### Rencontres autogérées

### Créer le paradis sur Terre!



Brochure pour façiliter l'organisation de rencontres autogérées au plan logistique, décisionnel et du contenu



Les inscriptions, l'organisation en amont Le co-vélotage, et co-voiturage La déclaration en mairie L'annonce/ le bulletin d'inscription	p4
L'organisation de l'association : la collégiale et l'AG annuelle Extraits des statuts	p6
Le programme auto-construit collectivement : les Ateliers Exemple des ateliers du mardi	р7
Les décisions collectives : le consensus	р9
L'autogestion logistique ou la logistique autogérée Les équipes	p10
La technique  De l'eau chaude!  De l'ombre!  Des toilettes!  La gestion du compost	p12
L'économat  La composition des repas  Le pain  Cocktail de graines germées  Horaires et organisation des cuisines	p19
Textes de participants	p22
Annexes  La liste des critères pour le lieu	p27
Wikipédia : la prise de décisionpar consensus Quantités indicatives de nourriture pour un repas pour 100 personnes Matériel de cuisine Boulange des AmiEs de Silence 2006 Tableaux pour les économes Menus 2005 Comptes de résultats 2006 Approvisionnement 2006	p28 p29 p31 p32 p34 p36 p37

La revue Silence (Ecologie - Alternatives - Non Violence) est publiée depuis 1982. Elle se veut un lien entre toutes celles et ceux qui pensent qu'aujourd'hui il est possible de vivre autrement sans accepter ce que les médias et le pouvoir nous présente comme une fatalité. 9, rue Dumenge, F - 69317 LYON Cedex 04, 04 78 39 55 33

http://www.revuesilence.net/index.html

Or donc, ce magazine a des lecteurs/lectrices et des sympathisants qui se retrouvent une fois par an sur le principe de l'auberge espagnole : on y trouve ce qui a été apporté et comme chacun apporte le meilleur...

L'association des ami-e-s de S!lence est née en 2002 avec la première rencontre des lecteur/trices au CUN du Larzac, organisées par le revue pour ses 20 ans. Les participantEs enthousiastes, dont la fondatrice de l'association Florence de Luna, ont proposé de remettre ça, et les rencontres sont devenues annuelles. Après le Biolopin dans le Jura en 2003 (70 personnes), Brocéliande en 2004, l'écocentre du Périgord en 2005 et La Terre dans le Lot en 2006, la rencontre 2007 aura lieu sur la commune de Courbiac.

### Les inscriptions, l'organisation en amont

Les rencontres ont habituellement lieu à cheval sur fin juillet et début août. Elles débutent en milieu de semaine (pourquoi partir le week end "comme tout le monde" ? Par amour des foules estivantes ?) et durent 2 semaines : 1 semaine de préparation/montage pour ceux qui peuvent venir et 1 semaine de rencontres proprement dites.

### Le co-vélotage, et co-voiturage :

Une page en "wiki" sur notre site internet avec les coordonnées des demandeurEUSEs et proposantEs, les dates et le lieu d'où ils partent/souhaitent partir...et ça suffit!

Un wiki est un espace d'échange et de mise en commun d'informations, d'idées, de contributions sur internet. Les visiteurs peuvent devenir contributeurs, et chacun peut améliorer le contenu du site. http://kiosq.info/ecowiki/wakka.php?wiki=AmisdeSilence

### La déclaration en mairie

Après infos auprès des services de la Préfecture voilà le résultat des courses :

- 1°) le PAYSAN qui prête son champ n'a rien à faire ....
- 2°) l'ASSOCIATION qui organise doit demander l'autorisation au MAIRE de la commune sur laquelle est situé le champ du/de la paysanNE. Pour ce faire le maire doit se rapprocher des services de la PREFECTURE qui doivent donner l'autorisation quant à la présence du camp sur son territoire".

Monsieur le maire.

Nous vous informons que les rencontres des Ami-e-s de S!lence se tiendront du 26 juillet au 9 août sur le site de La Terre, chez Monsieur Réveillac. La plupart des participants arriveront vers le 2 août, la première semaine étant destinée aux préparatifs.

Restant à votre disposition pour toutes questions, je vous prie d'agréer, patati patata...

Pour les grosses manifs payantes :

http://www.legifrance.gouv.fr/WAspad/SardeUneRubriqueBase?num=66300000 et notamment la référence de ces deux articles :

- -Décret n° 84-227 du 24 mars 1984 modifiant le code de l'urbanisme et relatif au camping et au stationnement des caravanes JO 31-03-1984 p. 1011 (Art. 26 : Abroge le décret n° 59-275 du 7 février 1959 à l'exception de l'art. 1er et du dernier alinéa de l'art. 4 Abroge les art. 1Er, 2, 3, 4 [deuxième alinéa], 5, 6, 7 et 13 du décret n° 68-134 du 9 février 1968)
- -Arrêté du 17 juillet 1985 relatif aux conditions sanitaires minimales communes aux terrains aménagés pour l'accueil des campeurs et des caravanes et aux terrains affectés spécialement à l'implantation d'habitations légères de loisirs JO 26-07-1985 p. 8495-8496 (Abroge l'arrêté du 20

décembre 1973 relatif aux conditions sanitaires des terrains de camping et de caravanage)

"L'autorisation d'aménager un terrain destiné à l'accueil des campeurs et des caravanes, ou un terrain affecté spécialement à l'implantation d'habitation légères de loisirs, impose la mise en oeuvre des équipements sanitaires minimaux prévus par le présent arrêté."

L'assurance de l'association est nécessaire en cas de problème avec un objet lui appartenant (chapiteau...).

### L'annonce/le bulletin d'inscription

On passe l'annonce dans quelques journaux amis (Silence et Passerelles eco) et on la met en ligne sur notre site : http://amisilence.apinc.org

L'annonce pour 2007 : Les ami-e-s de Silence proposent leur traditionnelle rencontre estivale, du 1 au 8 août. Cette rencontre se déroulera dans le Lot et Garonne, près de Villeneuve sur Lot sur la commune de Courbiac, après une semaine de préparation et montage du 25 au 31 juillet.

Le but de la rencontre ? Vivre ensemble de façon festive dans la simplicité volontaire, partager nos expériences d'autogestion et nos savoirs (alternatives, habitat, énergie, vie quotidienne, alimentation, non-violence, décroissance. ..), mettre la main à la pâte dans divers ateliers et lâcher prise... bref, croquer la vie dans la bonne humeur!

Pour cela, prévoyez dès à présent votre contribution à cette grande oeuvre... pensez à des ateliers liés à une pratique quotidienne de la décroissance et du vivre ensemble, amenez vos "trucs", vos bricolages maison, vos savoir-faire en matière de massages, arts martiaux, potager, tricot, votre groupe électrogène fonctionnant à l'huile de carotte ou votre chauffe-eau alimenté au cumulonimbus ! Si vous en possédez, vos marabout, chapiteaux, grandes tentes, yourtes ou abris bambous seront les bienvenus ainsi que vos instruments de musique...

Pour participer, merci de vous inscrire d'ici le solstice d'été (le 21 juin), cette date étant importante pour éviter de surcharger les gentils inscripteurs bénévoles.

Les tarifs : L'adhésion aux ami-e-s de S!ilence est de 10 euros par adulte pour l'année.

Pour la semaine de préparation à laquelle tous ceux qui le souhaitent sont invités à participer, nous nous organiserons tous ensemble pour une cuisine collective, seule l'adhésion est à régler.

Pour la semaine de rencontre, trois formules seront sans doute proposées : deux en cuisine collective (A et B) et une en cuisine autogérée (C).

- formule A : La Cuisine collective des Amis de Silence : végétarienne, avant tout locale, principalement bio et.. . simple.

Nous invitons les accros à apporter leurs propres réserves (thé, café, chocolat...et autres denrées rares). Pensez également à apporter une participation au petit déjeuner (le plus cher des trois repas) : miel, confiture et autres douceurs à partager...

Parce que l'argent ne doit pas être un frein, nous maintenons un tarif volontairement bas de 42 euros pour sept jours (demi-tarif pour les moins de 12 ans), qui permet de couvrir les frais de nourriture. Nous vous engageons à venir pour la semaine entière, cependant en cas d'empêchement, vous pouvez vous inscrire au tarif de 6 /jour.

Parallèlement, nous proposons un tarif petit budget pour celles et ceux qui sont un peu justes et lançons un appel solidaire à ceux qui peuvent verser plus.

- formule B : une (ou plusieurs) petites cantines va sûrement s'adjoindre àl'organisation des repas : nous vous tiendrons informés de l'évolution de ce projet !
- formule C : cuisine autogérée : vous choisissez d'être indépendant et autonome pour vos repas. Les modalités d'organisation (sécurité, place disponible, stockage des produits etc...) dépendront des installations existantes. Il vous sera demandé une petite participation "prix libre" pour l'utilisation des installations et équipements sur le lieu.
- Attention! Pour toutes les formules: apporter vos tentes et votre vaisselle.
- "Bienvenue à tou-te-s" ... mais nos amis les chiens ne sont pas bienvenus : Au minimum pour causes d'enfants et poules sans défenses en liberté.

A bientôt donc pour de magnifiques rencontres à construire ensemble.

### L'organisation de l'association : la collégiale et l'AG annuelle

### **Extraits des statuts**

### **Article 7 Administration:**

Le bureau et le conseil d'administration sont composés par un collectif nommé "la collégiale", constitué pour un an lors de l'assemblée générale.

Les membres de la collégiale sont renouvelés en partie chaque année, chacun étant invité à ne pas être membre plus de trois années d'affilée.

Tous les membres de la collégiale sont sur le même pied d'égalité : chacun des membres est ainsi co-président de l'association.

La collégiale est investie des pouvoirs nécessaires au fonctionnement de l'association. Elle peut ainsi agir en toutes circonstances au nom de l'association. Elle peut désigner un de ses membres pour représenter l'association dans tous les actes de la vie civile. Chaque membre de la collégiale peut être habilité à remplir toutes les formalités de déclaration et de publication prescrites par la législation et tout autre acte administratif nécessaire au fonctionnement de l'association et décidé par la collégiale.

Les membres de la collégiale exercent leurs fonctions bénévolement. Toutefois, les frais occasionnés par l'accomplissement de leur mandat, après accord préalable de la collégiale, peuvent être remboursés sur justificatif. La collégiale est ouverte aux nouvelles personnes en cours d'année, qui en font la demande pour aider sur un ou plusieurs secteurs, projets ou actions.

<u>Article 8</u> Réunion de la collégiale : La collégiale se réunit une fois au moins dans l'année, avant les rencontres et l'AG annuelle.

### Procédure de décision dans la collégiale et dans les assemblées générales :

Les décisions sont prises autant que possible par consensus. C'est à dire que tout le monde doit être d'accord, s'abstenir ou s'opposer sans bloquer, mais si un ou plusieurs des participants bloquent la décision, la décision est reportée.

# Une (ou plusieurs) personne peut bloquer la décision seulement s'il-elle réussit à démontrer la validité de son opposition, c'est à dire que la décision qui va être prise est vraiment dommageable au groupe et/ou en contradiction avec ses principes fondamentaux. Si le groupe reconnaît le bien fondé de l'opposition, alors la décision peut être bloquée.

# Si le groupe ne reconnaît pas le bien fondé de l'opposition, le problème évoqué n'est pas légitimé et le groupe peut continuer dans la décision qu'il avait l'intention de prendre initialement. Dans ce cas la décision prise devra recueillir l'assentiment d'au minimum 75% des membres présents.

<u>Article 9</u> Assemblée générale ordinaire : L'assemblée générale ordinaire comprend tous les membres de l'association . L'inscription aux rencontres inclut l'invitation à l'AG, l'ordre du jour est établi par les participants quelques jours avant.

Les différentes commissions ou groupes de tâches ayant préparé et organisé les rencontres présentent leur bilan (gestion, situation morale et financière); puis les évolutions, projets etc. sont débattus et décidés au consensus si possible;

La nouvelle collégiale est appelée et constituée pour préparer les rencontres, actions et projets pour l'année suivante.

La présence du quart des membres est nécessaire pour que l'assemblée générale puisse délibérer. Si le quorum n'est pas atteint, une seconde assemblée générale est convoquée avec le même ordre du jour, à un jour au moins d'intervalle. Celle-ci délibère alors valablement, quel que soit le nombre des présents.

Nul ne pourra représenter une personne autre que lui-même.

### Le programme auto-construit collectivement : les Ateliers

La collégiale d'organisation annuelle se charge seulement des aspects logistique (lieu, abris pour les cantines et approvisionnement, douches et toilettes sèche, mais rien n'est prévu au programme : ce sont les participants qui le font. Au début de la semaine de rencontre, on fabrique de grands panneaux, un par demijournée, avec quelques colonnes pour préciser l'activité proposée, l'horaire, le lieu où l'on se retrouve et c'est tout!

# Activity Lesselson de proposant deux de deux de la proposant de la proposant

### Exemple des ateliers du mardi :

### Le matin

- Réaliser un assemblage en tenon-mortaise
- Exercices mouvements taoïstes
- Projet Appel pour des écovillages sans voiture (Cyclane) voir le site http://cyclane.decroissance.info
- Massage des organes internes "Chi Neï Tsang"



- "Des bulles dans son ressentir" : atelier sur l'écoute de ce qui surgit dans le groupe, en soi, au travers d'expériencesjeux utilisant le mouvement et le nonmouvement
- Danse voltige dans les arbres
- Les prises de décision au consensus
- Nettoyage de la citerne de la ferme
- La "tripartition sociale" selon Rudolf Steiner, projet pour la Nation Libre
- Atelier BRF chez Jacky Dupetit et sa conférence à La Terre
- Discussion sur "pouvoir, contre-pouvoir et anti-pouvoir"
- Discussion sur les luttes anti CPE avec témoignages des réflexions étudiantes au delà du CPE

### L'après-midi

- Cueillette de plantes sauvages comestibles
- Théâtre-forum et régulation des conflits
- Jeux et improvisation CLOWN
- Projet AMOPIE : construire une alternative à la logique de compétition, vivre ensemble, voir le site http://amopie.free.fr/
- Massage des bébés et enfants
- Communication non-violente
- Chant choral en cercle
- Vannerie sur chaise





### Le soir

- spectacle impro danse et chant (dans la clairière)
- sous le chapiteau : projection du film "Désentubages cathodiques" de la télé libre Zaléa
- Soirée bal folk

Une journée où des stands proposent des produits locaux et des produits de participant(e)s producteurs. Les exposants doivent être des producteurs (et pas des revendeurs) dans « l'esprit de Silence » et proposer des produits locaux.



### Les décisions collectives (consensus...)

L'idée première de la mise en place de l'AG quotidienne était d'avoir régulièrement un moment/lieu de décisions collectives, histoire d'éviter ce qui se passait jusque là, à savoir que c'étaient les membres de la collégiale qui décidaient de pas mal de choses, même pendant les rencontres.

Une AG a donc lieu après le repas de midi pour aborder la gestion collective, avec un ordre du jour (annoncés la veille à la criée) et une durée limitée (1 h).

Pour qu'une question soit abordée il fallait l'inscrire la veille sur le panneau prévu à cet effet pour que l'on puisse y réfléchir avant (ça c'est pour la théorie...en fait l'ordre du jour se faisait sur place. C'est quand même mieux si il est fait en début de réunion). Une personne est chargée de donner la parole à ceux qui l'ont demandé, une autre personne est gardienne du temps et de l'ordre du jour, une personne est chargée de noter les accords et désaccords...

Parfois des points trop "gros" ont fait l'objets de débats, et ont été renvoyés pour l'AG finale annuelle (pour que plus de débats aient lieu au cours de la semaine.



Prise de décisions par accord consensuel : tout le monde doit être d'accord, s'abstenir ou s'opposer sans bloquer, mais si l'un des participants refuse la décision, elle ne peut être prise (cf.annexes Wikipédia : la prise de décision par consensus).

### L'autogestion logistique ou la logistique autogérée

On fait de grands panneaux avec en colonnes les jours, et en ligne les équipes nécessaires, et on laisse les participantEs s'inscrire. S'il manque du monde dans certaines équipes ceux qui s'en aperçoivent le signalent en AG et ça se ré-équilibre rapidement. Parfois c'est parce qu'il y a un problème de gestion dans l'activité en question (divergence dans la gestion des déchets, compréhension du compost des toilettes sèches...), alors un groupe s'occupe de trouver une solution à plusieurs en discutant.

### Les équipes

Petit déjeuner : 8 h 9h30 2 à 4 personnes Cuisine midi : 9H 6 à 8 personnes

Cuisine soir : 17h 6 à 8 personnes **Vaisselle** midi (gamelles) : 4 personnes Vaisselle soir (gamelles) : 4 personnes

Entretien des toilettes : 4 personnes. Il s'agit de vider les toilettes sèches sur le compost en mettant un peu de paille par dessus, nettoyer un peu le récipient, et vérifier qu'il reste du papier et de la sciure dans chaque toilette... ce qui n'empêche pas chacunE de se sentir concernéE si il manque d'un truc ou si c plein ou un peu sale et de s'en occuper...

**Tri des déchets** : 2 personnes. ça consiste à vérifier le tri des déchets, qui doit être adapté au contexte local et à la sensibilité des participantEs...!

Accueil matin : 2 personnes. Accueillir les nouveaux arrivantEs, expliquer le fonctionnement du camp, encaisser les adhésions et paiements de nourriture...

Accueil aprème : 2 personnes. Idem

**Eau**: 2 personnes. Remplir les jerricans pour se laver les mains à la sortie des toilettes et dans les cuisines, remplir d'eau chaude les bacs à vaisselle pour après les repas...



**Goûter enfants**: 1 personne. Sortir la nourriture pour les enfants au moment du goûter et la ranger ensuite.

Intendance/économat matin : 2 personnes intendance/économat soir : 2 personnes : 4 équipes de 2 économes, formés au début des rencontres, vont sortir à tour de rôle à chaque repas les quantités nécessaires en lien avec l'équipe de cuisine et en fonction de ce qui doit être mangé en priorité (fruits et légumes fragiles, légumineuse délaissée).

Ils déterminent, à partir de l'évaluation du nombre de personnes qui doivent manger (info donnée par l'équipe d'accueil), les quantités, les pesent et notent ce qui reste (cf.tableaux



économat en annexes) À chaque repas, humidifier les linges sur les salades.

Chacun fait la vaisselle de ses couverts à la fin du repas (ou quand il veut) dans des bacs remplis par l'équipe « eau » (bon à la fin du repas, y'a plus de chances que l'eau soit chaude, hein).

### Le feu

En général en plein été, on organise un espace « feu » où on en fait un le soir pour y voir et pour l'aspect convivial (même s'il ya de la lumière en cuisine et sous le chapilopin) et où on autorise les fumeurs à ...fumer..!



### Les jeunes participants

Des animations en fonction des bonnes volontés, exactement comme pour le reste des ateliers / propositions.

On essayait de leur "réserver" une grande tente, mais ça dépend de ce que les participantEs amènent comme espaces supplémentaires.



### La technique :

Les scieries sont de bons endroits pour récupérer des chutes de bois et de la sciure, les grandes surfaces pour des panneaux d'isorel au rayon liquides pour faire des panneaux d'affichage.

### De l'eau chaude!

A saint pierre de frugies 200 personnes pour 4 cabines (fermées avec des fougères). A livernon 5 cabines pour 300 personnes (fermées avec de la bâche).

Les douches-sacs solaires se percent vite, et ne chauffent pas bien parce qu'il n'y en a en général pas assez et qu'en plus tout le monde les met à l'envers!!...

Le plus efficace consiste à exposer au soleil des pots à fleurs en plastique noir d'une dizaine de litres couvert d'un plastique transperent. Les pots à fleurs sont récupérés chez les fleuristes. Si on trouve pas de récup', des grosses poubelles noires avec couvercles font parfaitement l'affaire (pour 200 personnes 3 ou 4).



Et pour se doucher, remplir une bouteille en plastique dans la poubelle d'eau chaude (à partir de la mi-journée) et l'emmener dans la cabine de douche. Pour économiser l'eau, on peut percer le bouchon de quelques trous et ainsi pouvoir se rincer au jet avec très peu d'eau et beaucoup de plaisir!

### Le Chapilopin des Ami(e)s de S!lence :

Chaque ferme est constituée de :2 planches de 4,00 m, 2 planches de 2,06 mn 2 planches de 1,10 m, 1 planche de 2,70 ml y a 13 fermes, soit 26 x 4,00 m, 26 x 2,06 m, 26 x 1,10 m, 13 x 2,70 m. Auxquelles s'ajoutent les tasseaux de 3,06 m (une trentaine environ), ainsi que les liteaux de couverture, et les planches qui assurent, au niveau de la traverse haute, la liaison et le maintien

100 - 50 m Literary expects d 10,000

entre les fermes.

Plus encore quelques planches qui forment une lisse basse au sol, et qui permettent d'éviter écartement excessif des pieds de chacune des fermes. Elles sont maintenues en place par des piquets enfoncés dans le sol.

### Implantation du chapilopin :

Le terrain : le plus plat possible pour éviter le déséquilibre de la construction (surtout pour éviter trop de prise au vent).

Dimensions: Largeur: 7,73 m, Longueur: 12,39 m (soit 12 intervalles de 1 m + l'épaisseur de chaque ferme, soit 13x3cm= 0,39m) auxquels il convient d'ajouter environ 2 x 4 m pour les jambages de renfort (planches et/ou cordes) à chaque extrémité) soit 20,39 m pour l'encombrement total.

On coupe deux ficelles solides de 14,6 m chacune de longueur, qui représentent la longueur de la diagonale du rectangle que forme la construction.

On matérialise (par un nœud ou un point de couleur bien visible et qui ne risque pas de tomber ou de se déplacer sur la corde) le milieu de ces cordes soit 7,3 m.

On tend une première corde qui représente l'une des diagonales de la construction, et l'on fixe deux piquets à ces extrémités (1 et 2)

On coupe une troisième corde de

7,73m de longueur que l'on fixe par un bout à l'un des piquets(ex :1) et l'on délimite (avec des cailloux par exemple) avec l'autre extrémité un arc de cercle.

On croise la deuxième corde au-dessus de la première corde, également bien tendue, en faisant en sorte que les deux milieux se superposent exactement.

On déplace ensuite cette deuxième corde (en la faisant pivoter et en veillant à maintenir toujours les



deux marques superposées) de façon à venir croiser l'arc de cercle précité. A l'endroit où l'extrémité de la corde croise l'arc de cercle, on plante un troisième piquet (3); il ne reste plus qu'à planter un quatrième piquet (4) à l'autre extrémité de la corde pour obtenir un rectangle dont les quatre angles sont droits.

Ensuite on tend des cordes pour délimiter les quatre côtés. On fabrique des piges (ou bâtonsmesure) de 1m de long, qui vont servir à déterminer les emplacements des pieds des fermes.

A chaque repère on creuse un

trou de la longueur de chaque pied (20/25cm) et de profondeur de 5 à 10 cm. Il y aura donc 13 trous, dans chaque longueur.

Si le terrain est difficile à creuser, ou le sol trop meuble, on peut remplacer ou compléter les trous par la pose de lisses basses ou planches posées au sol, à chant, et maintenues par des piquets, qui serviront de butée aux pieds des fermes (voir photos).

Pendant ce temps les 13 fermes auront été fabriquées et le montage proprement dit peut commencer (voir photos).

Il est très utile de disposer de une (deux c'est mieux) échelles ou plutôt grands escabeaux, le toit d'une voiture pouvant faire l'affaire; il faut en effet une personne qui assujettisse les fermes les unes aux autres à l'aide de planchettes, liteaux ou autre. En effet, si le chapilopin une fois monté et assujetti est très résistant, il est à l'inverse très fragile au début de son édification. En fait il se rigidifie à mesure de sa construction. Il convient donc d'être particulièrement prudent, surtout au début.

Il est conseillé, pour l'élévation des fermes de disposer de deux cordes orientées en sens inverse l'une de l'autre



mais toutes deux fixées sur la traverse principale de la ferme : l'une pour tirer et l'autre pour retenir. Dés la mise en place de la deuxième ferme il est important de les assujettir au moins sommairement, au moins au niveau de la traverse centrale (une visseuse électrique est des plus utile en ce cas).



Les fermes ayant été élevées et assujetties les unes aux autres il ne faut pas oublier, à chaque extrémité du chapilopin de prévoir des renforts. Il peut s'agir de planches solides faisant office d'arc-boutant, ou de forts piquets retenant une corde qui passe d'un bout à l'autre de la structure en faisant des tours morts autour de certaines des traverses hautes, le tout étant mis en tension.





La tente du menuisier



### Des toilettes!



Ou 4 piquets de bois et du tissu autour, ou deux ou trois ballots de paille...

Avec des poubelles grand format et du bois pour faire les cuvettes.

Demander la sciure (exempte de traitements et pas de bois exotique : ça pue) aux scieries locales (en même temps que des chutes pour faire diverses constructions, tables bancs, toilettes, douches...)



### La gestion du compost :

Le compost de toilettes sèches nécessite principalement de trouver une personnne interessée par sa récupération (la plupart du temps à des fins de culture, arboriculture ou même potager si sa gestion est bien maîtrisée). Il faut également de la paille (ou tout autre matière sèche et carbonnée, comme du foin sec, des feuilles mortes) en quantité.

Commencer par faire une couche de paille par terre d'environ un mètre de large, puis verser dessus le contenu de la toilette sèche, étaler un peu (c pas le moment le plus agréable mais ça ne dure pas) et remettre une couche de paille par dessus. Recommencer pareil avec la toilette sèche suivante...

La paille sert à absorber l'excès d'humidité et à barrer l'accès aux insectes volants genre mouches.

Au bout de six mois, le compost pourra être retourné, et au bout d'un an il sera mûr et utilisable au jardin pour fertiliser le sol (18 mois pour le potager), permettant ainsi à la matière organique que nous produisons chaque jour de retourner à sa place dans le cycle du carbone, et de nourrir les plantes, au lieu de polluer l'eau et d'asphyxier la vie aquatique, et d'éviter qu'il ne soit nécessaire de fabrique force engrais azotés avec du pétrole. Voila.



### L'économat

Cuisine collective végétarienne (bio-locale), libre pour les autonomes avec incitation au végétarisme, et dans le respect des végétariens (pas de cuisson de produits carnés dans les lieux collectifs).

### La composition des repas

fruits le midi et le matin produits laitiers 1 fois par jour oeufs 2 fois par semaine Quantité par personne :

**Matin** : proposer des céréales à la place du pain, en particulier pour des raisons économiques : moitié pain - moitié céréales

- pain : 120 g (2 grosses tartines)

- lait animal : non

- Laits végétaux : 100 ml

- céréales (muesli de base de céréales toastées) : 50 g ?

- Raisins secs : 10 g?

- Fruit 200 g

Chacun-e amène l'équivalent de ce qu'il va consommer durant son séjour, que ce soit en thé, café, chocolat, en erzatz ou en infusion. Ainsi pas besoin de prévision, et pas de coût non plus comme l'entrainerait l'achat d'erzats. Si jamais il manque, on fait un atelier-sortie plantes à infusions et fabrication de chicorée. Idem en confiture et/ou miel (ss ogm ou bio). Ainsi pas besoin de prévision, et pas de coût non plus. Si jamais il manque, on fait un atelier-confiture (prévoir du sucre) et on prévoit un peu de marge en achetant un peu de miel localement au cas où.

Midi

légumes et crudité : 200 g

glucides: 60 g (sauf pom de terre: 200g)

légumineuse 40 g

fruit 200g

Soir

légumes et crudité : 200 g

glucides: 60 g (sauf pom de terre: 200g)

légumineuse 40 g

+ pain, fromage le cas échéant, oeuf le cas échéant

Penser à prévoir que les repas puissent être végétaliens (pas de laitage incorporé dans les plats). Végétalisation de recettes : quand on enlève la viande, faut rajouter 1/3 de céréale/féculent.



### Le pain

Entre 18 et 35 kg de pain pour 100 personnes par jour,

18 kg dans le cas où on n'en met qu'au petit dej

35 kg pour du pain à tous les repas

100 g de pain par repas par personne, donc par jour pour 100 personne ça donne 30 kg Un four à roulette peux assurer 40 kg (deux fournées de pain moulés, ça prend moins de place) par jour à 4 ou 5 plus quelques coups de main par ci par la pour ramener du bois. 60 kg si on est plusieurs avec 3 fournées sur deux jours.

Exemple d'organisation : pétrissage 6h du mat 30 kg façonnage à 11h de 15 kg enfournage des 15 kg à 12h façonnage des 15 autre kg à 11H30 enfournage de ces 15 kg à 13h

une autre équipe fait les 2 autres tournées pétrissage 30 kg à 8h façonnage de 15 kg à 13H enfournage à 14h façonnage de 15 kg à 14h enfournage de ces 15 kg à 15h



en gros on peut espérer avoir fini à 17h ou 18 h si il y a du retard dans la cuisson des pains !! (voir en annexes l'organisation de 2006)

Pour 20 kg de pain il faut compter 13 kg de farine.

### Cocktail de graines germées

une céréale (seigle et/ou sarrasin) une lipido proteique (tournesol) une glucido proteique (lentilles)

une "amusante" et vitaminée (alfafa, souvent, même chez Celnat (!), d'origine de

france) une "originale " ( le fenugrec , classée comme une légumineuse donc protéique mais surtout tres

une "originale " ( le fenugrec , classée comme une légumineuse donc protéique mais surtout tres remarquable pour ses proprietes nettoyantes au niveau cellulaire et régéneratrice de tissus)

### Horaires et organisation des cuisines

1ère équipe cuisine 8h

9h mettre à cuire les glucides et légumineuses (pour cent personnes c plus long!) 10h30 préparer le repas du midi

14h ranger et laver

14h30 faire cuire les bases pour le soir (référent cuisine + 1 personne)

17h 2ème équipe cuisine jusqu'à 22h

soit 1ère équipe de 8h à 14h et 2ème équipe de 17h à 22h

goûter des mômes : 16h30 pain et confiture, + fruits



L'équipe de cuisine décide des menus en fonction des restes, du stock et des aliments mis à tremper.

Elle décide de mettre des aliments (riz, lentilles...) à tremper pour les repas suivants.

Elle évalue les quantités en fonction du nombre de personnes et... de la température (+ il fait chaud, -- on mange de féculents, + on mange de crudités).

Elle utilise les gamelles aluminium ou émaillées pour la cuisson à l'eau uniquement. Tout autre cuisson est faite dans les gamelles en inox.

Elle remet à l'économat les produits restants, conditionnés dans d'autres récipients et rassemble les gamelles sales pour l'équipe de vaisselle.

Elle est chargée d'assurer le service.

Elle est chargée de noter le menu du jour sur le panneau à la cuisine (rappel de ce qui a déjà été fait pour les repas suivants).

Le temps de cuisson est réduit (céréales et féculents) en ajoutant du kombu : 1 lamelle pour 10 l d'eau.

Pour les cuissons, mettre l'eau à bouillir tout de suite. Couper le gaz quand les aliments sont encore fermes, la cuisson continue (force d'inertie).

Pour votre sécurité, portez les gamelles à deux.

Les torchons ne servent que pour les légumes.

Un espace est réservé pour que les personnes qui se font à manger de manière indépendante puissent poser leurs affaires, leurs gaz et faire à manger. En 2006, les deux cuisines avaient la même taille et étaient accolées.

La cuisine des « autonomes », en 2006, qui se font souvent à manger collectivement, mais de manière spontanée...



La cuisine « collective » en 2006



### Textes de participants

Je suis rentrée chez moi, et l'énergie collective me manque énormément (de moins en moins chaque jour, on s'habitue - malheureusement?- à tout), alors je me suis dit que ça serait chouette si on échangeait des écrits sur nos ressentis, ça pourrai faire l'objet d'une compilation sous forme de brochure, pour retransmettre l'esprit des rencontres, et aussi nous permettre de confronter nos ressentis, ce qu'on a retenu de plus fort les uns les autres, un patchwork de visions du campement?

C'est ma première rencontre des AdS : Découverte totalement joyeuse et émerveillée, car il m'a été rarement donné de vivre dans la joie quasi tous les éléments constitutifs de la vie collective à laquelle j'aspire : quand c'est autogéré et politiquement engagé c'est pas bienveillant avec le vivant voire conflictuel dans les rapports interpersonnels. Quand c'est écolo et non violent c'est pas politisé etc... Et là il y avait une conjonction fertile et bienveillante de ce qui me paraît faire partie de l'art de vivre, l'art d'habiter et l'art d'être ensemble, le tout sans faire l'impasse sur les luttes sociales et les questions du "pouvoir"

Bref que du bon - pas eu le temps de tout percevoir - trop de choses (ai loupé les calins ...)

J'ai l'impression que les villages autogérés à 1000 personnes sont effectivement de très bonnes et très visibles démonstrations de ce qui est possible.

Au même titre que ces villages d'Espagne entre 1936 et 1939 qui ont montré que l'auto-gestion à la taille d'un gros village c'est archi bon, c'est même tout l'art d'habiter de l'humain qui s'y déploie. Pour autant les communautés espagnoles qui habitaient sur place, géraient leur empreinte écologique sur l'année.. ça n'est pas notre cas. Nous n'avons pas non plus (il me semble) le

désir de faire une démonstration politique de force (très utile dans le cas du VAAG) mais plutôt de réinventer et d'expérimenter des modèles que nous tâchons de continuer à vivre le reste de l'année. Et pour ce faire le petit nombre me semble essentiel. C'est à dire 200 maxi : Pour que les ateliers restent à échelle de l'échange interpersonnel, pour qu'on apprenne à réellement fonctionner au consensus (aussi important pour moi que l'écologie ou la non séparation sexuelle des

tâches), pour que nos émotions soient en sécurité avec les autres, nous permettant ainsi de mieux accueillir nos r-évolutions... - Bref des essaims autogérés - par des collégiales plus locales - à

2-3- 4 endroits de France - successivement ... et là je rêve d'un tour de France des AdS, chaque région aura son chapiteau, et on sera heureux d'avoir réussi à dormir sous chacun d'eux...

c'était ma parenthèse lyrique... promis je me calme.

Des bises à tous et toutes et à bientôt! A

Pour répondre à ton appel, voici quelques petites impressions et quelques souvenirs en vrac.

Pour ma deuxième participation, vu que je savais plus à quoi m'attendre j'avais choisi de venir dès la première semaine. J'étais de boulange un jour sur deux, j'étais fatiguée et j'avais besoin de temps pour souffler, ou tout simplement profiter de moi-même pour faire la sieste, aller me ballader, jouer de la flûte, lire...

Donc les beaux tableaux avec des activités, j'en ai pour ainsi dire rien vu : une discussion autour de la naissance un après-midi, la rencontre avec Jacky Dupety + visite chez lui (passionnant !) et une séance de chant commencée en retard et quittée avant l'heure pour rejoindre la boulange. J'ai failli aller à ton déjeuner spécial hygiène féminine si j'avais capté où se trouvais ce fichu arbre - je l'ai finalement découvert juste avant de partir, pour la réunion de la nouvelle collégiale. Finalement, c'est à l'AG que j'ai été le plus fidèle - a part la "grande" mais ce n'était vraiment pas prévu !

D'un point de vue matériel, c'était le luxe. J'ai déserté ma petite canadienne qui fuit pour une superbe grange aux merveilleuses effluves de foin et de paille et quelques nuits à la belle. Quelles belles installations collectives (ah, les deux cuisines voisines sans esprit de concurrence - le bonheur), que d'espace !!!

Symboliquement, je suis heureuse que la réserve de nourriture n'ai finalement pas été mise sous clé, et que la razzia redoutée et annoncée n'ait pas eu lieu.

J'avais ammené plein de matos (cuisine + outils) en me promettant de lâcher prise. A part quelques petits énervements car ma tasse métallique disparaissait sans arrêt avant que je lui trouve une place discrète, je suis heureuse d'avoir réussi à lâcher prise. Et j'ai tout récupéré, à part un torchon et une spatule... que j'avais en double. J'ai réalisé tout récemment que cette attitude de lâcher pris que je

venais de tester à petite échelle était ce que je cherchais dans ma vie en bien plus grand. Accepter la possibilité de "perdre" ne signifie pas que ce sera le cas. Les doublons n'étaient-ils pas tout simplement le superflu ?

Sinon, j'ai beaucoup apprécié ces moments de discussion parfois très intime avec les un-e-s et les autres. Que de richesse !

J'ai un peu regretté l'absence de soirée contes ou théâtre, que j'avais bien aimé l'an dernier - mais heureusement il y avait d'autres soirées, intimiste ou plus festives.

Bien aimé aussi les "tas", les câlins, les cercles pour nous centrer à la boulange, les cercles où l'on chantait, tous ces moments magigues où le mental se calme.

Coup de c(h)oeur spécial pour le tube de l'été composé par Fabrice : miam ! Il me revient en tête de temps à autre, toute seule devant mon assiette, mais il n'a plus tout à fait la même saveur qu'ensemble pendant les rencontres. Va savoir pourquoi...

Autre coup de coeur pour nos hôtes, qui nous ont reçu avec énormément de gentillesse et se sont intéressés à nous.

J'arrête là ces quelques cartes postales du causse. Ma conclusion personnelle est que c'était vraiment réussi, et que ça m'a donné l'envie de rempiler pour la préparation de l'an prochain, pour les 25 ans de S!lence. Pour profiter de l'expérience acquise et essayer d'améliorer ensemble ce qui peut l'être. Bises **S** 

voici ma petite contribution a ce beau temoignage...

### Par T pas steack toujours

je me souviens des cloches des chèvres qui tintent pour annoncer la traite du matin et qu'il est deja l'heure de se lever, Erwan est déjà passé il y a quelques minutes et m'attend sans doute à la boulangerie et puis miam, une chanson, un leitmotiv une attitude de vie miam!!

Les doigts luisants d'huile, les figures et les rires barbouillés de poussière , d'amour de rêverie, les doigts dans la salade la salade avec les mains , le fromage de chèvres frais avec les doigts et

la pasteque qui n'en fini pas de "juter".... et puis miam, Fabrice qui arrive enfin avec sa guitare, la communion, le partage avec Jean Francois, avec Marie qui vient au petit matin m'apporter une faisselle de chèvre dans le but de m'amadouer et de repartir avec un pain (comme si il me fallait une raison pour lui offrir du pain...et oui je me suis laissé corrompre...) avec tous les amis, avec des galettes, avec le cercle de la boulangerie et tous les copines et copins boulangers qui ont volontiers accepté de rentrer à fond dans mon délire de cercle, de confrérie, qui n'ont pas eu peur de faire silence avant de se mettre à pétrir le pain du jour, un levain de paix.

Et puis les enfants qui avaient investit joyeusement la tente, qui n'ont pas hésité a me fiche dehors de "MA" tente en m'annoncant que c'était désormais leur lieu et les petits drames de pains du goûter les guêpes à la confiture du petit déjeuner (sauf la crème de marrons à en croire la statiticienne au regard percant Elisa).

Et puis quoi, des cheveux , des visages, des figures des petits matins tout tranquille en forme de lever de soleil voilé , Mehmoud toujours le premier debout qui allume le feu pour la chicorée du matin et puis l'AG en pente douce, sans trop de heurts(!), une énergie nouvelle qui nait.

Tout se boucle, la nuit tombe, l'énergie décroit, la graine de silence retourne en terre pour germer à nouveau, plus forte, plus vivante plus explosante de sève et de suc l'année prochaine, la graine de silence va attendre dans la douce terre, l'humus acceuillant de toutes nos bonnes

volontés mais déjà le cercle se reforme, l'ami Yohann me rejoint ces jours et à deux nous accomplissons l'unité du cercle.

Les rejetons sont vivaces et entêtés, du silence germe la lumiere qui éclairera à nouveau cette fin d'année si telle est notre volonté.

Merci "ce matin , sur mes levres un seul mot MERCI tout droit jailli de mon coeur"

Et oui, Virginie me demandait mes impressions, comme cela à chaud il y a déjà un mois.

Comment traduire, comme cela, ce qui vous reste pendant des mois dans la tête. Que du bon, bien sûr. Déjà pour mes deuxième rencontres de S!lence avec ma fille Claire de 8 ans, je peux vous assurer que durant plus de dix jours, ce fut la décroissance totale : mon quota journalier d'eau de 1,5 litres ne fut à peine utilisé pour la toilette et bien sûr je ne m'en porte pas plus mal aujourd'hui à l'heure où je vous en parle. Je dirais même que sincèrement avec ma barbe de "pirate" ma

consommation de lames de rasoir a sérieusement baissé, voire est devenu nulle.

Pour la nourriture végétarienne, cela m'a permis de perdre encore quelque graisse néfaste plutôt mal placée et depuis je ne me sens plus tenté par des repas carnés...en abondance. Poissons et oeufs font très bien l'affaire et légumes et fruits font parti de mes menus quotidiens.

Mes engagements visi-à-vis de la Collégiale ...et oui, cela n'était pas prévu au départ... à suivre donc. **D** ..Bien S!lencieusement.

Etre ou devenir "Ami(e)s de Sllence" c'est aussi découvrir la Décroissance avec un grand D.

Vivre 10 jours autre chose, une expérience de décroissance grandeur NATURE.

Et oui des journées très chargées, beaucoup d'ami(e)s et beaucoup d'amour au sens entier du mot . Se retrouver un an après la rencontre de l'écocentre du Périgord en pleine nature dans une grande propriété rurale et faire la connaissance de vrais agriculteurs...

Voilà, on peut en écrire des pages et se les raconter l'année prochaine à 250 ou 500 personnes venues des quatre coins de l'hexagone, voire d'Europe.à bientôt pour d'autres rendez-vous ...

Départ imminent pour Amiens et leur rencontre nationale des SEL...à suivre.

### Un cycliste

Une semaine de folie à des rencontres autogérées dans le lot, où j'ai dansé, caliné, chanté, réfléchi, proposé des ateliers et des brochures, débattu, nagé, bronzé, papoté, massé, trié des tomates, pesé des lentilles, aimé, pleuré un peu, ri et souri beaucoup...plus dur est le retour au quotidien...coupée de cette immense énergie de baigner parmi 200 personnes venues pour se rencontrer et proposer des activités diverses et variées... J'ai fait du chant en cercle, des danses trad, participé à des débats, faitt des calins à plein de gens différents, proposé des ateliers sur les petites éponges et coupelles menstruelles qui ont tourné à parler de sexualité, de contraception..., géré l'appro bouffe pour 200 à tour de rôles à 10 personnes...ect...On se douchait avec 1 litre d'eau... le choc du retour à la société de consommation est énorme... j'aurai préféré rentrer à vélo, ça m'aurai laissé le temps de m'y faire!

### Autogestion

Le plus important, je trouve, hormis le plaisir, c'est l'aspect apprentissage de l'autogestion à 200... à différents niveaux, que ce soit la personne qui découvre et qui se familiarise avec sa responsabilité dans la prise de décision collective, ou celle qui a pris des responsabilités et qui apprend à coordonner l'action sans imposer d'orientation, sans faire tout à la place des autres et en imposant des limites à son champ de responsabilités...

L'horizontalité de la responsabilité n'empêche nullement de se distribuer les tâches de réalisation et de coordination : il faut penser à le faire, pour que tout ne repose pas sur quelques personnes... par internet, une responsabilité non attribuée le restera, contrairement à ce qui se passe lors d'une ag, où l'on peux attendre qu'une main se lève...

Le fait de limiter mes exigences en matière de résultat et de limiter mon engagement vont strictement de pair...comme pour les panneaux d'ateliers à moitié foireux, qu'on a failli refaire à 2 ou 3 occasions dès qu'ils ont commencé à être remplis...ben finalement, ils étaient très bien!

### Cuisine en autonomie

Du côté de la participation aux rencontres, étant autonome au niveau de la nourriture mais organisée collectivement quand même (mise en commun de ce qu'on a apporté, cuisine à tour de rôle sur le mode informel), je trouve pratique de n'avoir rien à organiser à l'avance, mais je crains que ça ne fasse porter la réalisation des repas et l'organisation de la cuisine sur seulement quelques personnes, créant du centralisme et donc du pouvoir (ça ne s'est absolument pas produit, du moins à mes yeux, cette année)...l'absence de répartition explicite ne risque t'elle pas de déresponsabiliser tout le monde au détriment de quelques courageux cuisiniers? bon on verra. Pour ma part je me suis d'abord fait à manger perso, à deux, puis j'ai participé aux repas préparés collectivement, mis en commun nos fruits et légumes et fait à manger les deux premiers repas. Après, j'ai vécu sur mon investissement de départ, en essayant de faire confiance, ce qui a été d'autant plus façile que je me suis mis spontanément à manger quasi-exclusivement cru, par envie, ce qui je dois dire, n'a absolument jamais été dans mes objectifs...

Le plus beau dans tout ça, ce fut la coexistence des deux cuisines, installées côtes à côtes...quand on connait l'historique de l'association.

Ca me fait penser que je m'interroge sur la nécéssité de prendre des inscriptions hors cuisine

collective, si le lieu permet un certain variabilité du nombre (par exemple jusqu'à 400 personnes). C'est le chiffre des demandes de cette année, et franchement je ne vois pas, si cette condition est respectée, à quoi ca sert de passer du temps à courir après les inscrits.

Ca m'emmene à parler du prix libre, qui débarrasse aussi du travail de récupération des paiements : une caisse est simplement posée à l'entrée de la cuisine, et chacun y dépose, en une fois ou à chaque fois, le prix de son repas. Généralement le prix de revient est affiché, il tourne souvent autour de 2 euros en végétarien local et bio. Si la caisse ne s'équilibre pas, il suffit d'afficher un petit tableau d'information sur les entrées et le coût de revient de chaque repas, et les finances affluent, tout le monde prenant conscience de sa responsabilité, et participant selon ses moyens.

### Valeurs

il y a aussi quelque chose que j'aurai aimé porter au cours de ces rencontres, comme on rappelle les valeurs d'écologie, de solidarité et de non-violence, c'est l'attention que j'aimerai qu'on porte à des valeurs telles que le rejet du sexisme, du racisme et et de l'homophobie. Pour ce qui est du racisme, la problématique est simple, presque tous blancs, sauf quelques enfants, on peux se poser des questions sur l'amont du phénomène...Concernant le sexisme, je trouve le niveau de prise de conscience des rencontres assez faibles (bien que plus élevé qu'ailleurs). Ca se traduit surtout au niveau des prises de paroles (les prises de paroles masculines sont d'une fréquence et d'une longueur infernales, messieurs apprenez à vous auto-censurer pour respecter la parole d'autrui). Concernant l'homophobie, j'ai été choquée par l'introduction à un atelier qui évoquait la possibilité qu'un désir d'enfant sexué chez des parents (désir d'avoir une fille par exemple) puisse être à l'origine de l'homosexualité chez un garçon (et vice versa). Et question sexisme, quand on ne peux pas traverser le camp avec un jerrican plein une seule fois jusqu'au bout, on peux se demander si vraiment on ne serait pas très faible finalement..!!! .dans la même veine, j'ai eu toutes les peines du monde à terminer une activité manuelle : enhousiasme, spontanéité et aisance à l'action (je peux faire quelquechose? hop je le fais et je vais deux fois plus vite) ou assistanat (tu veux que je t'aide/le fasse, tu vas te brûler, laisse, essaie avec ce couteau, ou celui là, t'es sûre? tu veux pas que je t'aide...ect...argh) sont les deux mamelles de la mainmise sur certaines activités par certains hommes. Bon j'arrête là avec le sexisme, tout le monde était adorable quand même...

### Calinorévolution

L'expérimentation de la calinorévolution est un autre aspect central des rencontres pour moi. J'avais commencé dans le périgord, par un chat-calin, et la remise en route fut assez facile cette année, quoique les habitudes de contacts mettent un certain temps à s'adapter, quelques jours où on n'est pas totalement à l'aise avec le corps des autres, et se réhabituer à savoir bien ressentir quand c'est juste de le faire ou d'arrêter, du point de vue de l'envie (se faire plaisir ou faire plaisir à autrui...), de la demande (il faut parfois savoir passer par la parole, pour demander si ça convient à l'autre, ou pour refuser quand on n'a pas envie). La nourriture que ça procure est très étonnante... En plus, on n'est pas dépendants d'une seule personne, ce qui rend les choses beaucoup plus faciles et harmonieuses que dans la relation de couple par exemple, où si l'autre n'a pas envie de faire un câlin, on est tous seul avec sa frustration.

### Extérieur

j'ai personnellement pris beaucoup de plaisir à accueillir trois ou 4 groupes de gens visiblement -yeux exorbités, bouche ouverte...- extérieurs au camps et à leur expliquer brièvement notre organisation...ça m'a fait penser que j'aurai envie de s'ouvrir sur l'extèrieur au moins une fois durant les rencontres, sous la forme d'un repas partagé, ou d'un marché suivi d'un bal folk comme à brocéliande...ça me parait important. **V** 

### **Annexes**

### La liste des critères pour le lieu

Localisation : nom et distance des villes proches

Desserte : Gare SNCF la plus proche, distance, lignes de bus, etc.

Terrain(s): nombre, superficie totale, superficie de la partie camping [à l'écocentre c'est un hectare qu'on a eu pour deux cents personnes + le bois, c'est vrai, mais le pré on ne l'a rempli qu'au tiers à peine], configuration (relief, pierres, ombre...)

Capacité maximale d'accueil

Accessibilité automobiles (pour matériel), surface de parking, accès camping-cars , caravanes, etc Eau : disponibilité en eau potable, eau pour la toilette, etc

Evacuation des eaux usées,

Toilettes, toilettes sèches existantes

Electricité : EDF, Solaire, éolienne ?

Bâtiments disponibles pour repas, cuisine, ateliers, etc...( 100m2 minimum) : superficie, pièce tempérée pour stockage des aliments ?

Possibilités d'installer des structures provisoires pour repas, cuisine, ateliers (terrain plat, facilement accessible, etc.)

Mise à disposition d'outillage (pour la cuisine, le bricolage, sièges, tables...)

Possibilité de récupérer et d'utiliser des matériaux sur le site

(branches, fougères, etc., à préciser)

Possibilité de faire du feu : Poêles ? Feux ouverts ?

Contraintes particulières imposées par les hôtes (ex : cuisine exclusivement végétarienne...)

Projet (alternatif) des hôtes qui pourrait faire éventuellement l'objet d'une aide des Silencieu(ses)x

Environnement local, assoc' et réseaux alternatifs à proximité, marchés locaux, fêtes, etc.

Proximité
d'agriculteurs,
maraîchers,
boulangers,
coopératives
biologiques pour
approvisionnement
(type, coordonnées,
distance, etc...)



Existence à proximité du site d'installations présumées polluantes [pas de centrale nucléaire, de pylônes téléphoniques, de pistes d'atterrissage d'OVNIS etc... trop près]

Possibilités de baignade (rivière, étang, lac?) et distance

Possibilité de naturisme aux environs ?

### Wikipédia: Prise de décision par consensus

Il y a de nombreuses façons, pour un groupe, de prendre des décisions, et aucune d'elles n'est parfaite. La plupart d'entre nous ont été élevés dans une culture qui considère que la démocratie occidentale est la meilleure, et que le vote est le seul pouvoir qui peut servir aux genTEs. Il apparaît pourtant une grande désillusion quant aux potentiels de ce système pour une collégialité dans la prise de décision, et encore plus, à une plus grande échelle, pour changer quoi que ce soit dans le système. La démocratie devient le système qui permet soit d'élire un gouvernement, soit un exécutif ou comité de pilotage, qui prend toutes les décisions, et déçoit trop souvent.

Habituellement, lors d'un vote démocratique, à n'importe quelle échelle, une minorité importante est mécontente du résultat. Et même si cette minorité accepte la décision prise, parce qu'elle accepte la « règle du jeu », elle résistera activement ou essayera d'atténuer les conséquences de cette décision jusqu'à la prochaine opportunité de vote.

Le compromis est une autre méthode pour prendre une décision, habituellement par la négociation. Deux parties, ou plus, annoncent leur position respective et la changent petit à petit, par des concessions mesurées. La négociation peut conduire à une insatisfaction des deux parties, car personne n'est totalement satisfait.

A côté de ça, le consensus est un moyen de prendre une décision qui fait appel à la créativité de chacun. C'est un processus dans lequel aucune décision ne peut être prise tant que tous les participants ne l'acceptent. Ca peut être long à mettre en place, car le consensus est le produit patient de toutes les meilleures idées et volontés dans un groupe, dans un esprit de cohésion et d'équilibre. Les minorités sont entendues au cours du processus, et pas seulement à la fin : la décision est élaborée collectivement.

### Mise en place du processus

Il y a de nombreuses façons pour trouver un consensus, mais nous vous proposons cette procédure simplifiée, pour comprendre les mécanismes.

- 1. Le problème, ou la décision à prendre, est défini et nommé. Cette étape préliminaire aide à séparer la problématique à traiter des enjeux personnels.
- 2. Faire fuser toutes les solutions possibles (brainstorming) pour résoudre le problème ou répondre à la question. Les écrire toutes, même les plus folles.
- 3. Se réserver un moment dans le processus pour les questions diverses et la clarification de la situation.
- 4. Discuter et débattre des propositions écrites, les modifier, les regrouper, et en faire une liste, la plus courte possible. Lesquelles sont les préférées du groupe ?
- 5. Bien expliquer toutes les propositions, et leurs différences pour que tout le monde comprenne bien (on peut utiliser là l'ancienne méthode qui consiste à donner un temps égal à quelqu'un qui est pour et quelqu'un qui est contre la proposition pour s'exprimer).
- 6. Discuter les « pour » et les « contre » de chaque proposition. Faire en sorte que chacun puisse s'exprimer (tour de table, petits groupes...).
- 7. S'il y a une opposition majeure, recommencer au point 6. Il est parfois nécessaire de recommencer au point 4.
  - 8. S'il n'y a pas d'opposition majeure, faire état de la décision et voir s'il peut y avoir un accord.
  - 9. Reconnaître les objections mineures et incorporer des petits amendements.
  - 10. Discuter de la proposition, et vérifier le consensus.

### Le droit de veto

Le droit de veto, détenu par chacun sur une proposition du reste du groupe, est la pierre angulaire de la méthode du consensus. La « permission » de chaque membre du groupe est indispensable pour prendre une décision, c'est pourquoi écouter et répondre à tous les participants et prendre en compte tous les avis devient la préoccupation du groupe dans son ensemble.

Ce qui fait que le résultat n'est pas seulement un groupe plus égalitaire, mais aussi un groupe plus « satisfait », dans lequel chaque membre a une chance de se sentir important au sein du groupe. Les

responsabilités sont mieux partagées, les membres sont plus réceptifs aux autres, et l'envie de faire des choses ensemble est partagée. Le veto sur une proposition qui a demandé de longues discussions et une synthèse ardue est un acte sérieux. Il peut être fait en ayant bien pesé le pour et le contre, comme un ultime recours, sur des bases éthiques, ou à cause des conséquences qu'une décision peut avoir. Il peut aussi être fait à cause d'une émotion forte (peur, dégoût), mais en aucun cas à cause de préférences personnelles ou d'impulsions égocentriques.

Quand la prise de décision a fait son chemin, prenant en compte des opinions diverses, se modifiant, et que quelqu'un est toujours en désaccord avec la solution trouvée, il y a d'autres formes que le veto à envisager, qui ne contrent pas le processus. Par exemple, ne pas soutenir une décision : « Je ne ressens pas le besoin de ça, mais je peux quand même participer ». Ou encore rester réservé-e : « Je pense que ça peut être une erreur, mais je peux l'assumer ». Ou ne pas s'impliquer : « Je ne participerais pas, mais je n'empêcherais pas les autres de le faire ».

Dans certaines descriptions du processus de prise de décision par consensus, la notion existe que quelqu'un qui sent le besoin de faire un véto sur une proposition devrait envisager de se retirer du groupe, au moins pour un temps. Or, cette idée tend à l'inverse extrême du but de la méthode : plutôt que d'encourager l'inclusion des opinions et des souhaits de tou-te-s, ceux et celles qui ont une opinion minoritaires risquent de se sentir obligé-e-s de s'exclure du groupe. L'eventualité d'une exclusion du groupe est, pour certain-e-s, un mécanisme tout à fait opposé au principe d'inclusivité de la méthode de consensus, tendant à exclure ceux et celles qui sont non-conformistes, plutôt que d'encourager les critiques envers l'opinion majoritaire.

http://fr.wikipedia.org/wiki/Consensus#Prise\_de\_d.C3.A9cision\_par\_consensus

### Quantités indicatives de nourriture pour un repas pour 100 personnes

### **Kuisine Radikal Citrons (Nantes)**

miel: un seau pour toutes les rencontres (au cas où)

Entrée pour 100 p:

Crudités 6,5 kg

Et Graines germées 1 (=17 g) cuillère pr 10 p : 170 g pour 100 p Ou Graines tournesol 100g

Plat principal pour 100 p:

Pommes de terre 20 kg Ou Pâtes fraîches 50 œufs 10 kg farine Ou Sarrazin, riz, semoule : 3 kg

Et Légumineuses : 5 kg Et Légume cuit 15 kg

Pain pour 1 repas 100 p: 6kg

Desserts/fromages pour 1 repas 100 p

(peu utilisés – pas le temps- donc quantités pas vérifiées) Crème maïzena : 17 litres lait, 1,2 kg sucre, 1kg maïzena

Riz au lait 17 litres lait, 1,2 kg sucre 2 kg riz

Gâteau semoule 17 litres lait 1,2 kg sucre 2 kg semoule

Crème fécule 17 litres lait 1,2 kg sucre 2 kg fécule

Natali 1 sachet de 3 litres pour 20 personnes : 5 sachets pour 100 p

Flocons d'avoine 17 litres lait 1,2 kg sucre 2 kg flocons

1 p 1/6 l

Compote 17,5 kg de fruits

Fruits 25 kg

Fromage blanc 12,5 litres

Fromage frais 6 kg

Fromage 4 kg

Parfums pour 100 p:

Cacao 300 g Café 1 litre 5 zestes citron 5 gousses vanille 0,5 kg raisins secs, cannelle

### Goûter pour 50 enfants

Fruit 12.5 ka

Et pain + confiture ou miel : 5 kg pain 250 g confiture , 250 g miel

Epicerie par jour pour 100 personnes :

Pain 35 kg (soit 180 kg par jour pour 600 personnes pendant le village)

Beurre 2,5 kg ? Huile 1,5 : pas assez

Vinaigre cidre 0,5 litres : pas assez

Soyu

Sucre (y compris desserts) 2kg: trop

Lait (boisson + cuisine : y compris desserts et petit dej) 50 litres : grave trop

Gros sel 0,6 kg : trop Sel fin 0,15 kg : trop

Moutarde

### Amis de Silence 2005

Ratios alimentaires végétariens. N'oublions pas que tout change en fonction du public et de la météo. Ex: Les travailleurs physiques de la 1ère semaine nécessiterons des quantités supérieures surtout s'il fait froid. Les proportions féculents fruits et légumes pouvant varier du simple au double en fonction de la météo. Les enfants sont à -50%.

Par personnes, pour un repas, prévoir : légumes : 100 à 200 g selon le légume

glucide: 60 à 80 g selon le glucide (sauf pommes de terre: 200g)

légumineuse 50 à 70 g selon la légumineuse

crudité 100 à 200 g selon la crudité

fruit 200a

Pour ne pas se prendre la tête trop fort s'allouer une marge de 10% mini en produits secs (oléagineux, pâtes, riz....) et non périssable et ne pas oublier que l'on peut le racheter à l'association si l'on avait trop commandé à condition de ne pas attendre le dernier jour car beaucoup sont partis!

### **Cuisine des Radies Noires (Montpellier):**

150 g de légumes

30 g de glucide (sauf pdt 200 g et pâtes fraîches 60 g)

50 g de légumineuses

65 g de crudités

! Normalement, pas de glucides et de protéines/légumineuses au même repas : doubler les quantités par repas et alterner?

### Cuisine de la Tambouille (La Rochelle) :

100 g de légumineuses

125 g de crudités

100 g de glucides (riz pâtes, céréales graines...)

100 g de légumes

### Matériel de cuisine

Pour la vaisselle proprement dite, chacunE amène son matos et choisit de le laisser à disposition ou de le mettre de côté (j'aime bien manger dans mon tit bol en bois !). ChacunE essaye de repartir avec son petit matos pour ne pas faire gonfler les stocks.

- 20 couteaux de cuisine
- 10 Economes
- 10 Grandes spatules bois
- 2 Louches. écumoires
- 3 Passoires
- 4 petites gamelles
- 4 grosses gamelles
- 2 bassines
- 3 brûleurs+ tuyaux + raccords + robinet+bouteilles de gaz
- 2 mixeurs

Planche à découper

- 3 râpe à légumes/fromage
- 2 filtres plastoc et 2 porte filtres à café (café fait à la main)
- 10 grands saladiers
- 2 seaux
- Passettes à thé
- 2 grandes thermos
- 2 multiprises, 1 néon
- Cendriers (boites de conserve), éponges, Torchons
- 10 Pots à eau
- 3 cagettes plastiques ajourées(égouttoirs)
- cuiseurs solaires
- 2 grandes cocottes minutes
- 2 balances
- 2 poêles
- 3 bacs vaisselle (les baignoires pour bébé font très bien l'affaire)
- allumes gaz, décapsuleur, verre doseur, Ouvre boite (au cas où hein)
- 3 moulins à légumes
- 2 très grands bocaux + gaze pour graines germées

des jerricans avec robinets (pratique pour se laver a la sortie WC, et avant de cuisiner et eviter les propagation de gastros!!!!)

### Boulange des AmiEs de Silence 2006

**Proportions:** 

60 % de farine 40 % d'eau 20 % de levain

-000-

La veille à 19 h : préparation farine et eau

Se laver les mains

Peser la farine pour la pâte et le levain, aérer la farine, préparer un nid

Préparer l'eau : mesurer, saler à 33 g/l, ajouter l'eau magique et dynamiser pour faire un tourbillon

Après le dîner : préparation levain

Chercher le(s) levain(s)

Poser sur le(s) nid(s)

Verser l'eau en faisant éclater

Scruncher et border pour mettre en forme

Verser sur la table, peau en bas

Rabattre les 4 côtés puis retourner en pliant

Partager si nécessaire

Mettre dans le(s) nid(s) et fleurer en bordant

Couvrir et mettre au chaud

Matin 7 h : 1ère pétrie

Chauffer l'eau à 33 / 36 °

Verser sur le(s) levain(s) pour éclater

Scruncher et pétrir

Attendre 5 minutes

Rabattre en bordant et appuyant, fleurer

Couvrir et laisser lever au chaud

8 h 30 (maxi) : préparation du four et des moules

Allumage du four, chauffe Graissage des moules

9 h: 2ème pétrie et façonnage

Sortie des levains en décollant par dessous

Retourner sur la table, rabattre les 4 côtés, retourner en pliant

Découper les pâtons, en pesant au besoin et GARDER UN LEVAIN

Pétrir en tournant au fur et à mesure

Former et faconner en tendant bien

Mettre en moule, couvrir

11 h - 11h30 : cuisson

Grigner et enfourner à 240 /250° (chaleur tombante)

Mettre le moule avec l'eau dans le four

Cuire 35 minutes environ en retournant pour éviter les effets de bord

Tableau 1 / Répartition des produits surdeux semaines pour 28 repas

Oté restante	•	•	c	¢.	c-	ć	¢-	c	c	¢.	c.	ć	٠.	¢-	•
SS asqay lihu Q solix	50 C										œ.				
	8: 0			8 - 8			2				8	85 83			
2 seqen litu Ω solix	3							-2:			6	23-32			
P seqen litu Q eolix															
6 acqon litu Q aolix															
S eager lity D kilos															
C utill repas 1 solix															
Quant theo kilos	120kg	24	12	12	24	22	14	12	16	16	16	16	16	16	
Quant achat kilost	150kg	34	19	15	31	52	18	15	50	52	25	21	21	20	
S eniame2	x 3	2	-	-	2	2	-	-	2	2	2	2	2	2	•
I enisme2	х 3	60	5	-	2	1	-	7	2	2	2	2	2	2	•
Produits (à chaque repas on remplit la colonne des quantités utilisées)	Pomme de terre		Sarrasin	Conscous	Boulghour	Millet	Pâtes	Semoule maïs	Lentilles vertes	Lentilles corail	Pois cassés	Pois chiches	Haricots rouges	Haricots mungo	Observation belowers

Tableau 2 /Quantités utilisées selon le nombre de personnes

Nb personnes 40 60	Pommes de terre en kg 8 12	Riz/sarrazin couccous boulgour en kg 2,4 3,6 millet semoule maïs	Pates en kg 2,8 4,2	Lentilles Pols cassés Pois choches en kg 1,6 2,4 Haricots soja	Légumes (cults et crus) en kg 8 12	Flocons (petit dej) en kg 1,8 2,7	in the state of th
08	16	8,4	5,6	3,2	91	3,6	ō
100	20	w	7	4	20	4,5	Č,
120	24	7,2	4,8	8,	24	5,4	107
140	28	8, 4,	86	5,6	28	6,3	10.7
160	32	9°	11,2	6,4	32	2,7	ē
180	36	10,8	12,6	7,2	36	1,8	Į.
200	40	12	14	8	40	10,8	5

## Tableau 3 /Répartition par repas pour une semaine : prendre une légumineuse et une céréale et barrer sur le tableau ce qui a été pris pour le repas

Pomme de terre Pomme de terre Pomme de terre Couscous Boulgour Boulgour Sarrazin Sarrazin Millet Bi 器器

Pates

Haricots mango Haricots rouges Haricots rouges Lentilles vertes Lentilles corail Lentilles vertes Semonle maïs Lentilles corai Pois chiches Pois chiches Pois cassés Pois cassès

Haricots mango 1 heure Haricots blancs une nui: Haricots blancs Trempage :pois cassés :1h30 \*haricots mango :1n \*pois chiches et haricots blancs / rouges :1nuit

### MENUS des rencontres des Ami-e-s de S !lence été 2005

### Première semaine

JEUDI 21	VENDREDI 22	SAMEDI 23	DIMANCHE 24	LUNDI 25	MARDI 26	MERCREDI 27
Midi	Midi	Midi	Midi	Midi	Midi	Midi
50 personnes	50 personnes	<del>70</del> personnes	66 personnes	85 71 personnes	71 personnes	91 110 personnes
Salade composée Pommes de terre Fromage	Salade verte + concombre Pâtes aux courgettes + razel / marjolaine Melon	Salade verte + tofu mariné grillé + concombre Quinoa et carottes Dessert de semoule vanillée et fruits secs	Salade de quinoa + tomates + concombres + courgettes + salade verte Haricots blancs vinaigrette Clafoutis prunes + brugnons	Melon Polenta + tomates + oignons + poivrons Lentilles	Melon / concombres Pâtes + sauce tomate + protéines de soja / sésame Pêches et pommes	
Soir	Soir	Soir	Soir	Soir	Soir	Soir
50 personnes	70 personnes	56 personnes				
Salade composée Pâtes + gruyère Tranches de melon	Salade verte + tomates + carottes Riz + lentilles corail Brugnon	Salade verte et prunes Croquettes riz/carottes Fromage de chèvre	Salade verte Omelette légumes + pommes de terre pêches	Soupe curry lentilles Polenta frite épicée Salade verte Salade de fruits	Pêches / nectarines Semoule aux raisins / sauce curry Courgettes à la noix de coco Cake	Riz+ azukis + sauce aux légumes Fromage de chèvre Salade de fruits

### Deuxième semaine

JEUDI 28	VENDRED I 29	SAMEDI 30	DIMANCHE 31	LUNDI 1 <sup>er</sup>	MARDI 2	MERCREDI 3
Midi	Midi	Midi	Midi	Midi	Midi	Midi
<del>144</del> 188	<del>148</del> 190	194 personnes	190 personnes	167 personnes	160 personnes	166
personnes	personnes	•	1	1		personnes
_	Toasts	Salade	Salade verte +	Salade de	Taboulé au	
Galettes de	chèvre / alfa	Haricots / pâtes	chèvre	betteraves	quinoa	
flocons	fa / raisins	/ ratatouille	Ragoût patates	quinoa + tomates	Haricots rouges	
d'avoine	Boulgour +	Salade de fruits	/ carottes	/ oignons	+ tomates/	
Tomates /	pâtes +		Salade melon	Pâtes	fenouil	
poivrons /	ratatouille		/pastèque	Fromage banc	Fromage de	
concombre en					chèvre	
salade					Salade pastèque /	
Abricots					melon	
Soir	Soir	Soir	Soir	Soir	Soir	Soir
190 personnes	<del>150</del> 190	~ 160 personnes				
	personnes					
	Quinoa	Soupe lentilles	Salade de	Couscous	Riz + ratatouille	
Salade verte /	/champignon	pommes de	crudités	Melon / pastèque	Tofu	
champignons	s, sauce	terre carottes	Dahl (lentilles		Pastèque	
Boulgour +	tomate /ail	céleri	corail)			
ratatouille	Bananes	potimarron	Quinoa sauce			
Salade pêches	sauce	Riz +	poivrons/oigno			
melon à la	chocolat	champignons /	ns			
menthe		oignons	yaourts			
sauvage		Yaourt + raisins				

Economat MAJ 3\_07\_06

Céréales		14 repas	13 repas			Appro collégiens	Appro producteur et distributeur	Prix
Céréales	Unité	1	Semaine 2	Olé par personne (gr)	Oté totale (kg)			
Pdt		e	E	200	. 20		Rodolphe et jacky	223
Riz		6		09	33		Biocoop (camargue)	
Sarrazin			¥	09	15		Biocoop	0.00
Couscous		6	6	09	30	Virginie		0.00
Boulgour		٢	1	09	15		Biacoap	
Millet			2	09	30	Virginie		:co:
Pates		E G	12	02	17,5		Blocoop	
Semoule de mais			l .	09	15		Biocoop	2000
		14	13					
Légumineuses			8					(6)
Lentilles vertes		2	7	07	20	Elisa	Contract contract	2,1
Lentilles corail		2	2	07	20		Biocoop	800
Pois cassés		2	2	07	20		Biocoap	
Pois chiches		• 2	2	07	20		Biocoop	1953
Harrents muges		K .	6	07	0.6		Rioconp	600
Haricot Mungo		2		07	20		Biocoap	2000
Harlcot blanc		2	. 2	07	20	20Blandire		3.8
Ceufs		2	Z		580		Valerie Laribe	
Graines germées				8				-3
Seigle		2			5	Thiemy		
Sarrazin		2			6		Biocoop	
Fenugrec		2	7	į.	9'0		Biocoop	
loseurcl		2			9		Biocoop	300
Lentilles		2			5	Elisa		
Alfalfalluzerne		2	6	Į.	1		Bioconp	200
Oléagineux			8				100	0.00
Graines de courge					3		Biocoap	
Graines de sésame	4		8 S		3		Blocoop	200
Fruits secs								
Raisins secs				8	30		Biocoop	
Epices						No. of the Control		
Huile teumesol	Litro		0.00		10	Virginic		4,5
Huile d'olive					30	30 Elisa		
Vinaigre	Litre		960 960		7	Virginie		500

Page

Page 5

		14 repas	13 repas			Appro	Appro producteur et distributeur	Prix
	Unité	Semaine 1	Semaine 2	Oté par personne (gr)	Cté totale (kg)			140000
Soyu	Litre				12		Biocoop	
arde	Kg				2		Biocoop	
	Kg				4	Virginie	200	
Fleur de sel						Vrginie		
Sel fin	Kg		200	000	l e		Biocoop	
Poivre	Kg				0,5		Biocopp	
Currin	100				0.5		Biocoop	
Curry				- 7	0,5		Biocopp	
Cannelle					0,1		Biocoop	800
Sucre		60			10	V rginie		
soja	Litre		3	6	12		Biocoop	
Pain			200	000			20 6	
Pain	Kg	20	0 150		200	Thierry	Farine gaec rauze	
Herbes	162121			\$ 1.00 miles				
Persil, Coriandre, Basilic	silic				Ce qu'il y aura		Jacky dupetit	
Herbes de provence				9	0.5		Biocoop	
Laurier			6760 600	(37)	33	Esther	0.00	300
Fromage								
Rccamadour	Unité		8.7	2 0,5	250	2.25+2"(5	Mane Keirel	8000
Tomme	Kg						5 tommes de 2 kg	16
From påte lactique	Unité			1 20	25		La terre/200g pour 10 personnes	personnes (
Fruits	Kg		:535	3 200	9		5 N	5
Fruits	0.00	80			410		Biocoop (samedi)	
Melons	Kg	50	016	0.00	250		Robert	
Légumes	000.00						10.0011-00	
	Kg	1	4 13	3 200	099 860		Rodolphe: 400	
							Jacky dupetit 130	
Goüter			55.0	8:30	655			
Miel	Kg				20		Prod local bio	
Marganne	Kc				4		Siocoop	
Petit dej	- 07		200	500	375	300		63
Flocons toastés	Kc		7	7			Biocoop	
m m	Litre		011	7 0,1	43,75		Biocoop	-00

# BILAN DES RENCONTRES DES AMI-E-S DE S'LENCE ETE 2006

## Entrées

	10975,88 C	
10 561,58 E		414,30€
Chèques : 6236,20 €	Liquide : 4325,38 €	e nouniture restant
Inscriptions		Revente du stock de

### Sorties

						9990,73 €								
V2	6316,21 €			1894,95 €	503,12 €	AV VOICE OF THE OWNER OWNE	455,70 €	417,47 €	27,38,502	100	256,28 €	114,50 €		32.50 C
2249,76 C		4066,45 €	636	arqueurs	475 €	28,12 C		207,47 €	210€	net	213	20€	64,50 €	
	1859,82 €	1794,13 €	412,50 €	lles, tissu, bois, m		-3	X 0,30ct/km)	ion - carburant	nt du four	e téléphone, Inter-		de l'écran	de S. Goxe	
Sec	Légumes	Fruits	Fromages	Matériel, quincaillerie eau/électricité, cuisine, poubelles, tissu, bois, marqueurs	Assurance	Préfecture	Remboursement frais d'essence (km X 0,30ct/km)	Location du camion - carburant	Déplacement du four	Communication : timbres, enveloppes, carte de téléphone, Internet	300	Installation de l'écran	Billet de train de S. Goxe	Pharmacie
		Frais		llerie eau/électric			emboursement fr	u matériel		ation : timbres, e		lu film		
-	Nourriture		6	Matériel, quincai	Administratif		~	Déplacement du matériel		Communic		Projection du film		

Bilan: Entrées – Sorties = + 985,15 €

À noter : Je n'ai pas compté dans ce bilan l'achat de parts « Vivre sur le Causse » (500 €) et le don pour le four (500 €).



Vous êtes libres de modifier, reproduire et diffuser tout ou partie de cette brochure à condition que les libertés énoncées dans ce paragraphe s'appliquent sans restrictions à ce que vous obtiendrez, que vous n'en tiriez pas de bénéfice commercial et que vous indiquiez la source (Association les AmiEs de Silence). Si vous la modifiez, indiquez-le sur la couverture.

Pour tout contact, demande... relatives à cette brochure : virginiep@altern.org

Pour joindre l'association des AmiEs de Silence : secretariat-amidesilence@no-log.org