



CHOUF - NÜT - TAG
JOURNEE SANS ACHATS

Journée sans achats

Matériel pour groupes de jeunes

Introduction

*« Si je possède trop, je risque de trahir [Dieu] en disant :
'A quoi Dieu sert-il ?' Si j'ai trop peu, je risque de voler et de
deshonorer ainsi mon Dieu. »*
Proverbes 30.8-9

Quitter la zone de consommation

En Suisse, nous sommes plongés jusqu'au cou dans la logique du consumérisme. Même nous chrétiens arrivons à peine à briser le cycle de l'acheter-consommer-jeter qui détermine notre vie. Pourtant, le message évangélique est clair : ne compte pas ce que tu as, mais ce que Dieu t'aime.

ChristNet tient le thème de la consommation particulièrement à coeur. Le verset cité en tête n'est qu'un exemple parmi une foule de passages où la Bible se prononce sans détour et hautement d'actualité contre l'esprit matérialiste de notre temps.

Il est connu que la jeune génération représente une cible de choix de l'industrie du marketing et de la publicité afin d'en faire dès le plus tendre âge de braves soldats du consumérisme. Dès lors, nous souhaitons contribuer, par ce dossier et ses idées d'études bibliques pour groupes de jeunes et le catéchisme, afin que les jeunes aient de la matière à réfléchir et à s'engager contre cette véritable lobotomisation.

Cette collection d'idées ne représente que le début de ce que nous espérons devenir une véritable base de connaissances et d'éducation de la consommation critique et d'une vie plus simple. N'hésitez pas à nous envoyer vos contributions à l'adresse ci-dessous.

Des documents et des informations sur les actions à Genève et Berne peuvent également être obtenus sur 1, par e-mail ou par téléphone : info@christnet.ch ; ChristNet, 11, rue Ami-Lullin, 1207 Genève. 022 731 71 83.

Nous espérons et prions que de nombreux chrétiens suisses, et en particulier les jeunes, puissent être encouragés par la Journée sans achats afin de renoncer à un certain confort et de quitter la zone de consommation. Pour Jésus, pour eux-mêmes et pour leur prochain !

L'équipe ChristNet de la Journée sans achats

Les dessous de la Journée sans achats

La Journée sans achats est née dans les années 90 au Canada. Elle s'est très vite étendue dans plus de 55 pays, dont la Suisse. Une fois par année, elle propose un sursis de 24 heures pour remettre en question notre besoin et notre manière de consommer.

Mais le but de cette journée est aussi de faire place au plaisir : le plaisir de ne pas avoir à se demander si tel ou tel article a sa place dans le chariot du supermarché, certes, mais aussi de passer du temps avec des amis, de prendre le temps de lire ou réfléchir, de prendre du recul ou de participer à une action riche en couleurs pour discuter avec les gens sur le sens (ou le non-sens !) de la consommation et de la vie.

Table des matières

Introduction.....	2
Les dessous de la Journée sans achats.....	2
Table des matières.....	3
Document 1 : « micro-trottoir »	6
Document 2 : Jésus et le renoncement	7
Document 3 : Qui sont les personnes qui organisent une Journée sans achats ?.....	8
Document 4 : Analyse dans un centre commercial	9
Document 5 : Tableau de simplification des achats	11
Littérature et liens	12

Pour un style de vie juste et durable

Expériences vécues et conseils pratiques

Est-ce que cela produit un effet dans quel sens je structure ma vie ? Oui, j'en suis certain : mon style de vie peut faire la différence, à commencer par mes achats, le choix de mes moyens de transport, ma consommation d'eau, mes économies d'énergie, etc. Pourquoi donc les données des consommateurs sont-elles collectées ? Parce que nos habitudes de consommation ont, indéniablement, une influence. Un bon exemple est la tendance croissante, chez Migros et Coop d'agrandir leur assortiment de produits bio mais aussi de produits issus du commerce équitable pour faire face à la progression de la demande de la clientèle.

Dans cet article, je veux vous faire part de ma démarche visant à changer mon style de vie et de difficultés que j'ai rencontrées. Suivront quelques conseils sur la façon de mieux structurer sa vie quotidienne dans une optique de justice et de durabilité.

Voici mon histoire

Grâce à la thèse de doctorat de mon mari sur les chrétiens qui ont mené leur existence strictement selon la Bible et selon la vie de Jésus et leur lutte contre la pauvreté, je me familiarisai, moi aussi, avec ces différents thèmes. Je remarquai que tout cela ne me laissait pas indifférente. Je me demandai alors : qu'est ce que cela signifie pratiquement ? Il nous fallut nous rendre compte que nous ne pouvions continuer de vivre ainsi, sans remettre en question notre vie entière.

Je me rendis également compte que ces thèmes éveillaient en moi quelque chose de nouveau, qui avait toujours manqué dans ma vie chrétienne : à le souci pour l'environnement. Adolescente, j'étais membre du WWF. Cependant, lorsque vers 16 ans, j'ai accepté Jésus-Christ comme mon Seigneur et je commençai à me rendre régulièrement à une église libre, la protection de l'environnement n'était pas à l'ordre du jour. Je pensai alors qu'église et environnement n'avaient rien en commun. A présent, la conscience de l'environnement et de la responsabilité sociale ont refait surface en moi, conscience aussi de l'importance de mon prochain au sens très large du terme. J'ai cette joie de réfléchir à un thème auquel Dieu, le créateur du ciel et de la terre, attache encore beaucoup plus d'importance que moi ! Dieu aimerait que j'apporte contribution pratique afin que pauvreté et détresse soient réduites dans le monde, afin que les nuisances environnementales et l'injustice soient amoindries.

Stress

Au début je me trouvais très stressé : par où commencer ? Mon inclination pour le perfectionnisme ne me fut d'aucun secours. Il y avait tant de nouveaux aspects à prendre en compte pour assumer ma nouvelle responsabilité. D'où provient le produit que j'aimerais acheter ? Avec quelle matière première a-t-il été fabriqué ? Dans quelles conditions sociales ? Devais-je renoncer à l'acheter et acheter un produit de remplacement ? Tout à coup, je me pris à lire les petits caractères indiquant les détails des produits et je m'informai de plus en plus avec l'aide d'Internet. Les courses n'étaient pour moi plus une mince affaire. Durant ce temps, j'ai acquis une belle part de savoir-faire à ce sujet. Cependant, pour moi aussi, les compromis sont parfois de mise. Ainsi, j'achète encore pour mes activités sportives des chaussures de sport de marque à contrecœur, car ces chaussures ne sont pas disponibles sous l'étiquette du commerce équitable. J'achète par ailleurs auprès d'un agriculteur des légumes en saison régionaux, mais qui ne répondent pas aux normes bio.

Quelques conseils

Avant que je ne te dévoile comment je vis aujourd'hui, voici un conseil important : ne mets pas la barre trop haut lorsque tu commences ce travail sur toi-même : Choisis un domaine dans lequel tu aimerais changer ta vie pour qu'elle soit plus juste et plus durable. Commence par exemple par les aliments, et plus spécifiquement par les légumes. Concentre-toi sur un seul point. Familiarise-toi avec le domaine, commence à comparer, etc.

L'alimentation

J'achète dans toute la mesure du possible des produits bio, des produits du commerce équitable et des produits régionaux. Le bio est ma contribution pour que l'environnement soit le moins possible pollué par des pesticides. Les humains comme les animaux y gagnent. Le commerce équitable m'est aussi important parce que les producteurs vivent dans la dignité et peuvent envoyer leurs enfants à l'école. L'achat de produits régionaux évite des transports et réduit donc la pollution environnementale. (Par exemple, allons chercher notre lait auprès d'un paysan juste à côté de chez nous). Manger en accord avec les saisons est aussi important, car, ici aussi l'énergie est économisée (par exemple, ne pas acheter des tomates cultivées dans des serres chauffées en Suisse en hiver). Tout cela implique que je planifie mes achats et fasse une liste pour ne rien oublier. Mon mari et moi nous

réjouissons d'attendre que les fruits et les légumes soient à nouveau de saison. Les produits poussent ainsi en plein air et non dans des serres surchauffées. Ils n'en sont que meilleurs !

Bien entendu, il ne faut pas omettre de préciser que les produits bio ou issus du commerce équitable ont un coût, qui joue aussi un rôle important. Ainsi, nous avons décidé de limiter nos achats ; nous ne mangeons moins souvent de la viande et buvons moins de jus d'orange. L'aspect saisonnier est ici important, car nous avons plus de plaisir à manger ou à boire lorsque le produit en question n'est pas disponible toute l'année.

Le ménage

Je veille à utiliser du papier recyclé ou bien des produits en bois FSC (par exemple des produits de papeterie de toutes sortes). Ces produits ne devraient, en l'occurrence, pas être trop emballés et, si possible, l'emballage devrait être recyclable (par exemple : en verre ou en carton). En ce qui concerne le coton, il existe des produits en qualité bio ou commerce équitable. Pour l'entretien de la maison et la lessive, j'utilise des produits écologiques biodégradables mieux encore des produits naturels et je lave mes vêtements à basse température. Dans tout notre appartement, nous avons changé les buses des robinets afin d'économiser l'eau sans que cela ne se voie (de l'air se mélange à l'eau, mais on a toujours la sensation qu'il y a assez d'eau). Depuis l'été 2006 nous utilisons de l'électricité verte grâce à laquelle nous finançons et faisons la promotion des énergies renouvelables. Economiser l'électricité est aussi dans notre intérêt.

Les vêtements

De façon réjouissante, nous trouvons chez les grands distributeurs Migros et Coop un assortiment toujours plus large de produits fabriqués en coton biologique. On peut aussi trouver ces produits chez des sociétés de vente par correspondance, telles que Vivanda, « Wäschbaer », Helvetas et Switcher (Switcher possédant un assortiment plus large que les seuls t-shirts archiconnus et les survêtements de jogging). Le coton bio demande lors de sa production beaucoup moins de pesticides ou alors des pesticides naturels, ce qui représente pour les personnes qui entretiennent ces cultures de coton une qualité de vie meilleure. Je tente, quant à moi, d'utiliser des matières premières d'un autre genre, comme la laine, le lin, le bambou, la soie ou encore la viscose. Ici de même, je privilégie les produits issus du commerce équitable en qualité bio.

Les transports

Nous vivons aux abords directs de la ville de Klotten et y trouvons tout ce qu'il faut pour nos besoins journaliers. Tout est à portée de main et la voiture est superflue. Ainsi, une fois par semaine, je vais faire mes achats en vélo et je fais aussi des courses une fois en rentrant du travail. Mon mari travaille à la maison et se rend à pied à ses rendez-vous en ville. Une ou deux fois par semaine, je me rends au travail à vélo. Cela me fait non seulement plaisir mais influe aussi positivement sur ma santé. Nous possédons également une petite voiture très économe et qui émet peu de CO₂.

Le commerce équitable

Le commerce équitable désigne des produits ayant été fabriqués d'une manière équitable. Il garantit que ces produits sont vendus à un prix équitable, qui couvre aussi bien la matière première que les travailleurs, à savoir les couturières, les agriculteurs et autres employés. Des coopératives sont soutenues financièrement, l'enseignement scolaire des enfants est financé, et beaucoup d'autres projets sont menés. On trouve des labels internationalement reconnus, ces labels se sont fait un nom. Je citerai ceux que je connais et que je soutiens : Bio, BioFarm Suisse, Max Havelaar, claro, fair trade, helvetas, gebana, Switcher (vêtements), Coop Naturaplan, (vêtements et denrées alimentaires), FSC (bois), MSC (produits de la pêche). Pour plus d'informations : WWF (brochures et guides d'achat pratiques) StopPauvreté 2015, claro Suisse.

Conclusion

J'aimerais t'encourager à réfléchir à la question. Pense aux domaines où tu peux passer à l'action et faire la différence. Tu es important ! Mais ne t'inquiète pas si tout ne se passe pas immédiatement comme prévu ou si tu dois faire des compromis. Jette-toi à l'eau, fixe-toi un but et persévère sur cette voie. Je me réjouis que nous puissions faire un bout de chemin ensemble.

Elisabeth Hardmeier, enseignante éveil musical

Document 1 : « micro-trottoir »

Le jour de la Journée sans achats ou la veille, sortez à 2 et parlez avec 3 personnes (dont au moins 2 qui vous sont inconnues) dans la rue. Dites-leur ce qui suit :

A. Racontez leur ce qu'est la Journée sans achats.

Donnez au moins 2 arguments favorables :

1)

2)

B. Vous pouvez aussi dire aux gens votre avis personnel sur la Journée sans achats :**C. Lisez aux gens le texte biblique suivant (Mathieu 6.19-21 et 25) :**

« **19** Ne vous amassez pas des richesses sur la terre où elles sont à la merci de la rouille, des mites qui rongent, ou des cambrioleurs qui percent les murs pour voler. **20** Amassez-vous plutôt des trésors dans le ciel, où il n'y a ni rouille, ni mites qui rongent, ni cambrioleurs qui percent les murs pour voler. **21** Car là où est ton trésor, là sera aussi ton cœur... **25** C'est pourquoi je vous dis : ne vous inquiétez pas en vous demandant : « Qu'allons-nous manger ou boire ? Avec quoi allons-nous nous habiller ? » La vie ne vaut-elle pas bien plus que la nourriture ? Et le corps ne vaut-il pas bien plus que les habits ? »

D. Comment les gens interpellés réagissent-ils ?

Est-ce qu'ils trouvent l'idée bonne / mauvaise ? Quels sont les arguments pour / contre la Journée sans achats ?

1)

2)

3)

Signature des personnes interrogées

1)

2)

3)

Remo Wiegand, documents pour le catéchisme, 2008

Document 2 : Jésus et le renoncement

Activité habituelle	La même activité comme dépendance	Renoncer à l'activité
p. ex. Manger	Se goinfrer	Jeûner

Jésus accomplit beaucoup en ne faisant rien...

Remo Wiegand, documents pour le catéchisme, 2008.

Document 3 : Qui sont les personnes qui organisent une Journée sans achats ?

- 1) Ils sont contre le bien et recherchent le mal. (Des **satanistes**).
- 2) Ils s'opposent au fait que les gens possèdent des biens personnels, car ceci les amène à se comparer entre eux. Ils s'engagent pour que tout appartient à la communauté. (Des **communistes**)
- 3) Ils veulent que nous remarquions pendant une journée qu'à l'instar de Jésus nous pouvons bien vivre sans consommations et possessions. (Des **chrétiens**)
- 4) Ils ne veulent pas que les autres possèdent quelque chose parce qu'eux-mêmes ils n'ont rien. (Des **pauvres / des chômeurs**)

Remo Wiegand, documents pour le catéchisme, 2008.

Document 4 : Analyse dans un centre commercial

Comprendre la société de consommation et son impact

Tu es un martien fraîchement débarqué sur terre, n'ayant pas la moindre idée de la « société de consommation » et tu te retrouves dans un lieu appelé « centre commercial ». Promène-toi dans le centre et ses magasins ; regarde autour de toi, observes les lieux, les objets, les personnes, utilise tous tes sens et note tes impressions à l'aide des questions suivantes.

1. Quelles sont tes impressions devant le bâtiment et l'entrée ?

.....

2. Comment se présentent les lieux ? Accessibilité ? Espacement ? Convivialité ?

.....

.....

3. Comment les marchandises sont-elles présentées et disposées ? Quels effets cela te fait-il ?

.....

.....

4. Par rayon ou rayonnage, que constates-tu quant à l'offre proposée de produits ?

.....

.....

5. Quels messages les publicités transmettent-elles ? Quels effets te font-elles ?

.....

.....

.....

6. Dans quelle mesure la décoration (couleurs, visuels, mannequins, objets, miroirs...) est-elle présente (dans chaque magasin ou partie de magasin) ? Quels effets provoque-elle sur toi ?

.....

.....

.....

7. Par contraste, là où la décoration est moindre, quel effet cela te fait-il ?

.....

.....

8. Quels sont les bruits que tu entends ? Quels effets te font-ils ?

.....

.....

9. Quelles sont les odeurs que tu sens ? Quels effets te font-elles ?

.....

.....

10. A quoi peux-tu repérer la période actuelle de l'année ?

.....
.....

11. Dans quelle mesure le personnel des magasins est-il présent et intervient-il ? Quels effets cela te fait-il ?

.....
.....

12. Y a-t-il un client-cible repérable dans le centre commercial en général ?

.....
.....

13. Quelle est l'attitude dominante parmi les clients ?

.....
.....

14. Qu'est-ce qui est placé près des caisses ou aux lieux de paiement ? Quels effets cela te fait-il ?

.....
.....

15. Quel est le message à la sortie ? Quelle impression te fait-il ?

.....
.....

A remplir après ta visite à travers le centre et ses magasins

16. Y a-t-il des moments où tu as été entraîné à être client (potentiel ou réel), avec l'envie de faire un achat ? A cause de quoi ?

.....
.....

17. As-tu éprouvé du plaisir ? Quand et à cause de quoi ?

.....
.....

Source : Michel Sommer, CeFoR Bienenberg, www.bienenberg.ch

Document 5 : Tableau de simplification des achats

Question de base	Précision, critères	oui	non
1. En ai-je vraiment besoin ?	Est-ce essentiel à ma vie physiologique, à ma santé et à ma sécurité ? Est-ce que cela sert, facilite, voire améliore mon existence quotidienne ?		
2. Pourquoi est-ce que j'achète ceci ?	Cette volonté d'achat est-elle motivée par la mode, le conformisme, ou encore par compensation de besoins profonds insatisfaits ?		
3. Quel impact cet achat aura-t-il sur mes petits-enfants ?	Cet achat aura-t-il des effets positifs sur les générations à venir ? Me permettra-t-il de contribuer utilement au futur ?		
4. Retirerai-je de cet achat un plaisir proportionnel aux ressources utilisées ?	Le rapport effort/ plaisir est-il satisfaisant ? La dépense de mon revenu consacré à cet achat sera-t-elle compensée par la satisfaction procurée par le produit acheté ?		
5. Puis-je consacrer à sa consommation le temps nécessaire, et cela sans arrière-pensée aucune ?	Au niveau éthique, ma conscience est-elle en harmonie avec cet achat ? Cet achat reflète-t-il mes valeurs ?		
6. L'impact social de cet achat est-il favorable ?	Les personnes qui produisent ce que j'achète sont-elles correctement rémunérées et bénéficient-elles de conditions de travail et de droits humainement acceptables ?		
7. L'impact environnemental de cet achat est-il favorable ?	Dans quelles conditions écologiques la chose achetée a-t-elle été produite ? Quelle masse d'énergie a-t-il fallu pour la produire ? Le rapport production / transport est-il raisonnable ?		
8. Vais-je utiliser le produit suffisamment souvent pour en justifier l'achat ?			
9. L'achat, la consommation de cette chose (produit, service) me rapproche-t-elle de mon but de vie ?	Cela m'aide-t-il à renforcer mes priorités, ou au contraire m'en éloigne-t-il ?		
10. Cet achat va-t-il m'aider à simplifier ma vie ?	Puis-je posséder cette chose et l'utiliser sans qu'elle me possède et m'utilise ? Cela est-t-il compliqué et lourd à utiliser, voire à réparer ?		
11. Puis-je m'en passer une semaine, un mois de plus ? Si oui, puis-je m'en passer tout court ?			
Total des réponses			

Eric Divernois, dans *Enjeux environnementaux ? Réponses chrétiennes*, ChristNet, 2008. P. 65-66.

Littérature et liens

Livres

Journée sans achats. Réflexions, études bibliques, actions, témoignages, liens pour chrétiens, Eglises, groupes bibliques, de jeunes... ChristNet, Genève, 2006.

Shane Claiborne : *Une révolution irrésistible : vivre comme un simple radical*. AEVIA, 2009.

Richard J. Foster: *Freedom of Simplicity. Finding Harmony in a Complex World*. HarperCollins Publishers, 1998.

John Benton: *Gute Gaben, alles haben? Christen und der Konsumzwang*. 3L Verlag, 2001.

Weblinks

Le clivage Nord-Sud

Claro : magasins équitables: www.claro.ch

Max Havelaar : aliments équitables: www.maxhavelaar.ch

Step : tapis équitables: www.label-step.org

Environnement

Bio Suisse : Organisation faîtière suisse des paysans bio : www.bio-suisse.ch

FSC : du bois de forêts exploitées de manière durable: www.fsc-suisse.ch

myclimate : compenser les effets climatiques de ton voyage aérien: www.myclimate.org

Etiquette énergie : pour appareils électriques et voitures: www.etiquetteenergie.ch

Souveraineté alimentaire

Vente directe dans les fermes bio de ta région: www.bioterra.ch/biokonsum/f_einkauf.html

Kuhleasing : location de vache par saison (allemand): www.kuhleasing.ch

Affaire Tourne-Rêve : agriculture locale par contrat individuel: www.cocagne.ch/Tournereve.htm

Jardin de Cocagne : abonnement annuel pour légumes livrés chaque semaine: www.cocagne.ch

Assainissement des dettes

Services suisses **d'assainissement de dettes**: www.dettes.ch

Prévention de dettes pour les jeunes: www.maxmoney.ch

Publicité

Casseurs de pub: www.casseursdepub.net

Adbusters: les Casseurs de pub canadiens (anglais): www.adbusters.org

No Logo: Critique des marques avec Naomi Klein (anglais): www.nologo.org

Journée sans achats internationale

France: www.casseursdepub.net

France: www.antipub.net/actions/index.php?page=jourssachat

International : <http://ecoplan.org/ibnd/>