



Rapport d'activités

2022-2023

Groupe de simplicité volontaire
de Québec
Québec, 19 juin 2023

- gsvq.org -

Table des matières

Mot du président	3
Procès-verbal de l'AGA 2022	4
Activités du GSVQ en 2022-2023	6
Les ateliers de journal créatif	7
Bulletin « Le Simplicitaire »	9
Émission de radio + GAIE	10
JUILLET : Journée de la simplicité et cabane de Thoreau	11
Site Web, Facebook et Infolettre	12
Objets écologiques	13
L'avenir du GSVQ	13
Bilan financier 2022-2023 *	

NB. Le bilan financier est disponible dans l'édition originale réservée aux membres

Mot du président :



Chers membres du GSVQ, cette année a été une année de transition question de retour à la normale en ce qui concerne nos activités. On ne peut pas dire que la participation est revenue comme avant. Par contre au dernier café philosophique de ce mois de mai la participation a été très bonne. Est-ce dû au retour du beau temps ou le sentiment de fin de la pandémie ? Difficile à dire. À ce que j'ai entendu, la baisse de participation se voit ailleurs aussi dans les activités communautaires. Mais ce qui marque cette année est la décision unanime du conseil d'administration de liquider le GSVQ. Le CA a conclu que le GSVQ en tant qu'OBNL est devenu une structure caduque et lourde qui a fait son temps. Plusieurs membres du CA ont aussi annoncé leur départ. La structure du GSVQ a quand même permis la très grande pérennité de notre groupe. Quand on pense à tous les autres groupes de simplicité volontaire nous sommes le seul groupe à ne pas avoir été dissous après 2 ou 3 ans au Québec. Et le groupe a toute une feuille de route quand on pense à tout ce qu'il a organisé et fait dans ces 20 ans d'existence. On a qu'à penser, entre autres à nos colloques bisannuels. Bref, c'est remarquable.

Mais nous croyons qu'il est temps de prendre un nouveau chemin. Ce qui fait que désormais, si l'assemblée générale entérine la proposition du CA, les activités du GSVQ se poursuivront dans le cadre d'un comité "simplicité volontaire" à l'intérieur des Amis de la Terre de Québec. Plus besoin d'entretenir une structure formelle, ce qui permettra aux membres du comité de se centrer sur les activités en tant que telles. Ce sera un retour au bercail, parce que le GSVQ a à l'origine, il y a plus de 20 fonctionné en tant que comité aux Amis de la Terre.

Le président du GSVQ,

Jacques Delorme

Procès-verbal de l'assemblée générale annuelle

Groupe de simplicité volontaire de Québec (GSVQ)

Mardi 07 juin 2022 19h

Centre Culturel et Environnement Frédéric Back

870 de Salaberry, salle 332, Québec

Présences :

Jacques Delorme
Lise Gauvreau
Jean-Claude Boutin
Josée Grignon
Benoît Grenier

Diane Laberge
Hélène Chateauneuf
Pascal Grenier
Dominique Beaulieu

Ordre du jour

1. Ouverture et mot de bienvenue.
2. Nomination d'un président et d'un secrétaire d'assemblée.
3. Constat du quorum.
4. Lecture et adoption de l'ordre du jour.
5. Lecture, suivi et adoption du procès-verbal de l'AGA du 14 mai 2019.
6. Rapport d'activités pour les années 2019-2020, 2020-2021, 2021-2022
7. Présentation et adoption du rapport financier pour la période du 1er avril 2019 au 31 mars 2022.
8. Plan d'action du GSVQ pour l'année 2022-2023
9. Prévisions budgétaires pour la période du 1er avril 2022 au 31 mars 2023
10. Élections.
11. Varia.
-
12. Mot de la fin et remerciements du président.
13. Levée de l'assemblée.

1. Ouverture et mot de bienvenue.

Fait par Jacques Delorme

2. Nomination d'un président et d'un secrétaire d'assemblée.

Président : Jacques Delorme, secrétaire : Dominique Beaulieu

3. Constat du quorum

Neuf personnes + Marie Hugues par procuration

4. Lecture et adoption de l'ordre du jour

« Désolé je ne savais pas que je devrais écrire qui a lu, proposé et adopté. »

5. Lecture, suivi et adoption du procès-verbal de l'AGA du 14 mai 2019

Proposé par Lise, appuyé par Josée

6. Rapport d'activités pour les années 2019-2020, 2020-2021, 2021-2022

Mot du président 2019-2022 lu par Jacques Delorme

Activités : Annulation d'activités, COVID obligeant. Fonctionnement au ralenti

Nouvelle activité : Les ateliers de journal créatif : Lise Gauvreau nous présente ses ateliers. Jacques Delorme l'encourage à parler du GSVQ lors de ces ateliers

Bulletin simplificateur : Présentation par Lise Gauvreau. Nouveau nom : Le simplificateur

Émission de radio en toute simplicité : Jacques Delorme nous parle de son émission. Il fait la mise en onde, la recherche etc. Les émissions sont archivées sur le site web

Rapport du site web et Facebook par Josée Grignon. Jean-Claude Boutin propose qu'une personne s'initie à la gestion des sites. Dominique Beaulieu se formera auprès de Josée. Lise Gauvreau propose d'encourager les visiteurs et les membres à partager notre site facebook.

Objet écologique et vélo vert par Benoît Grenier. Benoît explique qu'il est difficile de prévoir si la vente de barils pourra continuer. Vélovert cherche à se recentrer sur son volet vélo. L'entreposage semble poser problème également. Les gabarits pour composteurs seront donnés au centre jeunesse le gouvernail

7. Présentation et adoption du rapport financier pour la période du 1er avril 2019 au 31 mars 2022.

Jacques Delorme explique que nous avons un surplus budgétaire dû à la réduction d'activité durant la pandémie et du maintien contre toute attente de la vente d'écobarils.

Il manque le montant des assurances au budget : 1081\$

8. Plan d'action du GSVQ pour l'année 2022-2023

- . Maintien des activités habituelles
- . Projet autour de la cabane à Thoreau

9. Prévisions budgétaires pour la période du 1er avril 2022 au 31 mars 2023

Déficit prévu. Épongé via le surplus

10. Élections

Jacques Delorme, Josée Grignon, Marie Hugues, Benoît Grenier, Dominique Beaulieu,

11. Varia.

André Dulac nous rappelle que nous devrions chercher à attirer des jeunes

Jacques mentionne qu'aujourd'hui plusieurs mouvements proches de la simplicité volontaire, comme le zéro déchet, sont plébiscités par les jeunes.

12. Mot de la fin et remerciements du président.

13. Levée de l'assemblée

Dominique Beaulieu
Secrétaire de l'assemblée générale



Les membres du CA (Benoit Grenier absent)

Activités du GSVQ en 2022-2023

Par Dominique Beaulieu

- Trouver la vie belle avec Ety Hillesum! Ateliers avec la méthode du journal créatif avec Lise Gauvreau. 16 ateliers en tout entre les mois d'octobre et décembre 2022, janvier et février 2023.
- Café philo d'automne avec Jacques Senécal, 20 octobre 2022.

- Devenir végétarien ou végane, par où commencer? Avec Stéphane Groleau le 17 novembre 2022.
- Soirée témoignage avec Jacques Delorme le 6 décembre 2022.
- Ateliers avec la méthode du journal créatif avec Lise Gauvreau, du 28 janvier 22 avril 2023.
- Café philo du printemps avec Jacques Senécal, 18 mai 2023.



au

- Conseils d'administration

- AGA 7 juin 2022
- Réunions du CA : 28 août 2022, 22 décembre 2022, 5 mai 2023, 15 mai 2023

- Activités spéciales

- Sortie au Canyon Ste-Anne pour aller voir la cabane à Thoreau, 14 juillet 2022.
- Souper des fêtes chez Pascal Grenier.



Les ateliers de journal créatif

Compte-rendu des activités de 2022-2023

Lise Gauvreau, animatrice certifiée en journal créatif



Qu'est-ce que le journal créatif?

Le journal créatif s'inspire du journal intime en y ajoutant le dessin et le collage, ce qui multiplie les voies d'expression et l'accès à la vie intérieure et créative. Il s'appuie sur des notions de psychologie, d'art-thérapie et de créativité déployées dans un objectif et un contexte de croissance personnelle. C'est un outil concret et flexible, facile à utiliser et accessible à tous. La méthode du journal créatif permet un accompagnement à la fois souple et chaleureux des personnes dans leurs quêtes de sens.

Une contribution de 40 \$ pour 4 ateliers est attendue. Chaque séance dure deux heures et revient soit à intervalle de deux semaines, soit une fois par mois.

En quoi le journal créatif favorise-t-il la simplicité volontaire?¹

En aidant la personne à se recentrer, la pratique du journal créatif favorise des prises de décisions plus réfléchies, moins impulsives et qui respectent son écologie interne. Lorsque nous sommes en contact avec l'espace plus vaste et plus calme au centre de soi, nous avons moins envie de nous éparpiller dans des activités sans âme ou de consommer machinalement.

La créativité qui en découle entraîne une façon de penser plus indépendante et spontanée, et ainsi génère des citoyens moins conformistes et plus inventifs. En favorisant une plus grande clarté intérieure, le journal met la personne en contact avec la source de vie. Ce faisant, elle l'incite à plus de respect et de révérence envers elle-même, les autres, le vivant et la terre.

Quels sont les thèmes abordés?

1. Le journal d'Etty Hillesum²

Etty Hillesum (1914-1943) est une jeune femme juive hollandaise morte à Auswichtz en 1943. Elle a rédigé dans les trois années qui ont précédé sa déportation un journal remarquable où elle se révèle être une véritable résistante spirituelle face au rouleau compresseur du nazisme.

Deux groupes de six personnes à la Librairie Laliberté et un groupe de 10 participants en ligne ont vécu ces ateliers, cette année.

2. S'inspirer des saisons, pour trouver du sens et créer

Cette nouvelle série de 4 ateliers a été offerte à deux groupes en ligne, pour un total de 13 personnes.

Quelles sont les perspectives pour 2023-2024?

Les ateliers continueront de se donner sur la plateforme Zoom, car elle est appréciée et des gens de partout au Québec peuvent ainsi y participer. En ce qui concerne les ateliers en présentiel, je suis en questionnement. En effet, il est difficile de trouver des locaux gratuits qui offrent un environnement adéquat. Si je décidais de louer un espace, il me faudrait augmenter les coûts, ce que je cherche à éviter.

Une nouvelle série est en préparation qui s'inspire des quatre éléments, l'eau, la terre, l'air et le feu. C'est elle qui sera offerte à l'automne en plus de *S'inspirer des saisons*.

<https://www.facebook.com/plongeescreatives>

¹ La réponse à cette question puise largement dans le livre *Le nouveau journal créatif* d'Anne-Marie Jobin, publié en 2010 aux Éditions Le jour.

² *Une vie bouleversée*, Etty Hillesum. Éditions du seuil, 1995

Bulletin « Le Simplicitaire »

Rapport de la coordonnatrice du bulletin pour les années 2022-2023

Au cours de la dernière année, le Simplicitaire est paru trois fois en proposant chaque fois une vingtaine de pages.

France Cliche continue de faire la correction des textes tandis que Josée Grignon en assure la révision technique et voit aussi à la publication du bulletin dans l'infolettre, sur le site et sur la page Facebook. C'est à Pascal Grenier que revient la tâche de l'impression et de la distribution des copies papier.

La majorité des textes sont originaux et proviennent de quelques fidèles auteurs membres ou sympathisants du GSVQ ou du groupe de Trois-Rivières. Les autres sont glanés dans des revues, des blogues ou des sites, avec l'autorisation des auteurs.

La très grande majorité des images sont issues du site Pixabay qui les offre gratuitement. Le numéro d'hiver proposait sur la page-titre une photo originale prise par Denis Desrosiers, un résident de Québec.

Les pages couvertures des 50 copies papier sont toujours glacées et en couleur ce qui donne un beau cachet à notre revue et la rend plus attrayante. Une partie des imprimés est distribuée ainsi :

- 2 copies Bibliothèque nationale du Canada
- 2 copies Bibliothèque et Archives nationales du Québec
- 25 copies Bibliothèque Gabrielle-Roy

À compter de ce printemps 2023, la coordination du Simplicitaire est confiée à Pauline Levasseur, à qui je souhaite d'y trouver autant de satisfaction que moi-même. Je continuerai de collaborer à la publication comme auteure et en dénichant des textes.

Le Simplicitaire a besoin de nos contributions pour faire rayonner la simplicité volontaire. Ensemble, soutenons notre nouvelle coordonnatrice en sortant nos plumes.

Lise Gauvreau
Coordonnatrice de 2008 à 2023



Émission de radio: « *En toute simplicité* »



L'émission de radio " En toute simplicité" est revenue à l'antenne normalement l'automne dernier, toujours le vendredi matin à 10 h 00 à CKIA. L'émission porte surtout sur la philosophie de la simplicité volontaire.

L'émission est réalisée et mise en onde par Jacques Delorme. Jacques Senécal, professeur de philosophie à la retraite est le collaborateur principal de l'émission. Cette année la présence de Jacques Senécal était plus réduite, soit une émission par mois. À l'occasion il y a aussi eu d'autres invités, notamment en lien avec le projet des terres des Soeurs de la Charité, il y a eu un ex-chercheur d'Agriculture Canada qui nous a parlé de l'importance de manger bio. Il est prévu que l'émission revienne à l'antenne l'automne prochain.

Jacques Delorme



Implication au GAIE

En tant que représentant du GSVQ, je me suis aussi impliqué dans le comité conférence du GAIE (Groupe d'action en écologie intégrale), C'est un groupe associé à la paroisse Notre-Dame de Foy. Cette initiative est liée au mouvement que le pape a initié en choisissant François comme nom, en référence à Saint-François d'Assise, le patron des écologistes. Sans être personnellement pratiquant et sans non plus que le GSVQ ait une affiliation religieuse quelconque, je trouve que cette initiative de la paroisse de Sainte-Foy qui va dans le sens de la mission du pape mérite d'être encouragée, d'où ma participation.

Jacques Delorme

Journée de la simplicité et cabane de Thoreau

L'été dernier nous avons organisé une première rencontre au Canyon Sainte-Anne, en présence de l'administration du Canyon ainsi que des membres du CA du GSVQ afin de souligner la journée de la simplicité, le 12 juillet, qui est la date d'anniversaire de naissance d'Henri David Thoreau, personnage iconique de la simplicité volontaire.

Cet été nous avons l'intention d'organiser une autre rencontre que nous annoncerons afin d'inviter cette fois-ci les sympathisants du GSVQ à se joindre à nous. En lien avec cette initiative, il y a un projet de republication du livre *Yankee au Canada*, aux éditions Septentrion. Actuellement, l'historien bien connu, Jean-Marie Lebel travaille à faire un commentaire du texte ce qui en fera une édition savante. Nous avons donc l'intention d'inviter M. Lebel au canyon et peut-être, s'il accepte notre invitation auront nous droit à une petite allocution de sa part. Des discussions sont en cours en ce sens. Finalement, une des dernières activités du GSVQ serait d'accorder un petit montant d'argent afin de meubler l'intérieur de la cabane de façon à lui donner un peu plus de contexte en tant que reproduction de la cabane de Thoreau.

Jacques Delorme, président du GSVQ

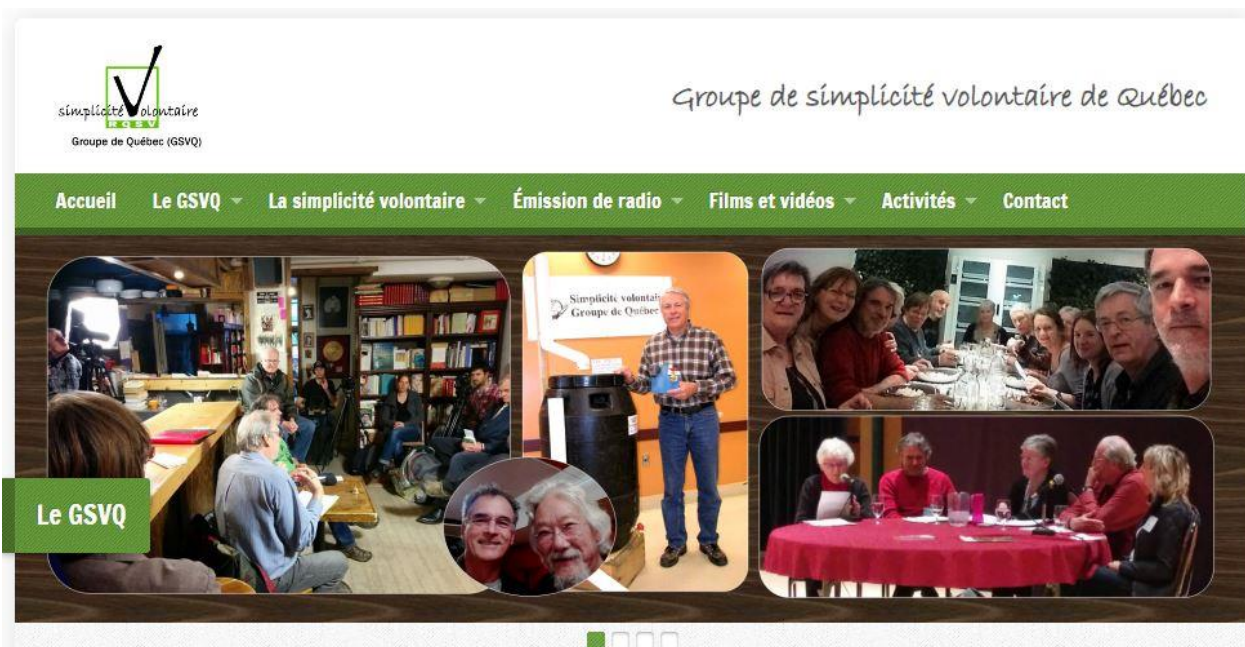


La réplique de la cabane de Thoreau lors de notre marche « Sur les traces de Thoreau » en 2016

[Photos sur notre site web](#)

Rapport du site Web & Facebook

Site web : En 2022-2023 le site web du GSVQ a présenté nos 6 activités ainsi que les 4 ateliers de Lise Gauvreau, les 3 articles du GSVQ dans les médias, les 3 bulletins ainsi que les 34 enregistrements des émissions hebdomadaires de radio. Dominique Beaulieu s'est adjoint à moi pour la publication des émissions de radio.



Facebook : La webmestre s'est chargé de publier nos activités sur la page Facebook du GSVQ ainsi que d'alimenter la page avec des suggestions d'articles, vidéos, etc. provenant d'organismes à vocation écologique. Lise Gauvreau et Dominique Beaulieu ont aussi contribué à alimenter notre page FB. Du côté des statistiques : nous avons en mai 2022, 1892 abonnés qui reçoivent nos publications Facebook.

Infographie : J'ai la responsabilité de concevoir les affiches et dépliants du GSVQ. J'en profite pour les insérer sur notre site web et la page FB.

Infolettre : : En mai 2023, nous avons 332 abonnés, dont 109 membres qui reçoivent notre infolettre mensuelle. Nous avons perdu quelques abonnés durant les 2 ans de pandémie... à force d'annuler des activités ça en décourage certains. (Membres : 132 membres – 14 désinscrits de l'infolettre, 9 retirés par le système = 109 membres recevant l'infolettre)

Josée Grignon, webmestre, gsvq.org

FB : www.facebook.com/simplicitevolontaire

Infolettre : infolettre@gsvq.org

Objets écologiques et Vélo Vert



Au cours de son histoire le GSVQ s'est toujours financé avec la vente d'objets écologiques, c'est Pascal le fondateur qui avait pensé à cette idée.

- Des sacs écologiques en 2002;
- Des composteurs en bois jusqu'en 2011;
- En 2010, c'est le début d'une collaboration avec Vélo Vert pour la transformation et la vente d'écobarils servant à la récupération d'eau de pluie. À ce jour environ 55 000 barils ont été vendus. Pour 2023, même avec les contraintes de main d'œuvre et d'entreposage, le Vélo Vert vendra environ 2 500 barils. Ceci demeure pour le GSVQ notre principale source de revenu pour financer nos activités.

Benoît Grenier, responsable Objets écologiques



L'avenir du GSVQ

Le CA a décidé de proposer aux membres de mettre fin à la structure administrative qui encadre le GSVQ. C'est une structure inutilement lourde qui exige de nombreuses tâches administratives qui n'ont plus leur raison d'être.

Le GSVQ deviendra un comité « simplicité volontaire » au sein des Amis-es de la Terre de Québec si les membres du GSVQ entérinent cette proposition unanime du CA.

Il y aura de nombreux avantages à ce changement notamment celui de nous permettre de poursuivre nos activités de façon plus légère et plus simple. Ils seront présentés et expliqués lors de notre assemblée générale du 19 juin prochain.

Jacques Delorme, président du GSVQ