

# PERSPECTIVES

## Démocratiser la production d'énergie

Page 4

## Kenya : revenir aux jardins-forêts

Page 6



ACTION DE CARÊME

Chère lectrice, cher lecteur,

Chaque année en décembre, un sommet climatique a lieu quelque part dans le monde. Aujourd'hui déjà, nos partenaires et bénéficiaires sont aux prises avec des sécheresses, des inondations et des ouragans toujours plus forts et leur survie est aussi liée à l'adoption de résolutions contraignantes.

Dans l'hémisphère nord, nous avons également subi les effets de la sécheresse et de la canicule l'été passé. Les principaux responsables des changements climatiques ont eu un aperçu de ce qui pourrait les attendre s'ils ne modifient pas leur mode de vie.

Je remarque toutefois que de plus en plus de personnes sont disposées au changement et qu'il y a toujours plus de démarches visant à instaurer un mode de vie et de production durables, comme l'initiative lancée prochainement pour décarboniser la Suisse d'ici 2050. Pour moi cependant, l'essentiel, ce sera toujours la solidarité et l'amour du prochain. C'est grâce à ces valeurs qu'il sera possible de parvenir à un équilibre social et écologique.



**Bernd Nilles,**  
directeur d'Action de Carême

#### SOMMAIRE

**HUILE DE PALME**  
**Les bougies des églises**  
**sont-elles durables ?**

Page 5

**VUE DU SUD**  
**Sécurité alimentaire**  
**et désendettement**  
**à Madagascar**

Page 7

**S'ENGAGER AVEC NOUS**  
**Jeûne : renoncer,**  
**c'est s'enrichir**

Page 10

Impressum :  
Une publication  
d'Action de Carême, 2018  
Rédactrice en chef :  
Pascale Schnyder (pst)  
Rédaction : Colette Kalt (ck),  
Tiziana Conti (tc),  
Daniel Tillmanns (dt)  
Mise en page et réalisation :  
Crafft Kommunikation, Zurich  
Travail sur les photos : Schellenberg  
Druck AG, Pfäffikon (ZH)  
Impression : imprimerie Kyburz AG,  
Dielsdorf  
Tirages : 37 500 de / 5600 fr / 4320 it  
Paraît : quatre fois par an  
Prix : CHF 5.- par donateur/donatrice  
sont utilisés pour l'abonnement  
Contact : Action de Carême,  
actiondecareme@fastenopfer.ch,  
021 617 88 81



Les Aînées pour la protection du climat saisissent la justice et exigent que l'État remplisse son devoir de protection.

# Le changement se construit par le bas

**Si les pouvoirs publics ne font guère avancer la politique climatique officielle, la société civile a lancé différentes initiatives porteuses d'espoir.**

Voilà longtemps que nous connaissons les répercussions du réchauffement climatique et les mesures qui permettraient de le contrer. Or, en Suisse, les élu·e·s ne semblent pas se décider à passer à l'action. Comment amorcer le changement en l'absence de volonté politique ? Trois initiatives montrent la voie.

## L'initiative pour les glaciers

L'initiative pour les glaciers vise à atteindre la neutralité carbone en Suisse d'ici 2050. À l'origine de

ce projet se trouve l'Association suisse pour la protection du climat. Le lancement de la récolte de signatures est prévu pour le printemps 2019. « Nous avons pour but d'inscrire dans la loi les engagements internationaux pris par la Suisse lors de la signature de l'accord de Paris », explique Marcel Hänggi, promoteur de l'initiative, journaliste environnemental et auteur de plusieurs livres sur la protection du climat. La réalisation de cet objectif serait d'une simplicité désarmante :

supprimer toutes les émissions de CO<sub>2</sub> d'origine humaine et abandonner les combustibles fossiles. Marcel Hänggi a mis en route l'initiative après avoir perdu toute confiance dans la voie parlementaire.

[www.protection-climat.ch](http://www.protection-climat.ch)

## Le désinvestissement

Également fondée sur l'accord de Paris, la campagne de désinvestissement se déroule, quant à elle, tant à l'échelle nationale qu'internationale. *Pain pour le*

*prochain et Action de Carême y participent à travers l'Alliance climatique. Cette campagne a pour but d'amener les banques (y compris les banques centrales), les caisses de pension et les entreprises à désinvestir leurs placements dans l'industrie fossile afin de mettre un terme à l'extraction du charbon, du gaz et du pétrole. Cette revendication est d'autant plus légitime que les caisses de pension et la Banque nationale injectent des milliards dans ce secteur. L'Alliance climatique soutient donc l'initiative parlementaire demandant la révision de la loi sur la Banque nationale. Il convient, en effet, que cette dernière ne se limite plus à défendre les intérêts économiques de la Suisse, mais respecte aussi le principe de développement durable inscrit dans la Constitution.*

[www.alliance-climatique.ch](http://www.alliance-climatique.ch)

## Action en justice

Le 25 octobre 2016, l'association des Aînées pour la protection du climat a présenté la première action en justice pour le climat de Suisse. Elle l'a ensuite remise au Département fédéral de l'environnement, des transports, de l'énergie et de la communication (DETEC). Cette requête se fonde sur le fait que les efforts consentis par la Confédération pour lutter contre les changements climatiques sont insuffisants. Les Aînées pour la protection du climat font valoir que la montée des températures et les vagues de chaleur portent gravement atteinte aux droits fondamentaux de l'ensemble des citoyens, et plus particulièrement des personnes âgées, dont la vie est mise en danger. Toutefois, le DETEC a estimé qu'elles n'avaient pas qualité pour agir et l'association a décidé de porter l'affaire devant le Tribunal administratif fédéral. [www.ainees-climat.ch](http://www.ainees-climat.ch)

— Pascale Schnyder

# « La production d'énergie doit être rendue aux citoyens »

**Pour que la société mondiale survive, un changement fondamental s'impose. Il existe déjà de nombreuses visions du monde, dit Pablo Solón, coauteur du livre récemment publié « Le monde qui émerge », mais elles doivent apprendre les unes des autres.**

**Vous avez coécrit l'ouvrage « Le monde qui émerge : les alternatives qui peuvent tout changer ». Sur quoi ce livre porte-t-il ?**

La société mondiale traverse une crise systémique, comme le dénotent le réchauffement climatique, les profondes inégalités sociales et les crises environnementales. C'est pourquoi un changement de paradigme s'impose. Par chance, il existe déjà de nombreuses autres visions du monde, telles que la décroissance, le *buen vivir* et l'écoféminisme, pour n'en citer que quelques-unes. Notre livre vise à souligner la complémentarité de ces différentes visions. Il montre que chacune d'entre elles possède ses forces et ses faiblesses et peut donc s'enrichir des autres.

**Quel objectif votre livre poursuit-il ?**

Ce livre a pour but d'ouvrir la porte au dialogue en invitant les représentant·e·s des différents mouvements à se livrer à une remise en question critique et à échanger avec les autres courants. Il entend renforcer la compréhension mutuelle et contribuer à l'unification des mouvements altermondialistes. Néanmoins, tout changement de paradigme sera impossible tant que nous n'aurons pas arrêté de nous considérer



Pablo Solón est un militant écologiste et social bolivien, directeur de la fondation qui porte son nom. Il a coordonné le mouvement bolivien contre la Zone de libre-échange des Amériques et a occupé la fonction d'ambassadeur de Bolivie auprès des Nations Unies.

souvent participé à ces manifestations et je suis convaincu qu'elles ne nous aideront pas à atteindre notre but. De fait, les mesures négociées à ces occasions ne sont pas assez ambitieuses, car les délégations s'activent davantage pour créer de nouveaux marchés pour leurs entreprises. Malgré tout, les COP bénéficient d'une large couverture médiatique et permettent donc aussi de diffuser nos idées. — *Propos recueillis par David Knecht*

comme le centre du monde, tant que nous ne battons pas en brèche les structures patriarcales, notre obsession de croissance et la concentration du pouvoir entre les mains de quelques privilégié·e·s.

**Comment peut-on agir à son niveau ?**

Prenons l'exemple de la production d'énergie. Tout le monde consomme de l'énergie et chacun·e s'accordera probablement à dire qu'il convient de promouvoir les énergies renouvelables comme l'hydroélectricité, le solaire et l'éolien. Il s'agit d'un premier pas, mais pas encore d'un changement de paradigme. En effet, tant que notre électricité continuera à

être produite par des multinationales aspirant uniquement à la maximisation de leurs bénéfices, nous n'atteindrons pas notre objectif. Ce n'est qu'une fois que la production d'énergie sera rendue aux citoyens, que l'électricité sera produite au sein de coopératives, que producteurs et consommateurs ne feront plus qu'un et que nous nous interrogerons sur l'utilité de notre consommation, que nous parviendrons à un changement de paradigme dans le secteur de l'énergie.

**Les événements tels que la conférence annuelle sur le climat (COP) sont-ils utiles ?**

Ayant occupé la fonction d'ambassadeur de Bolivie, j'ai



Utilisées lors de diverses cérémonies, les bougies sacrificielles des Mayas du Guatemala sont fabriquées à base de cire d'abeille ou à partir d'un fruit appelé arrayán.

# Bougies durables

**À l'occasion de la campagne menée par *Action de Carême* et *Pain pour le prochain* sur l'huile de palme, Coop est passée à l'offensive et a mis en doute la durabilité des bougies utilisées dans les églises : contiennent-elles, elles aussi, de l'huile de palme ?**

Les œuvres d'entraide ecclésiales font campagne pour réduire la consommation d'huile de palme depuis 2017. Aussi *Action de Carême* n'est-elle pas restée les bras croisés lorsque Coop a laissé entendre que de l'huile de palme entraînait probablement dans la fabrication des bougies utilisées dans les lieux de culte. Le fait est que les églises en consomment de grandes quantités, tant les catholiques où les cierges jouent depuis des siècles un rôle dans la liturgie, que les protestantes où, après être restées pendant longtemps un sujet tabou, les bougies

ont désormais aussi leur place, notamment lorsque les fidèles souhaitent adresser une pensée à quelqu'un.

## Utilisation généralisée de paraffine

Selon l'association européenne des producteurs de bougies (European Candle Association), la Confédération helvétique consomme 19 000 tonnes de bougies par an, dont environ 3 000 tonnes sont produites dans le pays. La plupart des bougies commercialisées en Suisse sont composées de paraffine, qui est un dérivé du

pétrole. Les bougies en stéarine, qui sont principalement composées d'huile de palme et produites en Europe centrale, n'occupent qu'un petit créneau sur le marché helvétique. Le matériau écologique le plus répandu pour la production de bougies est la cire d'abeille, et les directives de l'Église catholique exigent que les cierges en contiennent 55 %.

## L'huile de palme durable n'existe pas

Cependant, il n'est pas simple d'obtenir des bougies durables. Si les bougies stéariques, à base

d'huile de palme, sont souvent présentées comme des produits écologiques ou durables et si l'huile de palme est bien une ressource renouvelable, il n'en demeure pas moins que les monocultures entraînent systématiquement des violations des droits humains ainsi que la destruction de biotopes. La transformation d'étendues de forêt tropicale en palmeraies génère en outre d'immenses quantités d'émissions de CO<sub>2</sub>. L'huile de palme n'est jamais durable, même lorsqu'elle est certifiée RSPO (label de la table ronde pour une huile de palme durable). *Action de Carême* et *Pain pour le prochain* continuent dès lors à encourager la réduction de l'utilisation d'huile de palme, y compris dans les bougies.

— Sonja Lüthi

**Il est essentiel de choisir des bougies de bonne qualité qui soient, dans la mesure du possible, produites localement. Les bougies en cire d'abeille représentent une solution écologique, pour autant qu'elles soient issues de l'apiculture biologique. Les bougies à base de biomasse constituent aussi une option intéressante. De fait, leur production ne nécessite aucune matière fossile, car elles sont fabriquées à partir des résidus provenant de l'industrie alimentaire. Pour les bougies votives, nous recommandons l'utilisation de contenants en verre réutilisables. En effet, les fabricants proposent un service de reprise, chaque contenant pouvant être rempli plusieurs centaines de fois.**



Les femmes de Makueni ont créé des groupes de solidarité pour s'entraider et renforcer leur efficacité.

# Revenir aux jardins-forêts

**Le réchauffement climatique contraint les habitant·e·s des pays du Sud à remettre d'anciennes techniques au goût du jour. Depuis l'année dernière, les femmes du comté de Makueni cultivent fruits et légumes à l'ombre des arbres pour subvenir aux besoins de leurs familles. Histoire d'une réussite.**

Au Kenya, les paysan·ne·s pratiquent surtout les monocultures, très gourmandes en produits chimiques, comme le maïs ou la tomate, et le savoir agricole traditionnel s'est perdu. Le climat étant chaud et sec, les précipitations sont faibles et les villages n'ont généralement pas d'eau courante. Les femmes doivent donc parcourir de longues distances pour s'approvisionner. Quant aux hommes, ils sont nombreux à s'installer dans les villes environnantes en quête de travail ou à quitter leur village à l'aube pour ne revenir qu'en fin de soirée des champs où ils cultivent des tomates à grand renfort de pesticides afin d'assurer la subsistance de leurs familles. Ils laissent derrière eux leurs épouses qui, non seulement s'occupent des enfants, du ménage et de la petite ferme familiale, mais doivent aussi fréquemment régler les frais d'écolage, alors que parfois elles ne possèdent pas l'argent nécessaire.

Toutefois, des progrès sont enregistrés depuis 2017, grâce aux jardins-forêts créés principalement par les femmes de Makueni. Elles prennent pour modèle des techniques de culture diversifiées et éprouvées – traditionnelles ou modernes, issues de différentes cultures – et les utilisent après les avoir adaptées aux particularités locales.

## Respecter la nature

Pour créer les jardins-forêts, les femmes ont dû préparer le sol et l'amender avec du compost, car celui-ci avait été compacté et appauvri par les monocultures. Avant tout, elles ont expérimenté différentes variétés d'arbres afin de déterminer quelles essences supporteraient l'exposition en plein soleil et apporteraient, par leurs racines, des nutriments aux autres plantes qui s'épanouiraient dans leur ombre protectrice.

Elles ont alors repiqué des plants et semé des graines. Pour les femmes de Makueni, l'autosuffisance alimentaire représente une grande avancée sur la voie de l'autonomisation et leur a apporté une sécurité jusqu'ici hors de leur portée.

Aujourd'hui, à peine un an plus tard, une grande diversité d'arbres, de fruits et de légumes prospèrent dans les jardins-forêts. Les femmes récoltent ainsi des agrumes, des mangues, des goyaves, de l'amarante, du manioc, des piments, des patates douces et des courges. Elles garantissent une alimentation saine à leurs enfants et peuvent même vendre les excédents au village, ce qui leur procure un revenu d'appoint. Ce succès leur a donné des ailes et elles projettent déjà de créer d'autres jardins, d'expérimenter de nouvelles variétés de légumes et de continuer à améliorer leurs techniques. Ce n'est guère étonnant si les femmes du groupe de solidarité de Makueni voient l'avenir avec enthousiasme : « La prochaine étape consistera à faire participer nos maris : plus nous serons nombreux à semer et à cultiver, plus nous récolterons, et tout le monde en profitera ! »

— Colette Kalt

**Lire et agir**

## Notre action

**Action de Carême s'engage pour que les femmes s'approprient les méthodes agroécologiques.**

## Votre soutien

**Votre don aide les femmes au Kenya à construire un futur.  
CCP 10-15955-7**



**Diary Ambinitsoa Ratsimanarihaja**  
 Coordinatrice Agroécologie  
 et changement climatique au  
 sein de l'association malgache  
 Tsinjo Aina.

## Cap sur la sécurité alimentaire et le désendettement

L'organisation Tsinjo Aina, dont le nom signifie « sauver des vies », a pour objectif premier d'améliorer les conditions d'existence de la population de Madagascar en les aidant à sortir de la spirale de l'endettement. De fait, les dettes générées par l'octroi de petits crédits à des taux usuraires sont l'une des principales causes de l'appauvrissement de la population de l'île.

La démarche adoptée par Tsinjo Aina est très simple et repose sur l'épargne collective : l'argent économisé par les membres des groupes leur permet de surmonter les périodes de pénurie alimentaire et de maladie, mais aussi de scolariser leurs enfants. La société malgache, en particulier dans les zones rurales, est régie par les valeurs traditionnelles de la solidarité et de l'amour du prochain, mieux connues sous le terme de « fihavanana ». Les

groupes qui font partie de communautés voisines créent des réseaux pour coordonner leur action afin de favoriser l'évolution de la société, d'amorcer un travail communautaire et de défendre leurs intérêts avec plus de poids.

À Madagascar, près de 80% de la population rurale vit de l'agriculture. Or, en raison de la croissance démographique, la surface cultivée par famille ne cesse de diminuer, tandis que la fertilité des sols s'amenuise. De ce fait, la production se révèle insuffisante pour couvrir les besoins des habitant·e·s, qui peinent à épargner. Dans ce contexte, le programme vise non seulement à favoriser le désendettement, mais aussi à garantir une nourriture en suffisance à chaque membre. Il veille, par ailleurs, à protéger l'environnement, voire à restaurer l'état naturel, et à promouvoir l'abandon des produits

chimiques. Nous avons conscience que la réussite d'un programme de développement repose avant tout sur la prise en compte des besoins des bénéficiaires. Nous n'imposons jamais de techniques, nous les explorons avec la population. Ainsi, pour aider les personnes à mieux les comprendre et les maîtriser, nous proposons de les expérimenter sur des parcelles voisines afin de pouvoir réaliser une comparaison.

Prenons l'exemple de la riziculture : au lieu d'utiliser la méthode irriguée classique qui vise avant tout à empêcher les mauvaises herbes de pousser, nous augmentons les distances entre les lignes de culture, ce qui réduit la consommation d'eau tout en augmentant les rendements. En raison du réchauffement climatique notamment, il nous reste encore d'importants défis à relever : le manque d'eau, les dé-

gâts commis par certains ravageurs ou encore les maladies des plantes, contre lesquels nous ne disposons toujours pas de solutions naturelles. Cela ne nous empêche pas de vouloir réduire, voire abandonner totalement le recours aux substances chimiques.

Je tire ma motivation de la satisfaction que j'éprouve en rendant visite aux membres des réseaux. C'est en effet un vrai bonheur de voir les habitantes et les habitants expliquer comment et pourquoi ils appliquent les techniques apprises ou de les entendre témoigner combien leur situation socioéconomique s'est améliorée grâce à l'aide de Tsinjo Aina.

**« La société malgache est régie par les valeurs traditionnelles de la solidarité et de l'amour du prochain. »**

Diary Aminintsoa Ratsimanarihaja

### EN CHIFFRES

230 000

personnes font partie de groupes d'épargne

77 000

parmi elles se sont affranchies de leurs dettes

2

ans est la durée moyenne pour qu'une famille sorte de l'endettement

AGRICULTURE INDUSTRIELLE

## Le glyphosate s'enfonce encore un peu plus



Au Brésil, les monocultures telles que les champs de soja sont régulièrement et abondamment aspergés de glyphosate.

Au mois d'août, un tribunal californien condamnait le géant de l'agrochimie Monsanto à une lourde peine pécuniaire. Le glyphosate, herbicide le plus répandu dans le monde, avait été reconnu responsable du cancer d'un jardinier. Autorisé depuis sa création en 1974, le glyphosate suscite le débat depuis mars 2015, date de la sortie d'un rapport selon lequel le caractère cancérigène du glyphosate est « probable ».

Suite à ce verdict, un tribunal fédéral au Brésil, première puissance agricole d'Amérique latine, a suspendu l'utilisation du glyphosate et de deux autres pesticides jusqu'à ce que la nocivité des substances soit enfin clarifiée. Cette décision a réjoui deux organisations partenaires d'Action de Carême qui, au sein d'une coalition d'organisations, s'étaient farouchement opposées à l'utilisation de pesticides

toxiques. Mais, suite à la pression du lobby agricole du pays dont la productivité est directement liée à l'utilisation de l'herbicide, le tribunal brésilien a dû annuler cette décision.

L'impact de cette condamnation pourrait bien rayonner jusqu'en Suisse où « l'affaire glyphosate » est loin d'être classée. Même si son utilisation aux États-Unis est bien plus intensive qu'en Suisse, les paysan-ne-s sont tout de même en contact avec ce produit et les consommateurs et consommatrices en retrouvent dans leurs assiettes et dans l'eau qu'ils boivent.

### Santé, environnement et population rurale en danger

À l'aspect cancérigène du glyphosate, s'ajoutent les nombreux problèmes liés à l'agriculture industrielle. Par exemple, au cours des dernières décennies, une grande partie de la forêt amazo-

nienne a été sacrifiée à la monoculture de soja génétiquement modifié pour le rendre résistant au glyphosate. Les champs sont aspergés, souvent par avion, de ce désherbant et la plupart des produits sont exportés sous forme d'aliments pour animaux. Les fermes appartiennent désormais à de grands propriétaires fonciers tandis que la population rurale d'origine est privée de ses moyens de subsistance.

### La Suisse tâtonne

Selon des statistiques de l'Office fédéral de l'agriculture (OFAG) les quantités de glyphosate mises sur le marché en Suisse ont diminué, de 2014 à 2016, de 92 tonnes pour un total vendu en 2016 de 204 tonnes. L'utilisation de plus en plus fréquente de techniques de lutte mécanique contre les mauvaises herbes pourrait expliquer cette baisse.

Ces données encourageantes ne garantissent cependant pas une prise de position claire, cohérente et écologiquement durable de la part de la Confédération. En effet, cette dernière annonçait, au mois de septembre, qu'elle envisageait de revoir à la hausse les concentrations maximales de certains pesticides, dont le glyphosate. La population suisse pourra bientôt s'exprimer via deux initiatives populaires qui proposent de limiter ou d'interdire l'utilisation de pesticides.

*Action de Carême* et *Pain pour le prochain* encouragent les alternatives à l'agriculture industrielle. Elles soutiennent les agricultrices et les agriculteurs dans la conversion vers des systèmes de production agroécologiques ainsi que dans la lutte contre l'accaparement des terres et le monopole de l'industrie agricole. — Tiziana Conti

PROJET CARBONE

## Réduction massive des émissions de CO<sub>2</sub> au Kenya

À la campagne, 80% des ménages cuisinent au feu de bois. Mais en raison des changements climatiques, du déboisement et de la surexploitation des ressources naturelles, le bois se fait rare. La fumée dégagée par les foyers ouverts est très nocive et cause chaque année quelque 22 000 décès dus à une maladie respiratoire. Le projet des fourneaux économes d'Action de Carême a apporté de grandes améliorations. En octobre dernier, Gold Standard a pu certifier, pour les années 2016 et 2017, une réduction des émissions de 13 919 tonnes de CO<sub>2</sub>. Des cuisines sans fumée, une meilleure santé et la réduction de la consommation de bois améliorent la vie de la population kényane en zones rurales.

DROITS DES FAMILLES

PAYSANNES

## Déclaration adoptée

Le Conseil des droits de l'homme des Nations Unies a adopté fin septembre une déclaration qui protège les droits des familles paysannes et des autres personnes travaillant dans les zones rurales, dont les pêcheurs et les nomades. La déclaration est d'une importance primordiale pour les familles paysannes car elle reconnaît des droits fondamentaux tels le droit à la terre et le droit aux semences. Elle servira à guider les États et à les aider à mettre en place des politiques plus efficaces pour lutter contre la faim et la pauvreté. La Suisse a voté en sa faveur.



## RESPONSABILITÉ DES ENTREPRISES

## Vivre la transition à la ferme bio des Terres Rouges



Caroline et Fabien Thubert-Richardet.

Au départ, comme dans tous les projets du laboratoire de la transition intérieure de *Pain pour le prochain*, il y a une rencontre. En l'occurrence, celle de Caroline et Fabien Thubert-Richardet, un couple lumineux de jeunes paysans de la région d'Yverdon-les Bains. Avec leur ferme bio les Terres Rouges (Pomy), dans une démarche d'agriculture de proxi-

mité, ils ont choisi d'embrasser toute la chaîne de production, du produit brut à sa transformation jusqu'à la vente au client. Ancienne enseignante dotée d'un master en théologie, Caroline fabrique le pain au levain avec la farine de variétés anciennes de céréales cultivées par Fabien. Ex-formateur en écologie, ce dernier s'occupe également des

vaches et de la production de lait, transformé localement en gruyère AOP.

Pour donner toute sa plénitude de sens à leur travail, Caroline et Fabien ont décidé d'ouvrir leur ferme, d'en faire un lieu d'accueil et de rencontre – pour petits et grands – où transmettre leur amour de la terre. Le projet, développé avec le laboratoire de transition intérieure et Christian Vez, pasteur qui anime l'« église ouverte » d'Echallens, offrira un chemin de transition intérieure au rythme des saisons, à raison de quatre samedis en 2019.

Centré sur l'expérience, le parcours mêlera des pratiques concrètes comme fabriquer du pain au levain ou s'occuper des animaux, des temps d'intériorisation et de reliance à la Terre, des apports spirituels et des partages avec les paysannes. De quoi nourrir le désir d'un engagement écocitoyen au service de la transition, tant sur le plan personnel que collectif.

— Michel Maxime Egger

Programme et inscriptions : [www.painpourleprochain.ch/transition-interieure](http://www.painpourleprochain.ch/transition-interieure)

## COMMERCE ÉQUITABLE

## Pour Noël, consommez Fair Trade

Depuis quelques mois la ville de Carouge et la commune de Capriasca sont devenues Fair Trade Town. Cette expérience nous a montré qu'elle permet également à des réseaux locaux de se créer, à des acteurs privés ou publics qui n'avaient pas l'habitude de travailler ensemble de lancer des projets communs : des clubs sportifs valorisent les produits du commerce équitable dans leurs compétitions, des institutions publiques découvrent qu'elles peuvent aussi trouver des produits durables, de qualité et inédits dans le petit commerce du village.

Fair Trade Town fait tranquillement sa place en Suisse romande et au Tessin, rejoignant ainsi les quatre autres villes et communes allemandes qui ont opté pour la solidarité dans leur assiette et choisi de privilégier des choix responsables tant dans la sphère publique que privée. Pour vos fêtes, vos apéros et vos cadeaux de Noël, envisagez également la solidarité et la durabilité. Ce n'est pas difficile ! A la joie de partager s'ajoute la satisfaction de donner un sens à votre consommation.

Nous avons besoin de votre soutien actif ! Désirez-vous faire un geste concret pour la planète ? Achetez bio. Vous aimeriez permettre aux producteurs de vivre du produit de leur travail ? Achetez Fair Trade et/ou local. Rejoignez-nous ou créez un groupe de travail dans votre commune.

[www.goo.gl/yA2Eoj](http://www.goo.gl/yA2Eoj)

## EXPLOITATION MINIÈRE

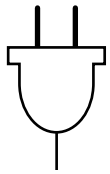
## Sœur Nathalie en tournée pour les droits humains

Sœur Nathalie Kangaji Wa Kayombo sera l'hôte de la campagne œcuménique 2019. Coordinatrice du Centre d'Aide Juridico-Judiciaire (CAJJ) en République démocratique du Congo (RDC), elle viendra témoigner de son engagement auprès des communautés villageoises voisines de mines et faire part des succès obtenus grâce au soutien d'Action

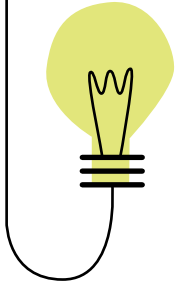
de Carême et Pain pour le prochain. Elle sera en Suisse romande du 19 au 31 mars 2019. Le CAJJ a deux missions principales : la protection et la promotion des droits humains. Sœur Nathalie se bat courageusement contre les effets négatifs de l'exploitation minière : pollution de l'eau, destruction des champs, poussières métalliques. En face,

des géants des matières premières comme l'entreprise suisse Glencore et certaines de ses filiales sont régulièrement accusés de violations des droits humains et de dommages environnementaux liés à leurs activités. L'hôte de campagne peut être invitée à des interventions ou des événements tels que conférences publiques, soupes de carême, présentations dans les écoles et gymnases ou lors de célébrations en lien avec la campagne.

Personne de contact :  
Natacha Forte, 021 617 88 80  
[forte@fastenopfer.ch](mailto:forte@fastenopfer.ch)



# Quiz sur l'énergie



**1. Quel pourcentage de la consommation d'électricité est-il absorbé par les appareils en mode veille ?**

- A. 5 %
- B. 8 %
- C. 12 %

**2. Combien d'énergie consomme un vol pour Ibiza ?**



- A. Autant qu'un téléviseur allumé en continu pendant 2,5 ans
- B. Autant que l'énergie requise pour la préparation de 600 repas
- C. Autant que l'énergie consommée en un an par une voiture qui roule une heure par jour

**3. Combien d'énergie faut-il pour produire une portion de viande ?**

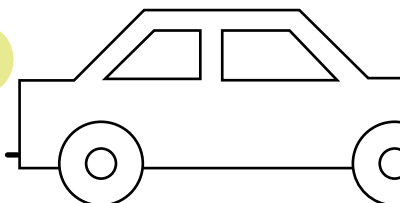
- A. Autant que l'énergie requise par 56 repas végétariens
- B. Autant que l'énergie requise par 92 repas végétariens
- C. Autant que l'énergie requise par 143 repas végétariens



**4. La personne qui parcourt 10 000 kilomètres avec une voiture de gamme moyenne pourrait parcourir, en émettant la même quantité de CO<sub>2</sub>,**

- A. 102 000 kilomètres en train
- B. 257 000 kilomètres en train
- C. 324 000 kilomètres en train

Sources : OFEV, Coop, ZHAW Wädenswil



Solutions : 1c, 2a, 3c, 4b

Sources : OFEV, Coop, ZHAW Wädenswil

S'ENGAGER AVEC NOUS

## Renoncer, c'est s'enrichir

« Le jeûne repose sur trois piliers : la santé – pour prendre conscience que nous sommes un corps, la spiritualité pour s'interroger sur notre motivation à jeûner, à se réunir en silence et à méditer régulièrement, et la société – pour tourner notre regard de l'intérieur vers l'extérieur. Chaque fois que je peux, je jeûne avec les groupes que je dirige ici, dans la maison Lasalle, durant deux ou trois périodes de deux semaines toutes les années. J'ai une santé de fer et je déborde de vitalité, de sorte que je n'ai pas de peine à jeûner. Mais j'aime aussi croquer la vie à pleines dents : j'adore cuisiner et c'est autour d'une table que nous nous réunissons chez moi. J'étais encore petite lorsque j'ai voulu jeûner pour la première fois, mais mes parents ne m'ont pas permis de le faire. J'ai ainsi dû attendre d'être aux études pour organiser des groupes de jeûne.

Je suis théologienne et c'est pour moi vital de réfléchir au Royaume de Dieu. À mes yeux, Jésus est l'un des prophètes qui a pris fait et cause pour la justice, le fil rouge de la Bible. Ce souci s'exprime aussi dans la façon dont Dieu y est représenté, dans sa grâce à l'égard des personnes et dans sa manière de défendre les exclus. Cette quête reste – ou, du moins, devrait rester – la motivation de base qui nous pousse à œuvrer pour la justice dans ce monde. En effet, la mondialisation est source d'injustices. L'être humain est omniprésent, consomme des ressources et pollue l'environnement, cause directe de la pauvreté. Si elle est vivante, la spiritualité peut nous amener à y réfléchir sans nous résigner. De longues années de méditation



Noa Zenger dirige des cours et un programme de jeûne dans la maison Lasalle.

m'ont permis de m'exercer à la façon de me détendre en concentrant mon attention, puis d'enseigner cette attitude à d'autres. La méditation et le jeûne en particulier nous rendent très perméables et nous disposent à aborder ces sujets. Il faut aussi être prêt·e·s à reconnaître que nous sommes des privilégié·e·s qui consommons davantage que le nécessaire, sans rejeter immédiatement ce fait. L'important, ce n'est pas de prendre nos responsabilités en raison de notre sentiment de culpabilité ou de notre esprit de dévouement, mais de se rendre compte que nous y gagnons à apprendre à vivre avec moins. Trouver sa voie dans une société opulente est une véritable gageure. Le jeûne nous apporte un progrès qualitatif : nous devenons plus sensibles et plus ouvert·e·s aux thèmes du monde. »  
— Colette Kalt

# Le temps est toujours plus capricieux

Les cours d'eau sont au plus bas et les glaciers fondent. L'été caniculaire a suscité un vaste débat ces derniers mois en Suisse. Ailleurs, le réchauffement ne provoque pas des discussions, mais des souffrances et de la misère : dans la zone équatoriale, les catastrophes d'origine climatique deviennent de plus en plus la norme. Des cyclones alternent avec de graves sécheresses, ce qui empêche tout développement économique local et provoque de grandes migrations.

Au Sénégal, les familles paysannes sont aux prises avec les conséquences néfastes du réchauffement : leurs récoltes sont incertaines et la soudure entre celles-ci s'allonge. Pour autant elles ne se résignent pas et ont recours à des moyens aussi simples qu'efficaces pour freiner l'érosion des sols et accroître leur production. En prévision de la soudure, elles mettent de l'argent de côté dans des caisses de solidarité appelées calebasses. Cette démarche leur permet de subvenir durablement à leurs besoins et de contribuer au développement de leur région. *Action de Carême* et *Pain pour le prochain* favorisent les petites structures paysannes et, par conséquent, une agriculture qui assure la subsistance de tout le monde : votre don nous aide à lutter contre la faim dans des régions vulnérables et à instaurer davantage de justice.

De tout cœur, merci !



L'organisation villageoise de Tattaguine, au Sénégal, se réunit autour de la calebasse.

**De tout cœur, merci  
pour votre soutien !**

**Action de Carême –  
Nous partageons**

Action de Carême  
Avenue du Grammont 7  
1007 Lausanne  
Tél. +41 (0)21 617 88 81  
CCP 10-15955-7

[WWW.ACTIONDECAREME.CH](http://WWW.ACTIONDECAREME.CH)



**ACTION DE CARÊME**



Photo : Action de Carême

**Action de Carême est certifiée par ZEW0 depuis 1969.**



**Le label de qualité atteste:**

- d'un usage conforme au but, économique et performant de vos dons
- d'informations transparentes et de comptes annuels significatifs
- de structures de contrôle indépendantes et appropriées
- d'une communication sincère et d'une collecte équitable des fonds