

# GLOBAL Happiness

De quoi avons-nous besoin pour être heureux?

L'exposition GLOBAL HAPPINESS d'Helvetas part sur les traces du bonheur, ici en Suisse mais aussi dans le monde entier. Cette exposition explore une question essentielle: qu'est-ce qui nous rend heureux? Le bonheur est-il le même ici qu'à l'autre bout du monde? Et à quoi ressemble un bonheur durable? Un bonheur qui contribue au bien-être personnel, collectif et global et qui ne nuit ni à l'environnement, ni à autrui, ni aux générations futures est-ce possible?

Partout dans le monde, il y a des gens qui prennent un nouveau chemin pour leur bonheur personnel ou qui unissent leurs forces et travaillent pour le bien de tous. Pour l'exposition, nous avons rassemblé leurs histoires de réussite et leurs projets.

Plus d'informations sur l'exposition:

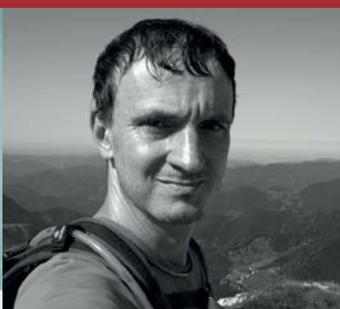
**[bonheurglobal.ch](http://bonheurglobal.ch)**



# HISTOIRES DE RÉUSSITE

Laisse-toi inspirer par les autres et participe!

# BONHEUR PERSONNEL





© detektor fm

## Sina Trinkwalder

*\*1978, Allemagne*

**Travaille au service des personnes et du bien commun**

Pendant onze ans, Sina Trinkwalder-Riefle a dirigé avec son mari une agence de publicité, jusqu'au jour où elle a réalisé qu'elle préférait travailler pour les êtres humains.

«Je donne aux gens qui rencontrent des difficultés sur le marché du travail la possibilité de créer leur propre revenu et de devenir acteurs de la société. Augsburg étant une ville connue pour le textile, nous avons renoué avec cette tradition et nous produisons tout nous-mêmes, du fil à la confection. Nous n'utilisons que des matières écologiques et transformons tout sur place.

Nous avons décomposé la production en petites étapes, afin que tous puissent contribuer au produit final. Aujourd'hui, nous sommes 140 personnes à toucher le même salaire – et Manomama est dans les chiffres noirs.

J'essaie de lancer d'autres projets au service du bien commun. Et je souhaite que d'autres entreprises fassent de même, en mobilisant le profit non pas à l'encontre, mais en faveur des personnes. Ce que je fais aujourd'hui est plus qu'enrichissant et donne du sens à ma vie.»



# Christof Herrmann

*\*1972, Allemagne*

**Voyage sans hâte et vit dans l'instant présent**

Il fonçait d'un rendez-vous à l'autre dans sa voiture de fonction, bougeait peu et avait des kilos en trop. Et puis Christof Herrmann a découvert la randonnée et la lenteur.

«Une vie normale: boulot, chaos, dodo. J'achetais des montagnes de CD, de vinyles, de livres... mais je n'avais pas le temps de les écouter ou de les lire. Je partais en vacances en avion deux fois par an, pour fuir la folie du quotidien.

Et puis j'ai découvert le trekking, la simplicité et appris à ralentir. Lors de mes randonnées dans la nature, j'avance lentement, à raison de 25 kilomètres par jour en moyenne. Mais je vois, j'entends, je sens, je ressens et je goûte – je revis. Je ne manque de rien. Tout ce dont j'ai besoin tient dans un sac à dos de 32 litres.

Le trekking m'a transformé. À la maison, je vis aussi simplement, je consomme peu, je mange végétarien et fais ce qui a du sens pour moi – au travail comme dans mes loisirs.»



© Blick / Jean Guy Python

## Natalie Bino

\* 1971, Suisse

### Ne produit quasiment pas de déchets

La famille Bino boit l'eau du robinet au lieu de boissons sucrées, mange des fruits au lieu de barres de céréales et fabrique dentifrice et produits de nettoyage pour éviter les déchets.

«Il y a quatre ans, j'ai vu une émission sur la réduction des déchets et j'ai pensé que je pouvais en faire autant. Nous faisons nos courses au magasin Zéro Déchet, en remplissant des sacs en tissu de ce dont nous avons besoin. Le yoghurt est contenu dans des verres que je peux rapporter. Je conserve le pain dans un tissu lavable en cire d'abeille et la viande dans des boîtes métalliques. Je recycle nos vieux vêtements en chiffons.

Notre famille de quatre personnes a placé haut la barre: nous avons vidé quatre armoires et donné beaucoup d'affaires. Les appareils que nous achetons doivent être réparables. Nos vêtements sont souvent d'occasion. Les épluchures sont compostées. Aujourd'hui, les déchets que nous produisons en deux semaines tiennent dans un verre. Vivre au rythme Zéro Déchet nous fait économiser beaucoup d'argent. Et nous consommons moins mais plus sainement!»



© Patrick Rohr

## Mona Sherpa

\* 1980, Népal

### Résister pour vivre plus heureux

Enfant, Mona Sherpa a connu la pauvreté et la violence. À 18 ans, elle a été mariée de force; à 24 ans, elle a fui avec sa fille pour devenir indépendante.

«Je sais ce que veut dire être exclue de l'école, n'avoir rien à manger et être traitée de voleuse. Ma vie a enfin changé le jour où j'ai pu aller à l'école grâce à une ONG. Cela m'a donné de l'espoir.

Mais j'ai dû me marier à 18 ans et j'ai à nouveau connu la violence. Je connais ce sentiment d'impuissance, celui de ne pas pouvoir appeler à l'aide en cas d'agression sexuelle. À 24 ans, j'ai pris mon courage à deux mains et je me suis enfuie.

Être une mère célibataire n'est pas facile. Mais je suis bien plus heureuse, car ma vie n'est pas entre les mains de quelqu'un d'autre. Ma formation et mon travail, mes amis et les organisations pour les femmes m'ont aidée. Aujourd'hui, j'ai confiance en moi; je me sens forte et capable de résister.»



© Martin Bichsel

# Fionn Vermot

\* 2006, Suisse

## Jeune, végétarien, engagé

Admirateur de l'organisation de protection des océans Sea Shepherd, il ne mange plus de viande et se bat contre la surpêche.

«Je suis végétarien. De toute façon, je n'ai jamais trop aimé la viande. J'ai découvert Sea Shepherd en construisant une maquette de bateau. J'ai lu des articles sur la surpêche, sur des entrepreneurs qui font de l'argent sans se soucier des populations de poissons, ainsi que sur d'autres pollueurs.

Pour moi, protéger océans, baleines, requins, phoques et dauphins est important. Car si les océans meurent, nous mourrons avec eux. Je pense que notre écosystème se porte beaucoup trop mal. C'est pour cela que je suis devenu végétarien.

Alors quand il cuisine, mon père doit tenir compte de quelques limites. Mais je mange davantage de fromage, de yoghourts et de légumes. Je ne manque ni d'énergie ni de quoi que ce soit. Cela me rend heureux de savoir que ne pas manger de viande ni de poisson me permet de réduire ma participation à la destruction de l'environnement.»



© Gaetan Bally

## Vanja Palmers

\* 1948, Suisse

### Le spirituel plutôt que le matériel

Il venait d'une famille d'industriels et son avenir semblait tout tracé. Mais Vanja Palmers a suivi son propre chemin et trouvé son vrai bonheur dans le bouddhisme zen.

«Le déclic dans ma tête s'est fait lors d'une expérience vécue en ayant pris du LSD. J'ai compris que je ne voulais investir ni temps ni énergie pour gagner de l'argent. J'ai alors tout quitté, je me suis retiré dans les montagnes et j'ai aussi parcouru l'Afrique du Nord et les États-Unis. Ensuite, j'ai vécu dix ans dans un monastère bouddhiste où le quotidien est le même pour tous, pauvres ou riches.

Dans notre monde matériel, la dimension spirituelle est souvent réduite à pas grand-chose. Les gens ont besoin d'un peu d'aisance, mais au-delà de cette aisance l'argent ne rend pas plus heureux. Chercher l'épanouissement dans la surabondance se fait aux dépens des autres et mène à détruire les bases de notre existence. Je m'efforce d'être attentif et compatissant, et j'espère apporter une contribution au changement de conscience des êtres humains.»



© bgm-forum

## Ruedi Josuran

\* 1957, Suisse

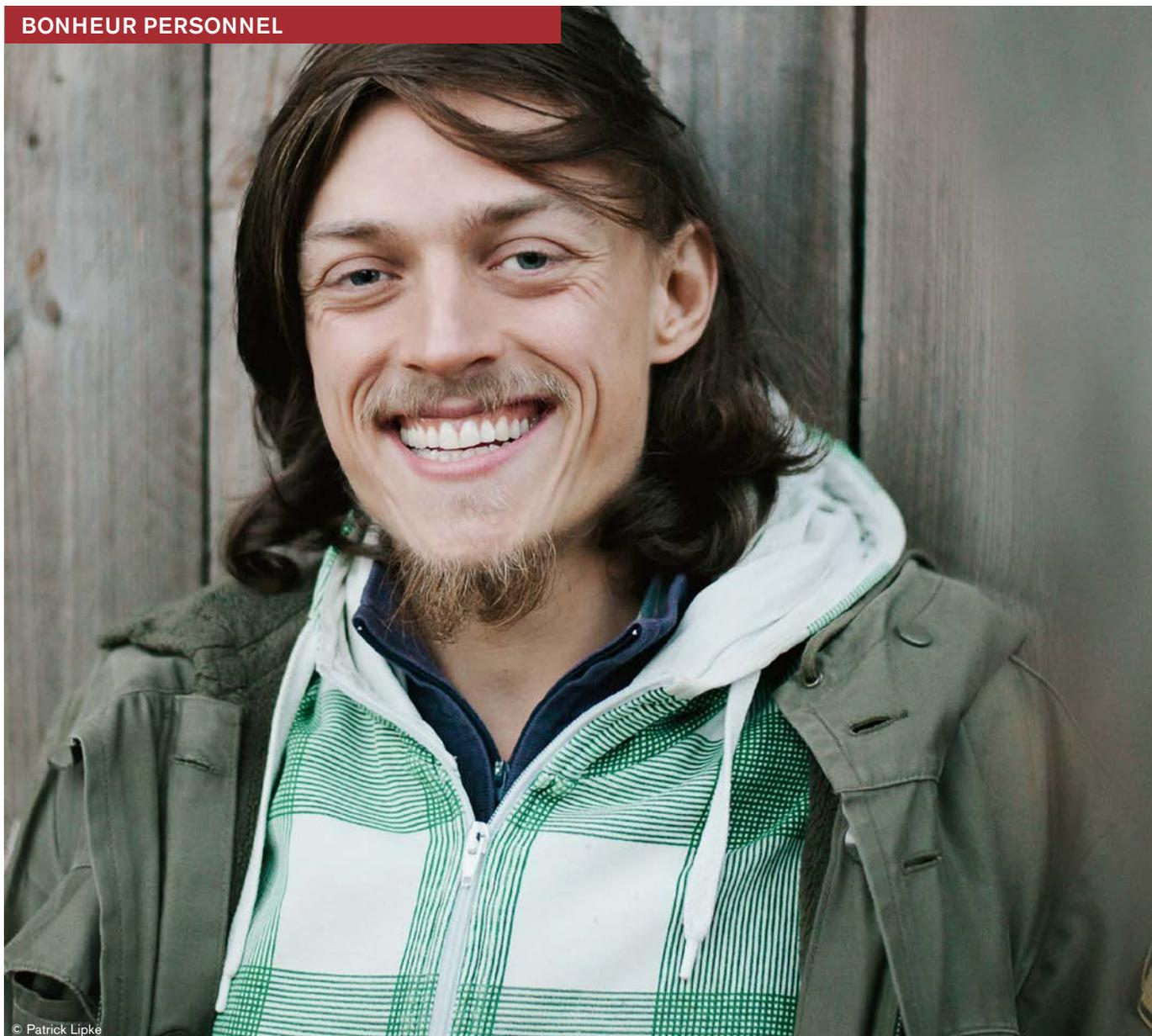
### Le corps et l'âme en harmonie

Il travaille à la radio, il est tenace et ne ménage pas ses efforts, jusqu'au jour où, épuisé, il est tombé en dépression. Depuis, Ruedi Josuran réfléchit autrement à la vie.

«Quand je suis tombé malade, on ne m'a pas pris au sérieux. Une dépression, ça ne se voit pas. On me regardait comme un loser, trop fragile. En revanche, après un infarctus, j'ai reçu plus tard des lettres, des fruits et des invitations. Les maladies physiques sont acceptées socialement.

La maladie m'a incité à m'interroger: quel est le sens de la vie, qui suis-je? Je devais trouver ce qui me correspondait vraiment. Quelles sont mes ressources, à quoi est-ce que j'accorde trop d'importance, où recharger mes batteries, me ressourcer?

Avec le recul, je vois la dépression comme une chance. Sans elle, je ne serais pas là où j'en suis aujourd'hui. Désormais, j'ai un autre rapport à moi-même, je peux admettre mes faiblesses et mes limites, accepter et offrir de l'aide: je travaille dans la prévention du burn-out et dans l'intervention en cas de crise.»



© Patrick Lipke

## Raphael Fellmer

*\*1983, Allemagne*

### Heureux sans argent

Il est parti sans un sou au Mexique pour assister à deux mariages et a pris goût à une vie sans argent. Cinq années durant, Raphael Fellmer a vécu du partage en Allemagne.

«J'ai démontré que dans notre surabondance, il est possible de vivre de ce que les autres appellent des déchets. Je voulais attirer l'attention sur cette question.

J'ai demandé au boulanger ou au magasin de vélos s'ils avaient du pain ou une vieille chambre à air qui allaient finir à la poubelle. Une situation gagnant-gagnant: le boulanger doit jeter des aliments et a donc un problème d'éthique. Je propose une solution qui fait deux heureux. Idem pour les maisons ou les voitures laissées pour compte. Pourquoi ne pas demander à pouvoir les utiliser temporairement?

Ce faisant, j'ai fait la connaissance de beaucoup de personnes intéressantes et généreuses. L'argent rend indépendant mais aussi seul. Le partage inconditionnel, quant à lui, crée des relations et rend plus heureux.»

# BONHEUR COLLECTIF





## Une coopérative brave l'économie de marché et ses bonnes affaires

La faitière de coopératives Cecosesola approvisionne un demi-million de personnes avec tout ce qu'il faut pour vivre.

**Qui** Cecosesola (Venezuela)

**Catégorie** Économie solidaire

**Quoi** La cooperative Cecosesola fournit à 150 000 familles des produits et des prestations à des prix abordables.

**Comment** «Notre réseau fédère 250 familles de petits paysans et 1300 travailleuses et travailleurs. Les denrées alimentaires sont distribuées ou alors transformées par de petites entreprises en pains, pâtes, flocons de céréales, sauces tomate, etc. Nous gérons des marchés, des commerces, un service d'inhumation mortuaire, une banque de microcrédits, des écoles et des centres médicaux. Nos membres paient à crédit et sans intérêts les achats conséquents, par exemple des meubles. Les produits sont beaucoup moins chers qu'ailleurs au Venezuela. Nous tirons notre force du fait que toutes les décisions sont prises et assumées par tous les membres.»



© Catherine Rollandin

## Préserver la biodiversité des pommes de terre

Au Pérou, une communauté quechua indigène étudie les effets du changement climatique sur les anciennes et nouvelles variétés de pommes de terre.

**Qui** Communauté Parque de la Papa (Pisac, Pérou)

**Quoi** Les paysannes et paysans de Parque de la Papa cultivent 1400 variétés de pommes de terre et observent les effets du changement climatique sur les tubercules. Ils se financent également en organisant des visites guidées pour voyageurs et professionnels.

**Comment** «Nous nous répartissons les tâches entre les six communautés établies sur ce flanc de montagne. Un village est chargé de la conservation des semences, un autre de la culture sous serre des pommes de terre. Dans un troisième, les voyageurs peuvent déguster des plats de pommes de terre. Les champs d'expérimentation sont plus en altitude, car nous devons cultiver toujours plus haut à cause du changement climatique. En contrepartie, de nouveaux légumes poussent dans le village en bas. Nous vivons selon le principe du Sumak kawsay: nous recherchons une satisfaction matérielle, sociale et spirituelle au sein de la communauté et de la nature.»



## Quand des réclamations en ligne conduisent à des améliorations concrètes

En Inde, une plateforme numérique rapproche les gens en ligne, afin qu'ils s'engagent concrètement dans la vie réelle et apportent ainsi des changements positifs dans leur ville.

**Qui** I change my City (Différentes villes, Inde)

**Catégorie** Démocratie, qualité de vie

**Quoi** La plateforme en ligne jette un pont entre les autorités et la population et renseigne sur les besoins des citoyennes et citoyens et la qualité de vie.

**Comment** «À travers notre plateforme, nous encourageons la participation, les droits et les devoirs citoyens. Les personnes mécontentes peuvent se plaindre en ligne de déchets gênants, de nids-de-poule ou d'un éclairage de rue manquant. La plateforme rapproche les gens concernés, les amis et voisins, dans une communauté numérique. Ensemble, ils cherchent des solutions et fixent des priorités. En parallèle, toute réclamation est transmise à l'administration qui, de son côté, recherche des solutions avec les personnes concernées. Nous affichons sur la plateforme qui est responsable de quoi dans l'administration. Ainsi, nous célébrons les héros du changement.»



## Un modèle miniature pour l'Afrique

Le village de Ndanifor au Cameroun veut être un écovillage et un modèle pour toute l'Afrique. L'éducation à l'environnement et la permaculture en sont les grands axes.

**Qui** Better World Cameroon (Ndanifor, Cameroun)

**Catégorie** Qualité de vie, développement local

**Quoi** Better World Cameroon cherche des solutions aux défis du changement climatique et du chômage si répandu. La permaculture est une approche.

**Comment** «Avec l'Eco-village Permaculture de Ndanifor, nous montrons en petit ce dont nous rêvons en grand. Ici, nous pratiquons l'agriculture bio et formons des familles paysannes à la permaculture. Nous cartographions la région pour définir les surfaces agricoles, les zones protégées, les forêts et les zones humides. Avec les autorités locales, nous développons des systèmes alimentaires et hydrauliques innovants. Nous créons un marché local pour nos produits et espérons que notre engagement stimulera la création d'entreprises sociales et de coopératives qui relayeront notre vision.»



© Arche Noah

## Les semences, un bien commun

Aujourd'hui à travers le monde, une poignée de sociétés internationales contrôle les semences qui sont d'une importance vitale pour tous. L'organisation Open Source Seeds infléchit le cours des choses.

**Qui** Open Source Seeds – Agrecol (Allemagne)

**Catégorie** Biodiversité, biens communs

**Quoi** Open Source Seeds travaille à la création d'un secteur des semences non privé d'intérêt général. Les productrices et producteurs peuvent obtenir auprès de l'association des licences pour leurs nouvelles variétés et ainsi les rendre accessibles à la collectivité.

**Comment** «Avec la licence Open Source, ces semences peuvent être utilisées par toutes les personnes intéressées et ne peuvent aucunement être privatisées. À la place de brevets et de protection de variétés, la licence comporte une clause Copyleft. Elle stipule que la licence reste valable pour tous les développements futurs de la semence. La semence peut être donnée à un tiers, développée et vendue, mais ne pourra être protégée ni brevetée. Nos premières licences ont été attribuées au blé de printemps Convento C et à la tomate Sunviva.»



© Happy City

## Engagement pour une ville heureuse, où il fait bon vivre

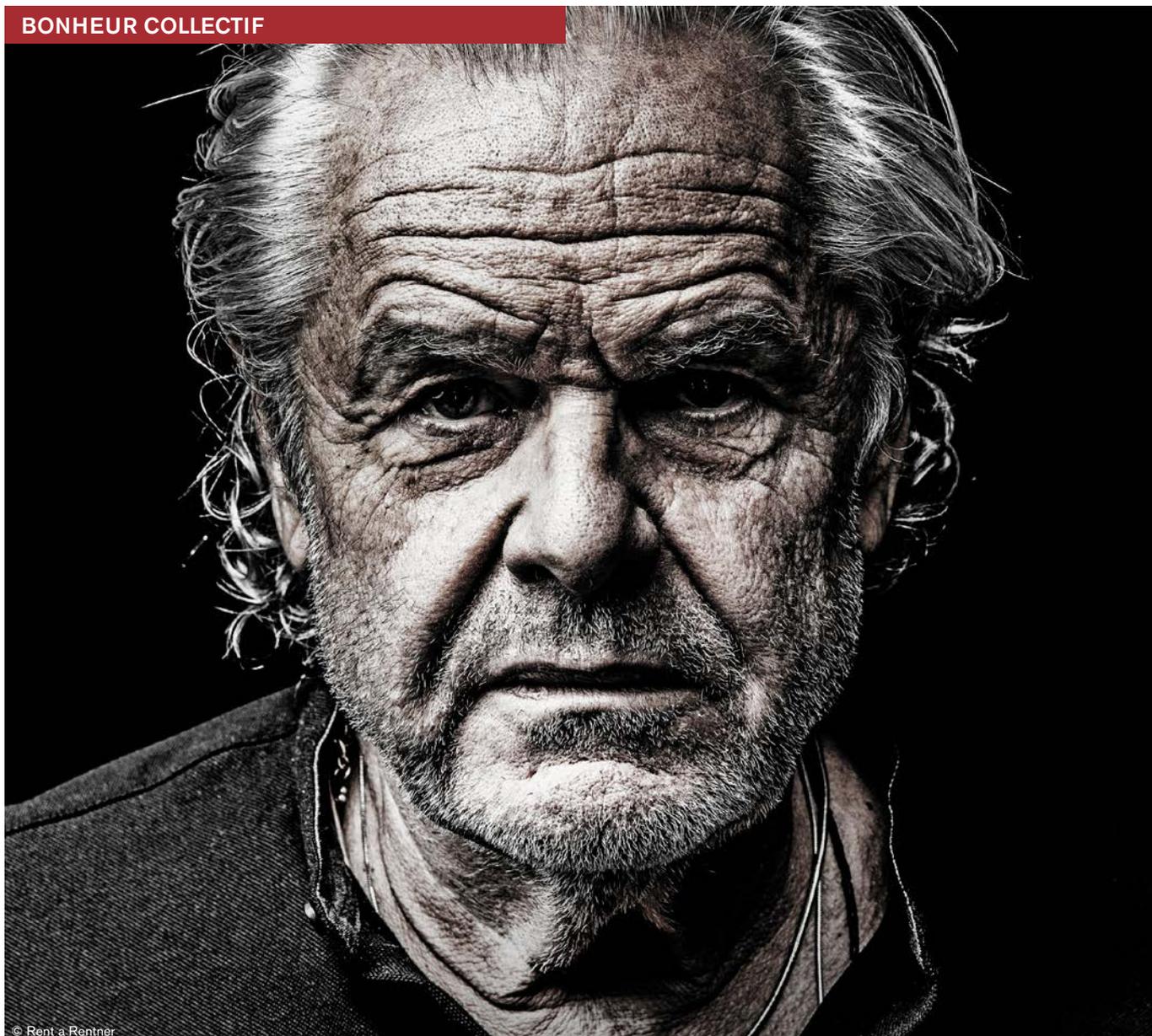
Plutôt que viser la croissance économique, le mouvement Happy City mise sur le bien-être des gens et de la planète.

**Qui** Happy City (Grande-Bretagne)

**Catégorie** Qualité de vie

**Quoi** Happy City développe des livres, des outils et des séminaires à l'intention des citoyens et des autorités afin de placer la qualité de vie au centre des préoccupations d'une ville et de ses habitants.

**Comment** «Chez Happy City, nous nous engageons pour des villes où il fait bon vivre. Nous développons des outils pour les écoles, les quartiers, les entreprises, les prisons et le public afin que le bien-être soit prioritaire partout et pour tous. Nous invitons chacun à suivre l'une de nos formations en expertise du bonheur et à diffuser une culture du bonheur chez soi et au travail. Nous conseillons aux autorités de sonder le bien-être de la collectivité en utilisant le Thriving Places Index. L'outil Well Worth Policy traduit les résultats en consignes d'actions politiques, afin que tout le monde se porte mieux.»



## Louer les services et le savoir des retraités

L'une est ingénieure retraitée, l'autre menuisier à la retraite: les retraités possèdent des savoirs qu'ils veulent partager et utiliser judicieusement.

**Qui** Rent a Rentner (Suisse)

**Catégorie** Partager, qualité de vie

**Quoi** Des retraités proposent leurs services sur le site [rentarentner.ch](http://rentarentner.ch). Toute personne ayant besoin de leur soutien peut les contacter.

**Comment** «Les retraités disposent d'expériences, qui subitement ne servent plus, et ont beaucoup de temps. D'autres personnes ont besoin d'aide pour leur comptabilité ou pour restaurer une armoire. Ou ils manquent de temps pour sortir leur chien. La plateforme en ligne que nous avons créée permet aux retraités d'offrir leurs services, et à celles et ceux qui ont besoin d'aide de trouver ce qu'ils cherchent. Ces mini-jobs sont très variés: arrosage de plantes, conseil à des start-up, soutien scolaire, etc. Prestataires et demandeurs entrent en contact et conviennent des tâches, de leur volume, de la date et de la rémunération. Une situation gagnante pour tous.»



© weltacker schweiz

## Quelle surface agricole faut-il pour un repas?

Le «champ de la terre» en Nuglar, près de Bâle, illustre la surface du sol nécessaire pour ce que chaque être humain consomme. L'inégalité est grande.

**Qui** Urban Agriculture Basel (Nuglar, Soleure)

**Catégorie** Production de denrées alimentaires

**Quoi** Le «champ de la terre» reflète proportionnellement les principales cultures sur la planète. À l'échelle mondiale, celles-ci occupent 1,4 milliard d'hectares de terres arables.

**Comment** «Si on divise cette surface par le nombre d'humains, on obtient une surface d'env. 2000 m<sup>2</sup> par habitant pour la consommation personnelle, allant du riz au thé en passant par les jeans en coton. Si dans l'hémisphère nord, nous utilisons chacun 2700 m<sup>2</sup> de terre, les habitants des pays du Sud ne disposent que de 1700 m<sup>2</sup>, car beaucoup de nos denrées sont produites sur leurs terres. Une surface importante de terrain est aussi consacrée au fourrage. Quiconque mange végétarien mobilise donc bien moins de terre. Avec la permaculture, il faut seulement 100 m<sup>2</sup> par personne. Le «champ de la terre» illustre ces rapports.»



© Monnaie Léman

## Soutenir l'économie locale par une monnaie locale

Avec sa valeur locale, la monnaie alternative le Léman renforce l'économie autour du lac du même nom et favorise une consommation durable.

**Qui** Monnaie le Léman (Région du lac Léman, Suisse et France)

**Catégorie** Économie solidaire

**Quoi** Cette monnaie locale crée un nouveau moyen de paiement, d'investissement et de donation. Ce faisant, l'association renforce l'économie régionale.

**Comment** «Avec la monnaie complémentaire «le Léman», nous favorisons autour du lac un monde plus juste et plus écologique, où l'argent local retourne dans l'économie locale au lieu de disparaître dans des marchés financiers internationaux. Le Léman incite des entreprises et la population à produire et à consommer de manière plus durable. Ce moyen de paiement est accepté par 450 entreprises de la région. Cela permet de maintenir les emplois locaux. Et le Léman renforce l'attachement des gens et de la vie économique à la région – par-delà les frontières nationales.»



## Lieux de rencontre dans la métropole

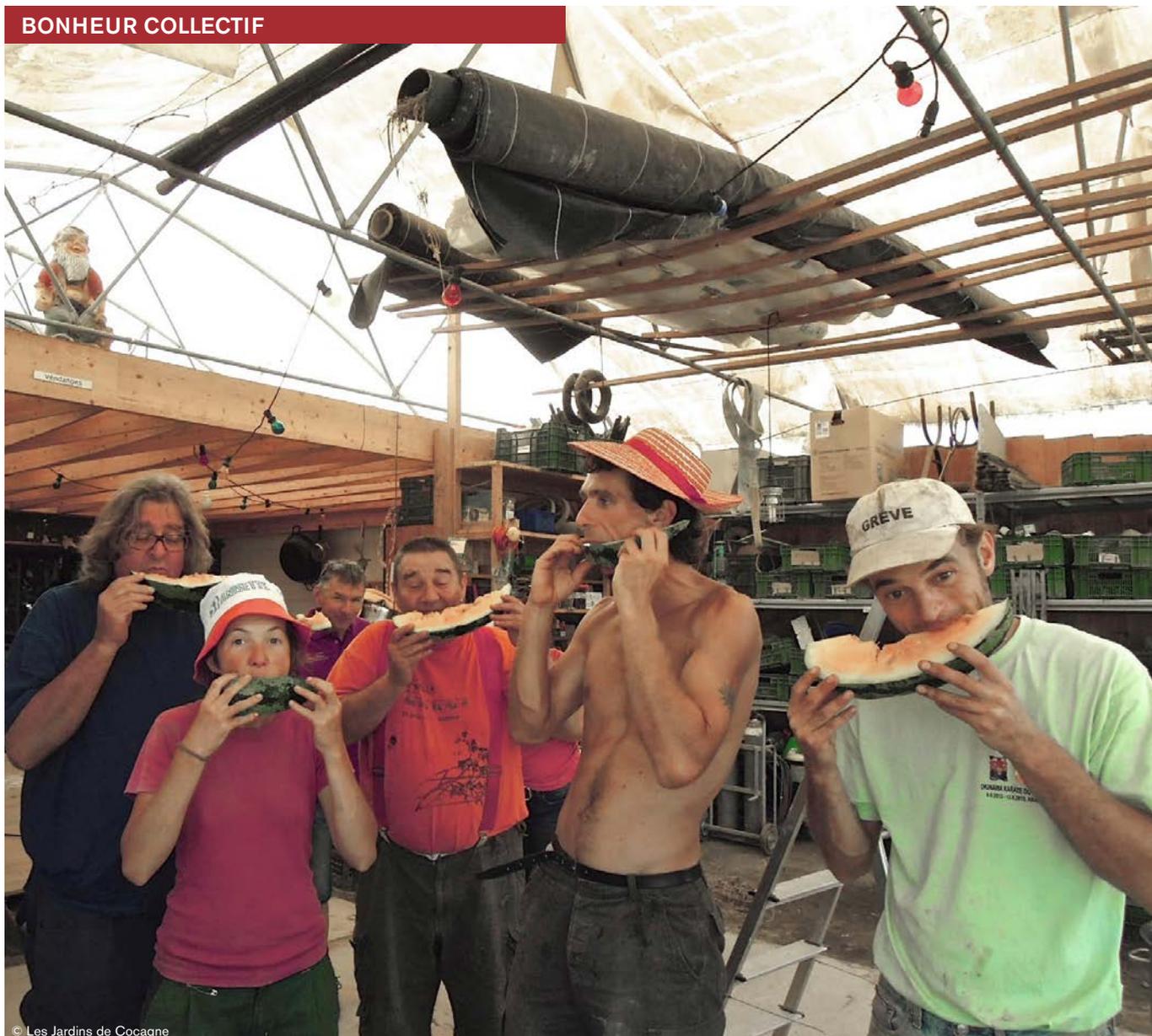
Happy City Lab réinvestit les espaces publics avec des Boîtes d'échange et des pianos. Objectif: les gens doivent se sentir bien dans leur ville.

**Qui** Happy City Lab (Genève)

**Catégorie** Qualité de vie

**Quoi** Happy City Lab veut réinventer la ville. Cette structure crée des lieux de rencontre dans des espaces collectifs et veut promouvoir la joie, l'esprit communautaire, la participation et la responsabilité.

**Comment** «Happy City Lab repeint des boîtes de distribution de journaux et les transforme en Boîtes d'échange entre voisins. Des personnes y déposent livres, CD ou jouets. D'autres peuvent en disposer. «Ciné Transat», c'est notre cinéma de plein air – un lieu de rencontre pour tous. En juin, plus de 50 pianos sont installés dans les rues de Genève. Ils sont intensément utilisés: les gens jouent, chantent et dansent – et recouvrent spontanément les pianos quand arrive la pluie. Nous nous engageons ainsi contre l'anonymat croissant, les peurs et le vandalisme, et nous apportons une nouvelle vie dans la ville.»



© Les Jardins de Cocagne

## Aux Jardins de Cocagne, on ne jette pas d'aliments

Aux Jardins de Cocagne, on plante ce qui est commandé au préalable. Les jardiniers et les clients se connaissent et s'estiment.

**Qui** Les Jardins de Cocagne (Sézegnin, Genève)

**Catégorie** Production de denrées alimentaires

**Quoi** Les Jardins de Cocagne sont le projet d'agriculture contractuelle le plus ancien de Suisse. Les membres s'engagent pour un an au moins.

**Comment** «Grâce aux contrats, nous savons quelle quantité de légumes nous devons cultiver. Chaque semaine, nous apportons les sacs de légumes biologiques commandés à 43 points de distribution répartis dans la ville, où nos clientes et clients peuvent venir les chercher. Et 10% supplémentaires de nos cultures sont destinés à notre stand de marché à Genève. Cela permet à notre projet d'être plus largement connu. Chaque membre travaille aux Jardins de Cocagne trois à quatre demi-journées par année. Si bien que nous apprenons à nous connaître mutuellement et nous apprécions notre travail. Nous sommes très actifs dans le cadre de la production alimentaire mondiale et la souveraineté alimentaire. Voilà pourquoi nous soutenons aussi des projets en Afrique de l'Ouest.»



© Territorio e Montagne Pulite

## Ne laisser que des traces de pas en montagne

Les refuges du Tessin motivent les randonneurs à ramener leurs propres déchets et ceux des autres dans la vallée.

**Qui** Montagnepulite, Département de l'environnement tessinois et Federazione Alpinistica (Tessin)

**Catégorie** Environnement

**Quoi** Les montagnes attirent de plus en plus de personnes, qui y laissent souvent des débris ne pouvant être éliminés que dans la vallée. Les refuges du Tessin veulent que tous participent à garder les montagnes propres.

**Comment** «En montagne, l'élimination des déchets est compliquée et onéreuse. Les gardiennes et gardiens des refuges doivent amener les déchets dans la vallée par hélicoptère ou à pied. Avec le projet Sherpa, nous encourageons les passionnés de montagne, petits et grands, à emporter aussi les débris des refuges dans la vallée et à les éliminer correctement. Nous distribuons également des petits sacs en tissu pour transporter les déchets pendant la randonnée. Une randonnée en montagne est une belle performance sportive. N'y laisser que des traces de pas reste pourtant une prouesse!»



## Les personnes jeunes et âgées s'aident mutuellement

L'association Vicino favorise l'aide de voisinage.

**Qui** Vicino (Lucerne)

**Catégorie** Qualité de vie

**Quoi** Vicino conseille les personnes âgées du quartier et organise l'aide. L'association propose une ligne téléphonique d'urgence 24h/24 et un service de visite, d'accompagnement et de transport. Tous les services sont gratuits.

**Comment** «Des voisin-e-s serviables sont indispensables pour permettre aux personnes âgées de vivre le plus longtemps possible dans leur environnement familial en toute autonomie et indépendance. Des personnes à l'écoute, avec lesquelles peuvent parler. Des personnes qui font des achats pour elles et les aident quand elles ne s'en sortent plus toutes seules. Nous fournissons des petits services aux personnes âgées. Les plus jeunes en profitent aussi, p. ex. avec un service de babysitting par des «grands-parents adoptifs». L'avantage: les jeunes et les anciens vivent dans un quartier social et actif, empreint d'un esprit d'entraide.»



© Wohn- und Gewerbegemeinschaft Hard

## Vie durable dans l'ancienne filature

Chaque jour, quelque 250 personnes vont et viennent dans l'ancienne filature de Winterthour. Ici, on vit et on travaille, des aliments et de l'électricité sont produits.

**Qui** Communauté d'habitat et d'artisanat Hard (Winterthour, Zurich)

**Catégorie** Qualité de vie, environnement

**Quoi** Les habitantes et habitants de l'ancienne filature préservent ce complexe industriel historique, cultivent la communauté et vivent autant que possible dans le respect de l'environnement.

**Comment** «À la Hard, nous organisons des manifestations culturelles, profitons des 80 000 m<sup>2</sup> de terrain, gérons un café communautaire charmant, une exploitation agricole bio et une centrale hydraulique. L'électricité verte que nous produisons permet d'approvisionner 725 foyers. Notre eau chaude est obtenue grâce à l'énergie solaire et les maisons sont chauffées au biogaz. Les 45 appartements et 40 entreprises dans les neuf bâtiments historiques de la filature construite en 1802 sont aussi variés que leurs propriétaires.»



© Jan Pauls

## Faire sa récolte dans l'espace collectif

Ouvrez les yeux! Beaucoup de fruits comestibles se trouvent dans les lieux publics. Mundraub [Délict de cueillette] vous montre où.

**Qui** Plateforme en ligne mundraub (Suisse, Allemagne et Autriche)

**Catégorie** Denrées alimentaires, biens communs

**Quoi** Les rues sont bordées de buissons de noisetiers et les pommiers offrent de l'ombre dans les parcs. Sur sa plateforme en ligne, mundraub indique où et quoi cueillir.

**Comment** «mundraub sensibilise aux «paysages comestibles» ainsi qu'à l'aspect régional et saisonnier. Celui qui découvre un cerisier accessible au public peut s'inscrire et ajouter l'arbre fruitier sur la carte mundraub. La plateforme permet aussi de s'organiser en groupes et d'échanger sur les plantes, la récolte et les idées de transformation. Nous organisons des récoltes collectives, des plantations d'arbres et des parcours mundraub pour découvrir la ville comestible. Nous incitons à découvrir et à utiliser les ressources existantes – et à reporter l'idée du bien commun dans d'autres domaines de la vie.»



© Verein Foodsharing

## Dans l'assiette plutôt que dans la poubelle

L'association foodsharing récupère les invendus et les restes de repas de commerçants et de restaurants. De sorte que les repas atterrissent dans des assiettes plutôt que dans des poubelles.

**Qui** foodsharing (Suisse, Allemagne et Autriche)

**Catégorie** Denrées alimentaires, partager

**Quoi** Foodsharing sauve les surplus de nourriture dans des restaurants et chez des commerçants. En outre, l'association aide les entreprises à réduire le gaspillage de produits alimentaires.

**Comment** «Notre plateforme en ligne permet d'organiser notre action de sauveuses et sauveurs d'aliments. Tout membre de notre communauté peut, en tant que foodsaver, récupérer les excédents dans des commerces et restaurants pour éviter qu'ils finissent dans des poubelles. Le pain ou les fruits peuvent être déposés dans des réfrigérateurs «Fair-Teiler», accessibles au public. Nous organisons aussi des dîners foodsharing. 250 000 utilisatrices et utilisateurs inscrits et plus de 45 000 bénévoles ont transformé cette initiative en mouvement international.»



© Christian Bobst

## Politique municipale pour tous

En Éthiopie comme en Suisse, les conseillères et conseillers municipaux contrôlent le travail de la municipalité. Une formation leur apprend comment faire.

**Qui** Gouvernement provincial d'Amhara (Région d'Amhara, Éthiopie)

**Catégorie** Démocratie

**Quoi** Pour pouvoir contrôler les affaires et le travail du gouvernement villageois, les conseillères et conseillers communaux ont besoin de bases. Le gouvernement provincial d'Amhara soutient leur formation pour qu'ils connaissent leurs droits et devoirs tout au long de leur mandat administratif de cinq ans.

**Comment** «Le plus souvent, le développement d'un village n'échoue pas uniquement faute d'argent. Souvent, les autorités locales ne savent ni planifier ni réaliser approvisionnement en eau, système de santé ou scolaire ou encore routes locales. En collaboration avec Helvetas, nous proposons un modèle de formation destiné aux responsables de communes. Avec succès: on compte aujourd'hui davantage de puits, des talus plus stables et un taux de scolarisation plus élevé.»



© EMAVI

## Des villes propres et saines

Les autorités de 20 petites villes en Bolivie apprennent avec la population à lutter contre la montagne de déchets qui grandit chaque jour.

**Qui** Organisation Aguatuya et autorités locales (Bolivie)

**Catégorie** Environnement

**Quoi** Les autorités de petites villes apprennent à organiser l'épuration des eaux usées et l'élimination des déchets. Pour sa part, la population apprend à ne plus laisser traîner des déchets partout – et à les trier soigneusement.

**Comment** «Quand les villes s'étendent, déchets et eaux usées représentent un défi croissant. Les administrations municipales planifient l'approvisionnement en eau ou les réseaux urbains, mais elles n'ont que peu d'expérience dans l'épuration des eaux et l'élimination des déchets. En collaboration avec le Ministère de l'environnement et Helvetas, nous planifions et construisons de telles infrastructures. La population est aussi impliquée dans les projets. Notre objectif est d'épurer à l'avenir 75% des eaux usées, de collecter et éliminer 80% des déchets.»



© Mikhail Romanyuk

## Conseils juridiques gratuits pour tous

Au Tadjikistan, quiconque rencontre un problème juridique est conseillé gratuitement. Il faut maintenant que cette offre soit mieux connue.

**Qui** Autorités locales (Tadjikistan)

**Catégorie** Équité

**Quoi** Depuis 2015, le gouvernement du Tadjikistan offre des conseils juridiques gratuits à ses citoyennes et citoyens. L'important est de permettre aux femmes, aux minorités et aux personnes défavorisées d'accéder à la justice.

**Comment** «Au Tadjikistan, dans les campagnes surtout, de nombreuses personnes ne connaissent pas leurs droits – ou en sont privées. Pour mieux faire connaître cette offre de conseil, nous travaillons avec Helvetas en qualité de responsables publics. Ensemble, nous informons la population sur ses droits et ses devoirs. Nous formons des médiatrices et médiateurs qui sont les intermédiaires en cas de litige. De plus, nous aidons les organisations de la société civile à prodiguer chaque année des conseils juridiques gratuits en faveur de 7000 personnes. C'est ainsi que nous créons l'équité.»

# BONHEUR GLOBAL





© collaboratio helvetica

## Réfléchir ensemble aux objectifs de durabilité

Collaboratio Helvetica réunit des personnes qui cherchent des voies permettant à la Suisse d'atteindre les objectifs de développement durable.

À la fois plateforme, réseau, organisation et laboratoire, Collaboratio Helvetica est ouvert à toutes les personnes intéressées. Les participants explorent les causes des plus grands défis qui se posent à la Suisse. De façon collective et à travers le dialogue, ils recherchent des solutions pour que la Suisse puisse atteindre les objectifs de développement durable. Collaboratio Helvetica ne développe pas de projets. Mais responsables et personnes concernées issues de multiples secteurs élaborent ici des solutions innovantes, qui leur permettent de tester, d'apprendre et de développer davantage leurs idées. Collaboratio Helvetica est convaincu que seul le collectif peut réussir et que les systèmes ne peuvent être changés que par le dialogue. Les ressources nécessaires pour cela sont disponibles, il suffit de les guider.



© Transition\_Zürich

## Rechercher le modèle d'avenir durable

Le mouvement de la Transition réunit, du local au mondial, des gens mettant en œuvre ensemble un modèle d'avenir durable pour leurs communautés.

Les politiques ne réagissant guère aux défis du changement climatique, de la dépendance au pétrole et des inégalités sociales, des groupes de Transition se forment dans de nombreux pays depuis 2006. Avec pour devise «Agir. Maintenant. Simplement», le mouvement cherche des réponses concrètes aux crises actuelles. Animés par un esprit pionnier optimiste, ces groupes explorent de nouvelles voies pour un mode de vie durable à travers des processus créatifs positifs. Ils consomment moins de matières premières, réparent et échangent au lieu de racheter. Ils encouragent les énergies durables, renforcent la production, l'artisanat et le commerce régionaux – y compris par le biais de nouvelles monnaies locales. Ils produisent des aliments biologiques et misent sur la permaculture. Le mouvement de la Transition est mondial; il existe aussi en Suisse.



© Olivier Matthys

## Une voix pour les opprimés

La plateforme en ligne d'Avaaz donne une voix à des millions de personnes dans le monde.

Avaaz, depuis longtemps devenu un mouvement social, est considéré comme le réseau d'activistes en ligne le plus large et le plus influent dans le monde. Avaaz travaille dans 15 langues et sur les six continents: la plateforme mobilise des citoyennes et citoyens autour du globe, soutient des pétitions et revendications en ligne, finance des campagnes médiatiques ainsi que des actions et événements «hors ligne». Avaaz interpelle les gouvernements ou ouvre des canaux pour leur faire parvenir des e-mails de protestation. Des milliers de bénévoles soutiennent activement la plateforme. Les campagnes traitent de nombreux thèmes, allant de la corruption au changement climatique sur le plan local et international. Avec Avaaz, le fossé entre le monde dans lequel nous vivons et celui dans lequel nous voulons vivre se réduit.



© Opmeer Reports für Oikocredit

## Donner un sens au placement financier

Oikocredit investit dans des projets sociaux et écologiques équitables dans des pays en développement. Les gens clairvoyants investissent leur argent ici.

Oikocredit investit dans les êtres humains. Dans des pays en développement, des micro-entrepreneuses et entrepreneurs bénéficient de crédits pour lancer leur propre activité commerciale. En Amérique latine, Afrique et Asie, Oikocredit investit dans l'agriculture, soutient des femmes, ouvre la voie au commerce équitable et favorise les énergies renouvelables. Basée aux Pays-Bas, cette organisation coopérative compte parmi les principaux établissements financiers privés internationaux dédiés au développement durable. La transparence, la participation et la solidarité sont les piliers de son engagement. L'objectif est d'encourager l'autonomie des personnes et d'être au service du bien commun. Oikocredit est né sur l'initiative du Conseil œcuménique des Églises qui souhaitait créer une possibilité d'investissement alternative et éthique.



## Promouvoir l'expertise en durabilité

Green Buzz réunit les collaborateurs de diverses entreprises de secteurs industriels variés, dans le but d'échanger sur les questions de durabilité.

Green Buzz transmet connaissances et savoir-faire, incitant ainsi les professionnels à ancrer et faire avancer la durabilité dans leur entreprise. Au cœur de la démarche, des réunions permettent aux collaborateurs de découvrir une entreprise différente de la leur, où la durabilité est vécue ou en voie de l'être. Une partie importante de ces rencontres se tient au moment de l'apéritif, ce qui permet aux collaborateurs de réseauter au-delà de leur entreprise et de leur secteur industriel. Des expériences et de nouvelles idées sont échangées autour d'un verre de vin. Cette communauté grandit sans cesse depuis 2010: après Zurich, des cercles Green Buzz sont aussi actifs à Berlin, Amsterdam, Genève et Berne.



## Planter des arbres avec un moteur de recherche

Ecosia est un moteur de recherche Internet parmi tant d'autres. À l'inverse des moteurs de recherche commerciaux qui, comme Google, gagnent de l'argent pour leurs investisseurs et actionnaires, Ecosia utilise ses bénéfices pour planter des arbres.

L'idée a germé pendant un tour du monde. Mais ce n'est qu'après son retour en 2009 que le jeune voyageur et idéaliste allemand a créé le moteur de recherche Ecosia. Il croit fermement que chacune et chacun a le pouvoir de faire quelque chose de bien. Comment ça fonctionne? En cherchant des informations sur Ecosia, de la publicité s'affiche aussi. Ecosia gagne ainsi de l'argent, à l'instar des autres moteurs de recherche. Mais au lieu d'empocher ces revenus, Ecosia finance des arbres qui sont plantés aux endroits où les besoins sont les plus criants. Le «compteur d'arbres plantés» affiche déjà plus de 40 millions d'arbres.



© Cami Onuki

## La démocratie sur le banc d'essai

Democracy R&D veut tester, étudier et améliorer des éléments de démocratie directe.

Présent en Europe, en Amérique notamment, le réseau veut renouveler, animer et développer des systèmes démocratiques – locaux ou globaux. Les citoyennes et citoyens doivent être davantage impliqués dans les décisions politiques majeures: de manière bénévole, représentative et libre de toute manipulation. Democracy R&D aborde des cas concrets – de l'Australie au Portugal via le Brésil – et offre suffisamment de temps et de principes fondamentaux pour pouvoir échanger, développer des idées et prendre des décisions argumentées. Les organisations participantes évaluent les expériences, les partagent et élaborent des approches plus efficaces encore pour développer au final un système qui fonctionne. L'objectif est de permettre de prendre des décisions sur des sujets ne pouvant pas ou guère être gérés avec les structures existantes.



## De jeunes Africains s'associent pour la démocratie

Des jeunes gens issus de onze pays africains s'engagent dans l'African Movement for Democracy pour consolider les systèmes démocratiques.

L'organisation fédère le monde politique, la société civile, des groupes de jeunes ainsi que des activistes pour relever les nombreux défis auxquels sont confrontées les démocraties africaines. Les membres croient en une nouvelle génération de dirigeants africains prêts à s'engager pour une culture démocratique et des institutions fortes en Afrique. Visionnaires, ils s'engagent pour une Afrique unie, en paix, avec des sociétés stables. L'un des projets est un programme de mentoring pour femmes dirigeantes, trop peu nombreuses en Afrique au sud du Sahara: par exemple, on ne compte que 23% de femmes parmi les parlementaires. Chacune et chacun peut participer au mouvement démocratique et le soutenir.



## Sri Lanka: des jeunes sur la voie de la réconciliation

Au Sri Lanka, des adolescents et de jeunes adultes issus de différents groupes ethniques se rencontrent pour porter ensuite un esprit de réconciliation dans leur village respectif.

La guerre civile au Sri Lanka est terminée depuis plus de 10 ans déjà. Cependant, les préjugés et l'hostilité entre les groupes ethniques subsistent. Pour y remédier, des associations de jeunes organisent des échanges dans trois régions. Outre des Tamouls majoritairement hindous et des Cinghalais bouddhistes, de jeunes musulmans participent aussi à ces activités. Les jeunes passent plusieurs jours dans une famille d'accueil appartenant à un autre groupe ethnique. Pendant les cours, ils parlent de leur propre vécu et des préjugés. De retour dans leur village, ils transmettent leur savoir sur la réconciliation et la résolution de conflits à d'autres jeunes et adultes. Cela permet de surmonter les préjugés et de faire émerger une société plus apaisée.



## Albanie: renforcer la confiance dans la démocratie

Aujourd'hui, l'administration locale dans le nord de l'Albanie est plus accessible et implique sciemment les citoyennes et les citoyens.

En 2015, l'Albanie a divisé par six le nombre des municipalités dans le nord et réformé son système communal, avec le soutien de la coopération suisse au développement. Aujourd'hui, les autorités assument mieux leurs missions envers la population et consultent la société civile pour les nouveaux projets. Les obstacles administratifs sont moindres et les formalités administratives simplifiées. Les citoyennes et les citoyens peuvent même contacter les autorités directement en ligne à des guichets dénommés «One-Stop-Shops» à l'entrée des bâtiments administratifs, ce qui renforce la confiance dans l'administration.



© Helvetas

## Laos: du courage pour la société civile

Chaque gouvernement a besoin d'une société civile engagée pour faire contre-poids. C'est la seule façon pour un pays de se développer de manière optimale.

Au Laos, la méfiance de l'État envers les organisations de la société civile est grande. C'est pourquoi les gens ont besoin de courage et d'aide pour s'organiser. Pourtant, la société civile est le partenaire et non l'opposant d'un gouvernement: elle pointe des problèmes, formule des exigences et propose des solutions pour améliorer les conditions de vie de nombreuses personnes. Or, pour créer une organisation, il faut de l'expérience, du savoir – et au Laos, du soutien. Helvetas l'offre aux personnes et aux groupes voulant présenter une revendication. En parallèle, Helvetas maintient le dialogue avec les organismes publics pour leur expliquer l'importance d'une société civile qui fonctionne. Aujourd'hui, les gouvernements et organisations déjà engagées échangent dans deux provinces. C'est ainsi que la confiance s'instaure.



© Helvetas

## Bhoutan: démocratie et décentralisation

Le Bhoutan passe actuellement d'un régime de monarchie absolue à une monarchie constitutionnelle démocratique. Un exercice qui s'apprend.

La constitution existe déjà, des partis se fondent et des élections ont lieu. Désormais, de nombreuses missions sont déléguées du pouvoir central aux gouvernements provinciaux et communaux. Mais comment fonctionne la démocratie? Qui a quelles tâches, quels droits et devoirs? Société civile, citoyennes et citoyens, employés d'administrations locales ainsi que élus ont maintenant besoin de formations pour pouvoir exercer leurs fonctions. Beaucoup de choses se passent bien, mais il faut encore améliorer la responsabilité et la recherche de fonds. En outre, les femmes et les jeunes doivent pouvoir s'impliquer davantage. Helvetas élabore des modules de formation et organise des cours pour les formatrices et formateurs. Les principes du Bonheur National Brut en sont le fondement.



© Helvetas

## Guatemala: les femmes doivent participer

Au Guatemala, les femmes sont encouragées à participer avec les hommes à l'élaboration de solutions pour répondre aux défis dans leurs communautés.

Même si la loi stipule que femmes et hommes doivent participer sur un pied d'égalité au développement de leur municipalité, dans les faits ce sont les hommes qui décident. C'est pourquoi Helvetas incite des femmes à s'impliquer dans les affaires économiques, politiques et sociales des communes. Il s'agit en premier lieu de renforcer leur confiance en soi pour qu'elles osent s'exprimer en public et s'imposer face à la moquerie ou la résistance des hommes, des personnes plus âgées et des gens influents. Elles apprennent aussi à rédiger des requêtes et à établir des budgets, et sont encouragées à se porter candidates pour des bureaux politiques. L'objectif est que femmes et hommes assument ensemble la responsabilité du développement de leur propre communauté.



**HELVETAS**

[helvetas.org](http://helvetas.org)