été portée à la promotion des activités à venir du GSVQ.

Les pages couvertures sont maintenant glacées et en couleur ce qui donne un beau cachet à notre revue et la rend plus attrayante. Nous imprimons 500 copies en papier qui sont ainsi distribuées :

2 copies Bibliothèque nationale du Canada

2 copies Bibliothèque et Archives nationales du Québec

25 copies Bibliothèque Gabrielle-Roy et pour le réseau des bibliothèques de la Ville de Québec

120 copies Centre régional de Services aux bibliothèques publiques de la Capitale-Nationale et de Chaudière — Appalaches

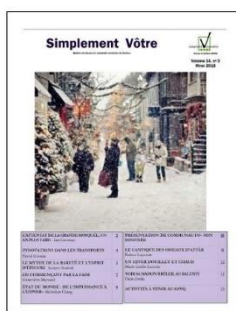
52 copies Réseau BIBLIO de la Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine

50 copies au Réseau BIBLIO de l'Estrie et 46 copies au Réseau BIBLIO de l'Outaouais.

Le bulletin est expédié par courriel à plus de 2000 membres et sympathisants du GSVQ par le biais de l'infolettre des AmiEs de la Terre de Québec. Il rejoint aussi 1500 membres et sympathisants des ATQ. On parle donc de 3500 courriels en plus de la publication sur nos sites Web et Facebook. Merci de votre intérêt et bienvenue à celles et ceux qui ont le goût d'écrire.

La coordonnatrice du Bulletin,

Lise Gauvreau



Rapport du site Web & Facebook

Site web : En 2017-2018, le site web du GSVQ a présenté nos 19 activités, les 7 articles du GSVQ dans les médias, les 3 bulletins ainsi que les enregistrements des 38 émissions hebdomadaires de radio.

Facebook : La webmestre s'est occupé de publier nos activités sur la page Facebook du GSVQ ainsi que d'alimenter la page avec des suggestions d'articles, vidéos, etc. provenant d'organismes à vocation écologique. Lise Gauvreau et Jean Cloutier ont aussi contribué à alimenter notre page FB. Pour les statistiques : nous avons actuellement 1219 abonnés qui reçoivent nos publications Facebook, l'an dernier nous en étions à 985 abonnés.



Infographie : J'ai aussi la responsabilité de concevoir les affiches et dépliants du GSVQ. J'en profite pour les insérer sur notre site web et la page FB. Notre coordonnateur Jean Cloutier s'occupe des impressions.

Infolettre : Depuis 2011 le GSVQ a délégué aux AmiEs de la terre de Québec la responsabilité de ses envois aux membres et sympathisants. Nos informations sont insérées dans l'infolettre des ATQ qui est publiée aux deux semaines. L'avantage de ce regroupement, c'est que les membres des ATQ reçoivent aussi nos informations et nous recevons les leurs.

En conclusion, je vous invite à visiter plus souvent le site web du GSVQ et nous faire part de vos commentaires et suggestions. En tant que membres du GSVQ, c'est votre site web !

La webmestre du GSVQ,

Josée Grignon

Objets écologiques et Vélo Vert



Au cours de son histoire, le GSVQ a fabriqué et vendu 3 types d'objets écologiques. Ceux-ci sont essentiellement notre seule source de financement.

Les sacs en tissus : Nous avons vendu, depuis 2002, au-delà de 20,000 sacs écologiques en tissus et lavables. Nous avons été les pionniers dans ce domaine au Québec et maintenant on en retrouve partout. On peut dire que nous avons atteint notre but, c'est-à-dire de diminuer substantiellement l'utilisation des sacs en plastique. Il nous est maintenant impossible de concurrencer les sacs qui se vendent à \$1.00 et fabriqué dans les pays asiatiques.

Composteurs : Tout a été liquidé, car la demande a chuté, suite à l'annonce de la ville de Québec de faire la cueillette de la matière organique porte-à-porte, et le projet de construction d'une usine de biométhanisation. Après avoir vendu près de 3 000 composteurs domestiques en bois, la production a été interrompue. Par contre, on attend toujours la construction de l'usine en question prévue pour 2022.

Les écobarils récupérateurs d'eau de pluie : Ils sont maintenant notre principale source de financement. Nous avons une très bonne coopération avec l'organisme Le Vélo-Vert (VV) qui est également un OBNL. Le VV fait la production, ainsi que la vente, et nous paie une royauté. Je siège maintenant sur leur conseil d'administration et y apporte une expérience et une expertise très appréciées. Prenant part aux décisions de l'organisme, nous sommes en mesure de veiller aux intérêts du GSVQ. En 2018 VV a vendu environ 8 000 barils et prévoient en produire le même nombre en 2019.

La venue du GSVQ a permis de consolider les finances de VV. La transformation des barils est également un meilleur apprentissage en vue du retour au travail des bénéficiaires d'emplois Québec versus le reconditionnement des vélos, ce qu'ils poursuivent toujours toutefois.

Je tiens à faire remarquer ici, que les objets écologiques sont loin d'être l'activité principale du GSVQ. Notre organisme fait un choix judicieux des objets qu'il décide de fabriquer. C'est, autant que possible, fait avec du matériel récupéré, ce qui, en même temps, réduit la quantité de déchets. Toutefois, ça augmente parfois les difficultés de réalisation des projets. De plus, ils sont fabriqués par des gens en difficultés d'apprentissage, et dans des conditions humaines dignes. Les objets écologiques doivent aussi répondre à un besoin environnementale important.

L'administrateur et membre du CA de Vélo-Vert,

Benoît Grenier

Émission de radio: « *En toute simplicité* »

Du Huitième continent à CKRL...à En toute simplicité de CKIA

Le projet d'émission présenté aux autorités de la programmation de la station de radio CKIA-MF ayant été accepté, depuis l'automne 2017, l'émission de radio hebdomadaire « En toute simplicité » est réalisée avec Jean Cloutier à l'animation et Jacques Delorme à la chronique littéraire en co-animation des interviews avec le professeur de philo Jacques Sénécal. En direct, les vendredis de 10h à 11h sur les ondes de CKIA au 88,3 FM, on peut aussi l'écouter en rediffusion (podcast) sur notre site web et profiter d'ajouts (photos, résumé et références). Pour nous suivre et connaître nos thématiques hebdomadaires, consulter notre site web: gsvq.org



Prévu aussi pour l'automne 2018. L'animateur continue à offrir gratuitement aux auditeurs des formations hebdomadaires sur la SV et l'environnement en accord avec le conseil d'administration. Les co-animateurs se sont assurés d'aborder les thèmes prévus dans les cercles de discussions, cafés philosophiques, colloques et ateliers ou autres activités des AmiEs de la Terre de Québec dont celles de leur 40^e anniversaire, du Groupe dont la marche d'Henry David Thoreau, les films documentaires.

Les émissions sont annoncées et font partie de la mise à jour à faire sur notre site web et la page Facebook faisant la promotion en continue de nos invités par la mise à jour de notre site Internet et de la page Facebook. Encore cette année, le public ciblé était principalement des auditeurs intéressés à en apprendre

plus sur ce qu'est et n'est pas ce mode de vie simplificateur ou la philosophie par le biais d'interviews thématiques, de capsules éducatives et de chroniques de suggestions littéraires et musicales.

De septembre 2017 à décembre 2017 et 1^{er} janvier 2018 au 31 mars 2018 (ou jusqu'à la fin mai 2018), il y a eu 38 émissions nécessitant des contacts avec des dizaines d'invités liés de près ou de loin à la SV dont une dizaine d'interviews en studio, et une trentaine par téléphone, certaines pré-enregistrées présentées sous forme de reportage en direct ou à partir d'Europe (France, Belgique et Angleterre). Plusieurs pièces musicales en rapport avec le thème de l'émission ont été jouées à chacune des émissions et au moins une centaine de livres et une trentaine de films référant à la SV ont été suggérés par des invités afin d'ouvrir la possibilité aux auditeurs d'approfondir leur connaissance sur les sujets.

Le réalisateur et animateur,

Jean Cloutier

Ateliers d'introduction à la SV

Des ateliers d'introduction à la simplicité volontaire sur 5 semaines ont été offerts à l'automne 2017. Une dizaine de personnes y ont participé de façon très soutenue. Les ateliers ont été présentés avec un support Power Point et animés par Pascal Grenier et Jacques Delorme.

Les différents thèmes présentés ont eu comme sujets :

- 1) Qu'est-ce que la simplicité volontaire;
- 2) L'environnement;
- 3) La consommation,
- 4) L'argent
- 5) La simplicité intérieure.



Ainsi, au cours de cinq semaines: les lundis 16 octobre au 13 novembre 2017 de 19h15 à 21h00 au Centre Lucien-Borne, 100 Chemin, Sainte-Foy, (coin Salaberry), Québec, au local SS 210 C. L'édifice est accessible par les autobus 800, 801 et 807. Coût : 25 \$ pour les 5 soirs, payable après la première soirée. Ce coût comprend un document guide. Pour inscription : Pascal Grenier, pascal.grenier2@gmail.com ou (418) 529-7890.

L'animateur des ateliers de partage,

Pascal Grenier

En collaboration avec Jacques Delorme

Comité Retraite-colloque 2017

Le coordonnateur du GSVQ a agi comme organisateur de la Retraite-colloque de novembre 2017 avec le président du GSVQ Jacques Delorme, il nous fait donc plaisir de partager avec les membres présents à l'assemblée générale le bilan fait par le comité organisateur du colloque.

Présences et inscriptions

Limité à 50 inscriptions (puis à 40) pour des raisons de logistiques, sur les 33 personnes qui se sont inscrites, 2 ne se sont pas présentées. À ce nombre, il faut ajouter les personnes ressources, les bénévoles ou les membres du comité qui ne payaient pas. Nous étions plus de quarante dans les moments les plus forts et une trentaine à manger sur place. Le jour des élections ne convient pas si on veut attirer un plus grand nombre de participants.

Les inscriptions ont été faites par notre propre système de réservation sur notre site au lieu de se faire par Lepointdevente.com, tel que recommandé par les organisateurs du dernier colloque dans lequel nous faisons figure d'étrange au milieu de tous les spectacles annoncés sur ce site. Ce serait une bonne idée de mettre le programme dans le bulletin précédent au lieu d'en publier un spécial à grand frais...

Bilan financier : Revenus : 1 660,00 \$ et Dépenses : 2 331,85\$ (1928,85\$ + 403,00\$)

Ce résultat peut paraître minimal, mais à nos yeux et à ceux du comité organisateur, il ne l'est pas. Nous avons volontairement privilégié un coût d'accès minime afin que l'argent ne soit pas un obstacle à la participation. L'important c'est d'attirer le plus grand nombre de personnes, car le colloque est probablement notre activité la plus populaire pour la sensibilisation à la Simplicité volontaire et dans ce cas-ci au bien-être intérieur avec l'aide d'exercices de méditation et de yoga dans un lieu dédié pour ce faire.

Étant donné que le GSVQ a de bonnes ressources financières, il nous apparaît tout à fait justifié de les utiliser pour le colloque et d'en organiser un autre selon la formule connue à l'Université Laval. Soulignons que la plupart de nos personnes ressources, à l'exception de la partie yogique et logistique, sont bénévoles. L'essentiel des dépenses a été consacré au paiement des locaux et au cachet réservé au coordonnateur pour l'organisation du colloque et le suivi des demandes du Conseil d'administration.

Le coordonnateur du GSVQ et le président du comité de la Retraite-colloque 2017,

Jean Cloutier et Jacques Delorme

Prévisions budgétaires 2018-2019

Au niveau des revenus, notre principale entrée de fonds proviendra de la vente des éco-barils, en collaboration avec l'organisme Vélo Vert. Nous prévoyons en tirer un revenu de 19 000\$ ou un peu plus. Nous organisons un colloque les 27 et 28 octobre 2018 ; nous visons à ce que le colloque s'autofinance : donc 2500\$ de revenus et dépenses. Les autres entrées de fonds proviendront des intérêts sur placements, du membership, de la vente de livres et de d'autres documents pour un total de moins de 1000\$.

Au niveau des dépenses, nous continuerons à défrayer le coût d'une émission hebdomadaire d'une heure à la radio communautaire CKIA (120\$ par semaine+ 200\$/annuel pour achats de livres ou revues) pour un total de 4800\$ pour l'année. Pour le colloque, nous prévoyons investir 2500\$. La sous-traitance avec les AmiEs de la Terre de Québec pour l'envoi d'une infolettre régulièrement et la tenue à jour de notre liste de membres revient à 1500\$. Ajoutons quelques centaines de dollars en autre sous-traitance. L'allocation au coordonnateur pour des frais de communications (1260\$/an) et bureau résidentiel (1860\$/an) totalise 3120\$. S'ajoutera à nos dépenses des montants de quelques centaines de dollars pour des photocopies (principalement le bulletin) et des frais de poste et de transport. Un nouveau poste à ajouter dans nos dépenses : l'assurance responsabilité pour un montant d'environ 400\$. Les projets spéciaux n'étant pas encore adoptés, nous leur réservons un montant de 2 000\$ dans la rubrique 'Autre', qui pourrait être bonifié par le surplus prévu de 2 000\$.

A noter que ces chiffres sont des estimés, qui peuvent être sous-évalués ou surévalués. Et que nous ne sommes pas obligés de dépenser ces montants au complet. Soyons simplificateurs !

La trésorière du GSVQ,

Josée Grignon

Mot du coordonnateur

La transition ferme en toute simplicité...

Merci à toute l'équipe du conseil d'administration(CA) pour la confiance que vous me portez depuis mes débuts. Toujours dans cet esprit d'initiatives simplificateurs, je suis fier de coordonner les services et de produits dictés par le CA dont notre film documentaire dit d'archive sur nos activités sur le bien-vivre simplificateur, nos cafés philos en passant par les lectures thoreauviennes et notre première retraite-colloque dans un lieu dédié à la spiritualité... Nous continuons, en toute simplicité, à écouter vos demandes tout en continuant à organiser de nouvelles activités se voulant de plus en plus interactives, comme mes suggestions de cercles de lecture Thoreau, de méditation par le coeur, de yoga énergétique ou de projets de transition fermes ...Il y a aussi peut-être un projet de livre bilingue comprenant un circuit touristique annoté avec photos sur les traces du récit Un Yankee au Canada écrit par Thoreau. Ce projet me tient particulièrement à coeur et pourrait nous amener une collaboration concrète avec la Société Thoreau à la suite de ma conférence à leur rencontre annuelle de 2017 célébrant le 200^e anniversaire de sa naissance...À suivre en 2019 !

Le coordonnateur du GSVQ,

Jean Cloutier

Des remerciements sincères aussi : À vous toutes et tous qui venez à nos activités, lisez nos bulletins, vous procurez nos objets écologiques, faites la promotion de notre groupe dans vos milieux. À vous toutes et tous qui avez choisi la simplicité volontaire, où que vous soyez et quoique vous fassiez, vous portez en vous et autour de vous le germe d'un changement nécessaire; vous semez les bases d'une société plus juste et plus durable, bâtissez un avenir pour l'humanité. MERCI À VOUS !



Programme de la Retraite-colloque

LE BIEN-VIVRE INTÉRIEUR, VERS UNE VISION POSITIVE

Samedi 4 novembre

8 h – 8 h 30 – Accueil pour les piétons par le 32, rue Charlevoix par l'Entrée des groupes, ou par le stationnement (24 places) au 77, rue des Remparts (18\$ par jour)

8 h 30 – Accueil à la retraite-colloque Jacques Delorme, président du GSVQ

Sous le thème: 'Le bien-vivre intérieur: vers une vision positive'

9 h – Robert Béliveau, md, (remplacé par Suzanne Bernard)

Titre d'atelier : 'Méditation de pleine conscience ici et maintenant ???'

10 h – Jean Drouin, md et Imane Lalou, naturopathe

Titre d'atelier : 'Comment intégrer le spirituel en pratique de soins?'

11 h – Marie-Josée L. Gabriel, yogi-ni en résidence au Monastère

Vivre à un rythme naturel et se mouvoir comme une rivière accordée à la nature. Pratique fluide et simple partage pour activer son énergie vitale et sortir de sa boîte.

12 h – Lunch au Monastère (22\$ + taxes et service) ou Chez Temporel (25 rue Couillard) environ 15-20\$ +taxes.

Samedi 4 novembre (suite pm)

13 h30 – Marche silencieuse sur les murs du Vieux-Québec ou dans la cour intérieure du monastère.

14 h – Atelier-conférence par Julie Leclerc et autres adeptes sur la méditation de pleine conscience du coeur selon la technique dite Heartfulness.

15 h – Atelier-conférence par Jacques Sénécal sur la philosophie du socialisme libertaire incluant un exercice philosophique adapté au thème proposant des solutions.

16 h – Visite guidée du Monastère (8\$ en sus)

17 h30 – Repas libre Chez Temporel ou au Monastère

19 h – Visionnement du film : Le bien-vivre simplicitaire : d'un café à l'autre suivi d'un café philo animé par Jacques Sénécal.

21 h – Méditation libre dans la chapelle du monastère.

Dimanche 5 novembre

8 h30 – Accueil par Jacques Delorme, président du GSVQ

9 h – Atelier pratique de méditation par Robert Béliveau, md, (remplacé par Nicole Tremblay) incluant une méditation ou prière à la chapelle au son des Laudes chantés par les soeurs

10 h – Messe chantée des sœurs ou méditation par le coeur ou en pleine conscience

12 h – Repas Chez Temporel ou au Monastère.

13 h30 – Marche silencieuse dans la cour intérieure.

14 h – Cercle de discussion sur la simplicité intérieure: vers une vision positive animé par Jacques Delorme, président du GSVQ

15 h – Mot de la fin par les participants à la retraite-colloque

**Merci de soutenir le développement de la
simplicité volontaire par votre présence et votre
engagement en adhérant à notre Groupe de
Québec !**

Partenariats



Le Vélo Vert en collaboration avec le GSVQ produit, vend et distribue des écobarils.



Mouvement citoyen favorisant la transition vers une société écologiste.



Réseau d'échange de services entre individus et d'éducation à la coopération.



Nous appuyons la campagne « Lundi sans viande »



Clubs Écolos Projet créé par Qualité de Vie Écologique (QVE)



Média reseauforum.org
Le média de la démocratie en action,
qui annonce toutes nos activités dans son
calendrier mensuel