

SOMMAIRE

• INTRODUCTION : Un guide pratique de la transition, pour quoi faire ?	4
---	---

COMMUNIQUER

• Communication non violente • Transition intérieure	6
• Gouvernance partagée • Réseaux sociaux	7

VIVRE ENSEMBLE ...

~ *au quotidien* :

• Le mouvement des colibris • Écovillages • Habitat participatif	8
--	---

~ *en s'engageant localement* :

• Villes en transition • Bleu Blanc Zèbre	9
• Villages vivants • Supermarché coopératif	10
• Budgets participatifs	11

~ *en voyageant autrement* :

• Tourisme équitable et solidaire • Écovolontariat	12
• Réseaux d'hospitalité • Une plateforme collaborative	13

TRAVAILLER ENSEMBLE

• Entreprendre • Se former • Gestion d'entreprise	14
• Tiers-lieux	15

~ *volontariat* :

• Chantiers participatifs • Les chantiers paysans	15
---	----

CULTIVER EN PRÉSERVANT LES ECOSYSTÈMES

• Permaculture • Jardins partagés	16
• Agroforesterie syntropique	17
• Les incroyables comestibles • Protéger la biodiversité	18

ÊTRE UN CONSOMMATEUR AVERTI

• Vêtements, accessoires etc.	19
• Téléphonie	20
• Téléphone et informatique • Informatique • Énergie	21
• Le local • Découvrir et s'informer	22
• Pêche durable • Lunettes recyclées • Livraison à domicile	23
• Fournitures scolaires • Jeux coopératifs • Boycot bienveillant	24

~ *Réduire sa consommation* :

• Déchets • Donner	25
• Gaspillage alimentaire	26
• Low-Tech • Troquer • Objets reconditionnés	27
• Réparer soi-même • Cabines téléphoniques	28

UN HABITAT PLUS SAIN

- S'informer • L'eau dans la maison 29
- Rénover en matériaux écologiques • Electricité biotique • Acheter une maison écologique .. 30
- Habitat léger 31

ARGENT ET SOLIDARITÉ

- Monnaies locales • Monnaies libres 32
- Banque éthique • Financement participatif 33

~ *Se libérer de l'argent :*

- La boutique sans argent • Un supermarché inversé 34

SE DÉPLACER AUTREMENT

- Mobilité partagée • Autopartage..... 35
- Train • Ramassage scolaire 36
- CONCLUSION 37