

**A G E N D A**  
**D E S**  
**C O L I B R I S**  
**2 0 2 0**

Illustrations de Monsieur lou



### La légende du colibri

Un jour, dit la légende, il y eut un immense incendie de forêt. Tous les animaux, terrifiés, atterrés, assistaient, impuissants, au désastre. Seul le petit colibri s'activait, allant chercher quelques gouttes d'eau avec son bec pour les jeter sur le feu. Au bout d'un moment, le tatou, agacé par cette agitation dérisoire, lui dit :

« Colibri, tu n'es pas fou ?  
Ce n'est pas avec ces gouttes d'eau  
que tu vas éteindre le feu ! »

Et le colibri lui répondit :  
« Je le sais, mais je fais ma part. »

© 2019, éditions Rue de l'échiquier  
12, rue du Moulin-Joly, 75011 Paris  
[www.ruedelechiquier.net](http://www.ruedelechiquier.net)

© 2019, Association Colibris  
18-20, rue Euryale-Dehaynin, 75019 Paris  
[www.colibris-lemouvement.org](http://www.colibris-lemouvement.org)

ISBN : 978-2-37425-178-3  
Dépôt légal : août 2019



## COLIBRIS, UN MOUVEMENT CITOYEN ACTIF

Créée en 2007 sous l'impulsion de Pierre Rabhi, Colibris est une association loi 1901 reconnue d'intérêt général, dont la mission est d'accompagner les citoyens faisant le choix de s'engager dans un mode de vie plus écologique et solidaire.

Partout dans le monde, des hommes et des femmes de tous horizons prouvent, en agissant au quotidien, qu'un autre mode de vie, plus respectueux du vivant et plus humain, est possible : mutualisation et échange de biens et de services, éducation positive, sobriété énergétique, agriculture vivrière, écoconstruction, création de lieux de vie ou de transmission de savoir-faire...

Ces initiatives expérimentent aujourd'hui les modèles de la société de demain en incarnant, dans la transformation personnelle de chacune et de chacun, le changement espéré et la coopération entre tous.

Colibris est au cœur de cette nouvelle dynamique enthousiasmante, plus que jamais déterminée à soutenir, inspirer et relier toutes les parties prenantes de ce mouvement. Nous voulons renforcer la confiance et la conscience que relever ce défi collectif est possible et joyeux !

## UNE GOUVERNANCE MIEUX PARTAGÉE

Parce qu'il est essentiel de porter autant d'attention à ce que l'on fait qu'à la façon dont on le fait, l'association Colibris expérimente en interne depuis 2012 une gouvernance participative, qui permet à toutes les parties prenantes du mouvement de participer aux orientations stratégiques, dans un vaste processus d'intelligence collective.

Les parties prenantes du mouvement se retrouvent dans cinq collèges, représentés dans les cercles d'orientation et de pilotage de l'association :

- les fondateurs
- les partenaires
- les cotisants
- les groupes locaux
- l'équipe opérationnelle



● pleine lune ; ○ nouvelle lune ; ◐ premier quartier ; ◑ dernier quartier

Zone A Zone B Zone C

À la date d'impression de cet agenda, le calendrier officiel des vacances scolaires 2020-2021 n'était pas encore publié.

# 2020

## JANVIER

	lun	mar	mer	jeu	ven	sam	dim
1			1	2	3◐	4	5
2	6	7	8	9	10●	11	12
3	13	14	15	16	17◑	18	19
4	20	21	22	23	24○	25	26
5	27	28	29	30	31		

## FÉVRIER

	lun	mar	mer	jeu	ven	sam	dim
5						1	2
6	3	4	5	6	7	8	9●
7	10	11	12	13	14	15◑	16
8	17	18	19	20	21	22	23○
9	24	25	26	27	28	29	

## MARS

	lun	mar	mer	jeu	ven	sam	dim
9							1
10	2◐	3	4	5	6	7	8
11	9●	10	11	12	13	14	15
12	16◑	17	18	19	20	21	22
13	23	24○	25	26	27	28	29
14	30	31					

## AVRIL

	lun	mar	mer	jeu	ven	sam	dim
14			1◐	2	3	4	5
15	6	7	8●	9	10	11	12
16	13	14	15◑	16	17	18	19
17	20	21	22	23○	24	25	26
18	27	28	29	30◐			

## MAI

	lun	mar	mer	jeu	ven	sam	dim
18					1	2	3
19	4	5	6	7●	8	9	10
20	11	12	13	14◑	15	16	17
21	18	19	20	21	22○	23	24
22	25	26	27	28	29	30◐	31

## JUIN

	lun	mar	mer	jeu	ven	sam	dim
23	1	2	3	4	5●	6	7
24	8	9	10	11	12	13◑	14
25	15	16	17	18	19	20	21○
26	22	23	24	25	26	27	28◐
27	29	30					

## JUILLET

	lun	mar	mer	jeu	ven	sam	dim
27			1	2	3	4	5●
28	6	7	8	9	10	11	12
29	13◑	14	15	16	17	18	19
30	20○	21	22	23	24	25	26
31	27◐	28	29	30	31		

## AOÛT

	lun	mar	mer	jeu	ven	sam	dim
31						1	2
32	3●	4	5	6	7	8	9
33	10	11◑	12	13	14	15	16
34	17	18	19○	20	21	22	23
35	24	25◐	26	27	28	29	30
36	31						

## SEPTEMBRE

	lun	mar	mer	jeu	ven	sam	dim
36		1	2●	3	4	5	6
37	7	8	9	10◑	11	12	13
38	14	15	16	17○	18	19	20
39	21	22	23	24◐	25	26	27
40	28	29	30				

## OCTOBRE

	lun	mar	mer	jeu	ven	sam	dim
40				1●	2	3	4
41	5	6	7	8	9	10◑	11
42	12	13	14	15	16○	17	18
43	19	20	21	22	23◐	24	25
44	26	27	28	29	30	31●	

## NOVEMBRE

	lun	mar	mer	jeu	ven	sam	dim
44							1
45	2	3	4	5	6	7	8◑
46	9	10	11	12	13	14	15○
47	16	17	18	19	20	21	22◐
48	23	24	25	26	27	28	29
49	30●						

## DÉCEMBRE

	lun	mar	mer	jeu	ven	sam	dim
49		1	2	3	4	5	6
50	7	8◑	9	10	11	12	13
51	14○	15	16	17	18	19	20
52	21	22◐	23	24	25	26	27
53	28	29	30●	31			

# Décembre **JANVIER**

**CULTIVONS** NOTRE ASSIETTE !

lundi **30**

8	16
10	18
12	20
14	22

mardi **31**

8	16
10	18
12	20
14	22

mercredi **1** JOUR DE L'AN

8	16
10	18
12	20
14	22

jeudi **2**

8	16
10	18
12	20
14	22

vendredi **3**

8	16
10	18
12	20
14	22

samedi **4**

8	16
12	20

dimanche **5**

8	16
12	20



« Que ta nourriture soit ta médecine. »  
**HIPPOCRATE**

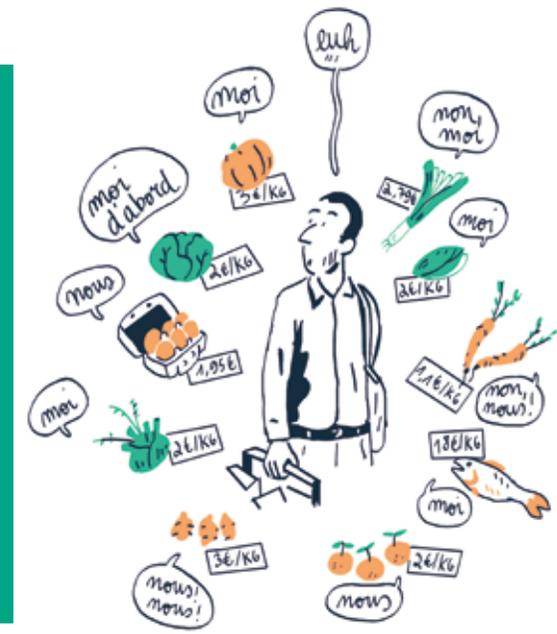
## Changer d'alimentation ? UN DÉFI PERSONNEL & COLLECTIF

**C**onsummateurs responsables de ses choix et de ses achats, chaque citoyen est au cœur de la transition alimentaire. Lorsqu'il s'investit dans un jardin partagé ou qu'il participe au développement de repas bio et de proximité (à la cantine ou en entreprise, par exemple), il devient même acteur de son territoire. Mais, afin de faciliter l'accès pour tous

à une alimentation de qualité, encore faut-il définir cette notion clé. Quel prix accordons-nous à nos aliments ? Quel impact les circuits de distribution ont-ils sur les producteurs ou l'environnement ? Comment préserver les terres agricoles et convertir notre agriculture en agroécologie ? Autant de questions qui ont été débattues lors du premier atelier

**POUR REJOINDRE L'AGORA DES COLIBRIS**  
→ [colibris-wiki.org/agora-des-colibris](http://colibris-wiki.org/agora-des-colibris)

de l'Agora des Colibris. Ce laboratoire d'idées participatif, où l'on échange sur des sujets ayant un fort impact sur la vie quotidienne (alimentation, Internet, éducation, modes d'installation agricoles, etc.), doit amener à réfléchir ensemble et à mettre en relation tous les protagonistes qui œuvrent quotidiennement pour une alimentation de qualité.



# JANVIER

**CULTIVONS** NOTRE ASSIETTE !

lundi **6**

8	16
10	18
12	20
14	22

mardi **7**

8	16
10	18
12	20
14	22

mercredi **8**

8	16
10	18
12	20
14	22

## CUISINE SAUVAGE

ET ITINÉRANTE

→ [rdevolution.org](http://rdevolution.org)

Issue de l'écolieu Artimbal (membre du réseau Oasis implanté à Roubignac, dans le Gard), l'association R(d')Évolution propose une initiation à la cuisine nomade préparée au feu de bois. Au menu : cueillette sauvage (orties, ail des ours, algues, champignons, châtaignes...), fritures végétales (falafels et pakoras), graines germées, boissons naturelles fermentées, tisanes et thés chai, et initiation pour manger mieux, de façon plus naturelle et bon marché. Dotée d'un four à pain nomade, l'association concocte aussi des pizzas, des tartes et des gâteaux en partenariat avec des producteurs locaux. Sur les marchés ou dans tout autre lieu public, elle informe la population quant aux méfaits du sucre raffiné, de l'aspartame et des additifs alimentaires. R(d')Évolution anime également La Ressourcerie du Pont, un lieu initialement dédié au réemploi d'objets délaissés devenu un creuset d'initiatives innovantes dans la commune voisine du Vigan. L'association, qui héberge des groupes de travail et des individuels, multiplie aussi les résidences d'artistes et les stages.

Faire sa part

## Jardins PARTAGÉS

Communautaire, associatif ou collectif, un jardin, ça se partage ! Pour échanger quelques plants contre de bonnes pratiques, prenez votre part dans un jardin collectif. En milieu urbain comme à la campagne, vous pourrez ainsi cultiver choux, carottes et relations sociales en toute convivialité.



jeudi **9**

8	16
10	18
12	20
14	22

vendredi **10**

8	16
10	18
12	20
14	22

samedi **11**

8	16
10	18
12	20
14	22

dimanche **12**

8	16
10	18
12	20
14	22

# JANVIER

**CULTIVONS** NOTRE ASSIETTE !

Faire sa part

## CUISINE zéro déchet

Fuir les contenants en plastique à usage unique, opter pour le vrac, s'initier au compost et réutiliser les restes, voilà quelques secrets de la cuisine zéro déchet. Ces gestes simples permettent de réduire le volume de déchets ménagers et limitent le gaspillage d'eau et d'énergie. Alors c'est décidé : on ne jette plus les restes, on les cuisine !

### SOUPE **multi-fanes**

1. Émincez les légumes et les fanes.
2. Dans une grande casserole à fond épais, faites-les revenir quelques minutes à feu doux dans de l'huile d'olive.
3. Ajoutez 1,7 litre d'eau, ainsi que le millet préalablement rincé. Salez et poivrez.
4. Montez un peu le feu et laissez cuire à couvert une vingtaine de minutes. Rajoutez éventuellement un peu d'eau si la soupe vous paraît trop épaisse et rectifiez l'assaisonnement.

Pour 4 ou 5 assiettes

- 200 g de fanes variées (tiges et feuilles)
- 1 gros oignon
- 3 carottes
- 90 g de millet (cru)
- Huile d'olive
- Sel, poivre
- Facultatif : épices, herbes aromatiques...

[extrait de *La Cuisine zéro déchet*,  
Stéphanie Faustin,  
Rue de l'échiquier, 2017]



lundi **13**

8	.....	16	.....
10	.....	18	.....
12	.....	20	.....
14	.....	22	.....

mardi **14**

8	.....	16	.....
10	.....	18	.....
12	.....	20	.....
14	.....	22	.....

mercredi **15**

8	.....	16	.....
10	.....	18	.....
12	.....	20	.....
14	.....	22	.....

jeudi **16**

8	.....	16	.....
10	.....	18	.....
12	.....	20	.....
14	.....	22	.....

vendredi **17**

8	.....	16	.....
10	.....	18	.....
12	.....	20	.....
14	.....	22	.....

samedi **18**

8	.....	16	.....
12	.....	20	.....
16	.....	24	.....
20	.....	28	.....

dimanche **19**

8	.....	16	.....
12	.....	20	.....
16	.....	24	.....
20	.....	28	.....

# JANVIER

**CULTIVONS** NOTRE ASSIETTE !

lundi **20**

8	.....	16	.....
10	.....	18	.....
12	.....	20	.....
14	.....	22	.....

mardi **21**

8	.....	16	.....
10	.....	18	.....
12	.....	20	.....
14	.....	22	.....

mercredi **22**

8	.....	16	.....
10	.....	18	.....
12	.....	20	.....
14	.....	22	.....

jeudi **23**

8	.....	16	.....
10	.....	18	.....
12	.....	20	.....
14	.....	22	.....

Faire sa part

## PRÈS DE **chez nous**

Une carte collaborative, écologique et solidaire a été initiée par Colibris afin de permettre à chacun de localiser les distributeurs de produits bio, équitables et locaux les plus proches. Développé avec des « outils libres » en open source, ce site est mis à disposition du grand public, qui est invité à le partager et à l'enrichir.

→ [presdecheznous.fr](http://presdecheznous.fr)

vendredi **24**

8	.....	16	.....
10	.....	18	.....
12	.....	20	.....
14	.....	22	.....

samedi **25**

8	.....
12	.....
16	.....
20	.....

dimanche **26**

8	.....
12	.....
16	.....
20	.....



## CROC'BAUGES :

### UNE ÉPICERIE BIO, MAIS PAS QUE...

« **N**ous avons envie de nous associer et d'unir les habitants de notre territoire autour d'une alimentation biologique et de proximité. Nous voulions aussi rendre accessible à tous cette alimentation de qualité », explique Aurélie Conte, l'une des cinq femmes à l'origine de l'association BioBauges et de l'épicerie bio Croc'Bauges. « Nous avons alors contacté des producteurs locaux, et l'idée d'ouvrir un point de vente dans le village de Lescheraines, dans le massif des Bauges, s'est très vite imposée », poursuit-elle. Prenant le temps d'échanger avec les participants de l'Agora des Colibris sur leur processus de création, les relations entre consommateurs, animateurs et producteurs, mais aussi sur les vertus d'une gouvernance

partagée et dynamique, ce collectif a permis à chacun de mesurer l'élan vital impulsé par Croc'Bauges en plein cœur des montagnes. Lieu-ressources duquel jaillissent nombre d'initiatives collectives, l'épicerie savoyarde organise aussi des ateliers avec les enfants des écoles de la région et participe à des festivals, à des rencontres conviviales, ainsi qu'à des échanges avec les élus. Accompagnée à chaque étape par des organismes d'aide à l'installation en coopération, Croc'Bauges est approvisionnée par une trentaine de producteurs et emploie sept personnes.

→ [crocbauges.canalblog.com](http://crocbauges.canalblog.com)

# JANVIER

Février

**CULTIVONS** NOTRE ASSIETTE !

**lundi 27**

8	16
10	18
12	20
14	22

**mardi 28**

8	16
10	18
12	20
14	22

**mercredi 29**

8	16
10	18
12	20
14	22

## INSPIREZ-VOUS !\*



*Faire connaissance avec les légumes,*  
Xavier Mathias, Actes Sud/Kaizen, collection  
« Je passe à l'acte », 2019

*La Cuisine zéro déchet,* Stéphanie Faustin,  
Rue de l'échiquier, 2017

*Pour en finir avec la faim dans le monde,*  
Pierre Rabhi et Juliette Duquesne,  
Presses du Châtelet, 2017

*Cueillettes gourmandes,* Serge Schall,  
Plume de carotte, 2015

*Je fais un pain délicieux, sain et sans machine*  
(fiche pratique), Florence Arnaud,  
éditions YpyPyp, 2015

*Le Manuel de cuisine alternative,* Gilles Daveau,  
Actes Sud, 2014

*La Santé dans l'assiette (DVD),* Lee Fulkerson,  
Jupiter Films, 2013

\* Retrouvez ces ouvrages sur la Boutique des colibris :  
colibris-laboutique.org



Faire sa part

## INCROYABLES comestibles

Balcons, jardins privés ou publics, trottoirs et bordures... Le moindre lopin de terre fait l'affaire lorsqu'il s'agit de planter d'Incroyables Comestibles. Ce concept international citoyen et solidaire, relayé par Colibris, consiste à cultiver des fruits et légumes partout en ville pour que tout un chacun puisse les récolter à sa guise et en libre-service. Bonus, les fleurs gorgées de pollen et de nectar font à leur tour le bonheur des abeilles sauvages et domestiques. Jardiniers-citoyens, vos voisins et les abeilles ont besoin de vous !

→ [lesincroyablescomestibles.fr](http://lesincroyablescomestibles.fr)

**jeudi 30**

8	16
10	18
12	20
14	22

**vendredi 31**

8	16
10	18
12	20
14	22

**samedi 1**

8	16
10	18
12	20
14	22

**dimanche 2**

8	16
10	18
12	20
14	22