

Gymnase de Renens - Sobriété et bien-être - 2024-06-03

Gymnase de Renens - Sobriété et bien-être - 2024-06-03.....	1
1. Objectifs.....	1
2. Organisation.....	2
3. Résultats.....	3
3.1 Profil des participants et questions générales.....	3
3.2 Vos opinions personnelles, suite à la délibération en groupe.....	6

Ce document résume la conférence et l'atelier organisés le 03.06.2024 au Gymnase de Renens. Il a été écrit par Sascha Nick, avec des suggestions d'Alexandre Rochat et Stéphane Simon.

1. Objectifs

Lundi 3 juin 2024, dans le cadre de la semaine de durabilité du Gymnase de Renens, un échange a été organisé par l'équipe durabilité du gymnase, en collaboration avec le service de promotion de l'éducation de l'EPFL (Education outreach department), avec la participation d'une centaine d'élèves (écoles de maturité, commerce, culture générale) et une dizaine d'enseignants.

L'objectif était d'engager et intéresser les élèves du Gymnase de Renens aux grands thèmes de durabilité et transitions de société, et leur donner un premier aperçu de délibération démocratique.

2. Organisation

Le thème de l'échange était "Sobriété et bien-être", de 14:00 à 17:15, avec comme intervenant Dr. Sascha NICK, Laboratoire d'Economie Urbaine et de l'Environnement d'EPFL. Agenda :

1. 45' Introduction (SN)
 - a. "Bonne" société, "bonne" vie, aspirations, bien-être, needs+satisfiers, PB, +degrowth
 - b. Exemples: aviation, habitat
 - c. Q&A (les modérateurs posent les premières questions)
2. 30' Panel (six élèves, SN modérateur)
 - a. "Comment imaginer une bonne vie ? + Comment changer la société ?"
3. 60' Délibération en groupes (tous)
 - a. (mini-pause 5 min, mise en place des tables, introductions)
 - b. Imaginez une bonne société : plus de sens, respect, compréhension, entente, une vie saine ; moins de peur et stress
 - c. Imaginez à quoi ressemble une ville (au-delà de plus d'arbres et moins de voitures)
 - d. Imaginez comment les gens vivent (par exemple, des espaces partagés, des communautés locales)
 - e. Comment vous sentiriez-vous dans une telle société : en général, positif, négatif, peurs, joies ?
 - f. Que pourriez-vous faire en 2024 pour que cela se réalise (en partie) ?
4. 15' Questionnaire go.epfl.ch/457
5. 15' Restitution et mini-conclusion en plénière

Pour la délibération en petits groupes d'environ 10 élèves, une quinzaine de modérateurs volontaires (élèves et enseignants) ont été formés en une réunion d'une heure, qui a eu lieu cinq jours avant au gymnase et en ligne. Les modérateurs avaient comme objectif d'assurer :

1. Le timing (délibération 60', retour en plénière, réponses au questionnaire 15')
2. Tout le monde a la possibilité de s'exprimer et personne ne parle trop
3. La discussion reste bien focalisé sur le sujet

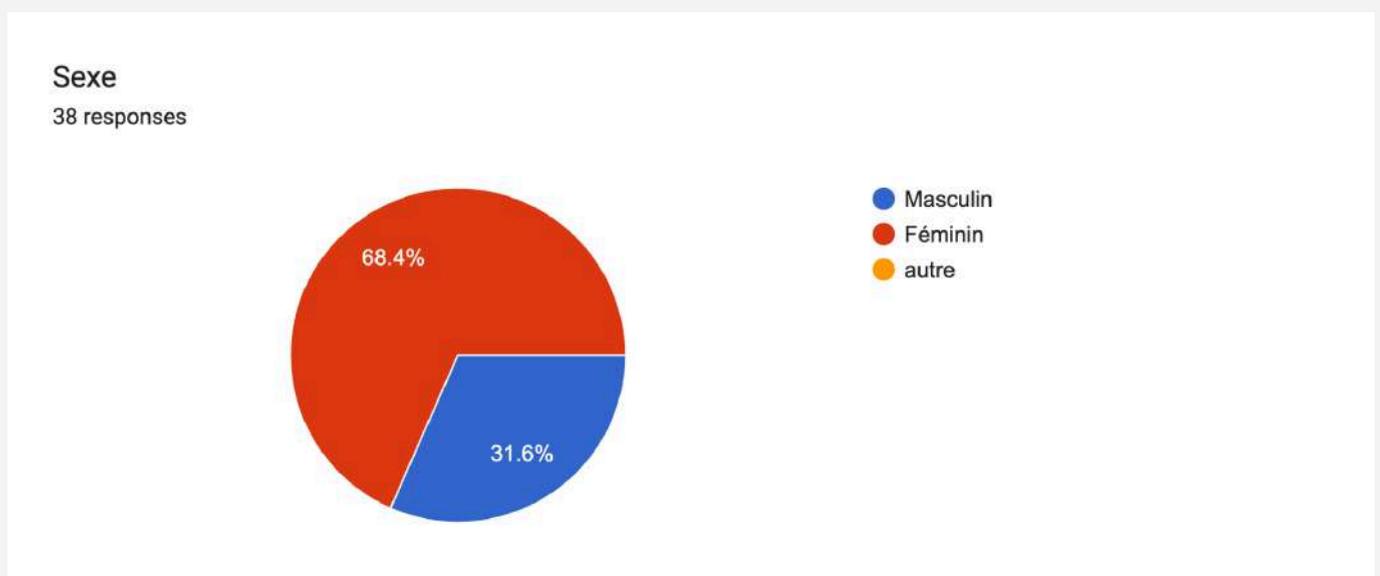
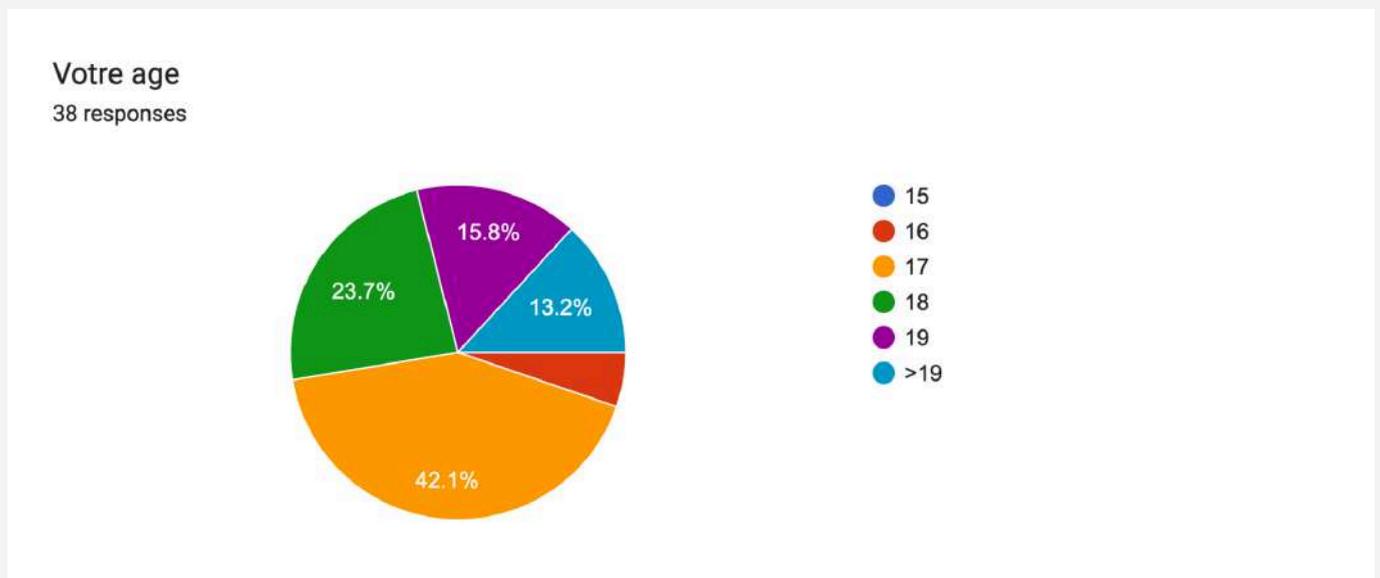
3. Résultats

Les ateliers se sont déroulés comme prévu, mais avec un peu moins de participants, ce qui a conduit à la fusion de groupes devenus trop petits. La délibération a finalement eu lieu en dix groupes d'environ huit personnes, avec un total d'environ 80 élèves-participants.

A la fin de 60 minutes de délibération, les participants ont répondu individuellement à un questionnaire en ligne. En tout, 38 personnes ont répondu (48%), dont 30 dans les 15 minutes prévues entre atelier et restitution, une le soir même, et sept deux jours plus tard, suite à un rappel des organisateurs. Toutes les 38 réponses sont valides et ont été analysées.

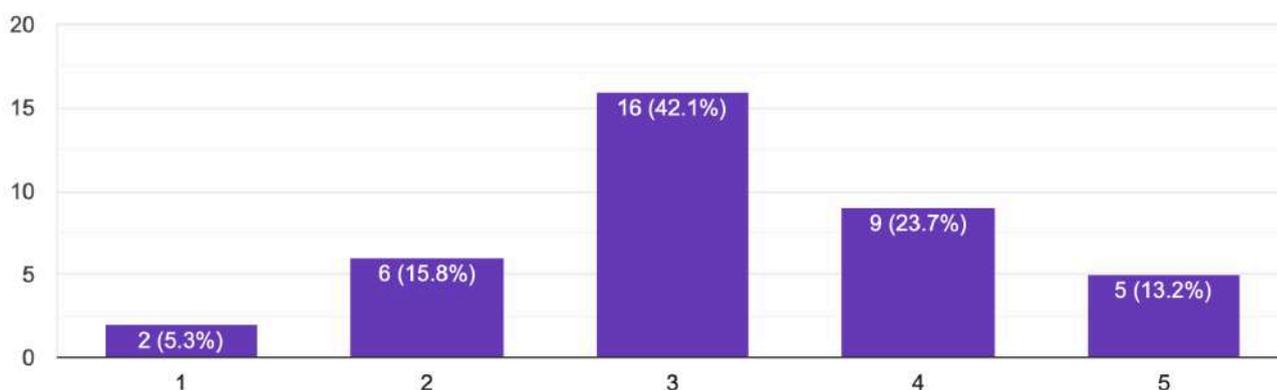
Il est intéressant de noter que la très large majorité des élèves qui ont répondu ont fait l'effort d'écrire un texte plutôt réfléchi, avec peu de réponses laissées vides ou bâclées.

3.1 Profil des participants et questions générales



À quel point êtes-vous familier avec les concepts de sobriété et de durabilité ?

38 responses



(Échelle : 1 très familier, très important, etc. ; 5 pas du tout familier, pas important du tout, etc.)

À votre avis, que signifie vivre une vie durable ?

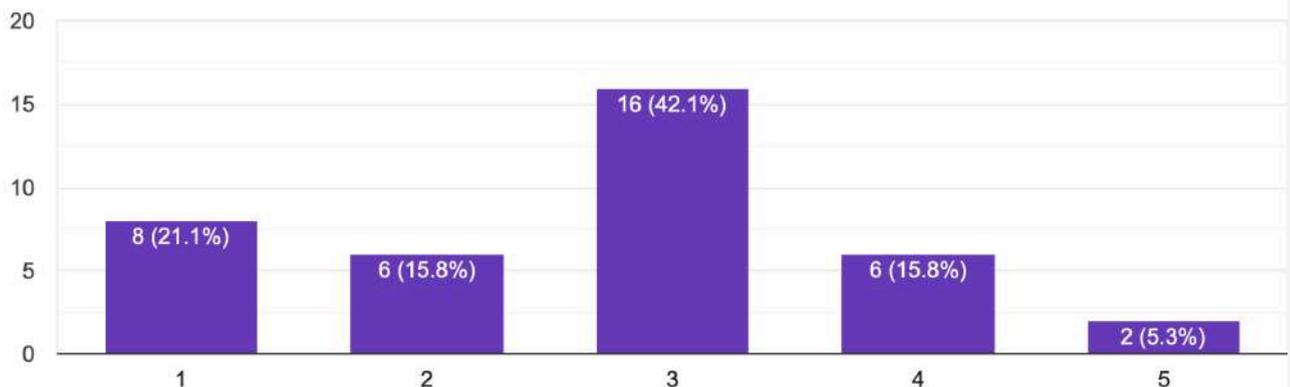
1. Préservation de l'environnement
 - a. Vivre en faisant attention à l'environnement dans notre quotidien.
 - b. Réduire les répercussions négatives sur l'environnement.
 - c. Vivre une vie respectueuse de l'environnement.
2. Durabilité et long terme
 - a. Adopter un mode de vie durable et viable sur le long terme.
 - b. Vivre de manière à ne pas gâcher les ressources et à permettre aux générations futures de vivre.
 - c. Une vie qui peut continuer à l'infini ou très longtemps.
3. Équilibre et bien-être
 - a. Maintenir un équilibre entre nos besoins et la préservation des ressources.
 - b. Vivre une vie saine sans impact négatif sur la santé mentale.
4. Répondre aux besoins humains
 - a. Répondre aux besoins de l'être humain sans détruire notre environnement.
 - b. Adopter un mode de vie qui permet de répondre aux besoins humains tout en respectant l'environnement.
5. Consommation et production
 - a. Consommer au moins ce que l'on produit pour éviter le gaspillage.
 - b. Vivre de manière à contribuer à notre bien-être sans impact négatif.
6. Évolution et société
 - a. Avoir une vie qui évolue par rapport à la société tout en préservant l'environnement.
 - b. Adopter un mode de vie qui tient compte du bien-être humain et des générations futures.
7. Impact minimal sur les autres
 - a. Vivre une vie avec le moins d'impact négatif possible sur les autres.
 - b. Contribuer à un bon environnement planétaire pour les milliers de générations à venir.

Que signifie pour vous "la vie idéale" ?

1. Bonheur et bien-être
 - a. Être heureux au quotidien.
 - b. Vivre une vie heureuse, paisible et sans soucis.
 - c. Avoir une vie saine et agréable.
2. Absence de discrimination et de violence
 - a. Moins de violence et de discrimination.
 - b. Vivre dans une société sans discrimination où tout le monde est heureux.
3. Équilibre et espace personnel
 - a. Plus d'espace personnel et un équilibre entre le travail et les loisirs.
 - b. Avoir du temps disponible pour les projets personnels en plus du travail.
 - c. Une vie non restrictive, égalitaire et plus écologique qu'aujourd'hui.
 - d. Une vie où l'on peut réaliser tout ce dont on a envie.
 - e. Permettre à chaque personne de découvrir le sens de sa propre vie.
4. Stress et peur réduits
 - a. Vivre une vie avec très peu de peur et de stress.
 - b. Un rapport au temps et au stress différent, favorisant le bien-être.
 - c. Vivre dans une bonne société, agréable et non stressante.
5. Niveau de vie correct
 - a. Une vie où les gens ont un niveau de vie assez correct.
 - b. Vivre sans problèmes économiques et sans se soucier de l'argent.

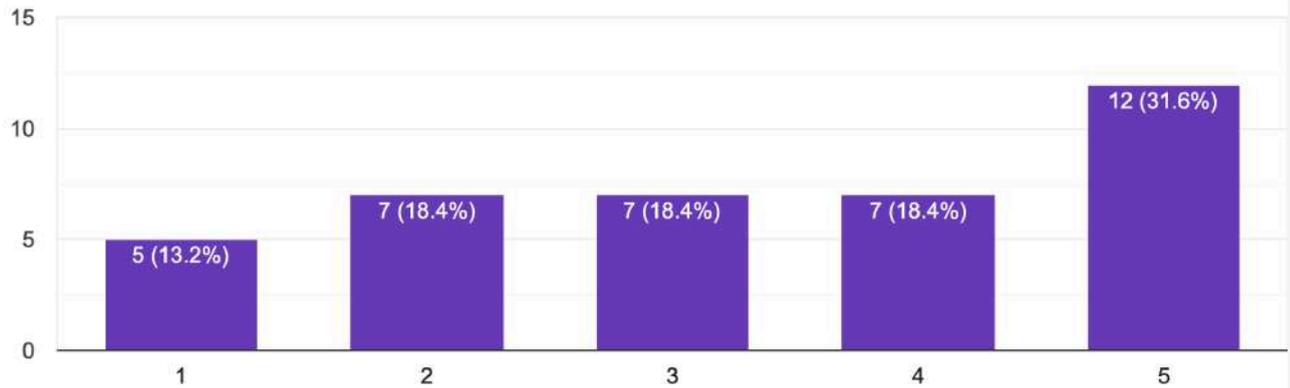
À quel point est-il important pour vous de faire partie d'une communauté ?

38 réponses



Participez-vous actuellement à des activités communautaires (par exemple, clubs, bénévolat) ?

38 réponses



3.2 Vos opinions personnelles, suite à la délibération en groupe

Décrivez ce qui serait une bonne société pour vous (qq. points essentiels)

1. Moins de violence, de stress, et de course au profit.
2. Réduction des inégalités et soutien aux personnes plus faibles.
3. Une société sans discrimination, plus égalitaire, où tous les besoins vitaux sont gratuits et remplis pour tous.
4. Plus de respect / respect des droits humains, reconnaissance de la chance qu'on a, et une société centrée sur le bien-être humain, animal et de la nature.
5. Entraide, sécurité, partage et sociabilité, avec une meilleure cohésion sociale.
6. Plus de transports moins chers, moins de pollution, et respect de la planète.
7. Plus de temps libre, moins de stress financier, et plus d'espaces communs pour les loisirs.
8. Autonomie alimentaire, et possibilité de se réaliser sur le plan personnel, culturel et artistique.

Décrivez à quoi ressemble une ville dans cette société

1. Quartiers, espaces
 - a. Ville dense avec des quartiers distincts, bien gérés et toutes commodités à proximité.
 - b. Espaces de divertissement et d'apprentissage, et soutien aux familles.
 - c. Espaces communs intérieurs et extérieurs accessibles à tous, comme des cafés avec des parcs pour enfants, amélioration de la propreté.
 - d. Plus de parcs, espaces verts et endroits de rencontre.
2. Transports, énergie, durabilité
 - a. Plus de transports publics, moins chers et bien desservis ; réduction des voitures.
 - b. Une ville écologique et durable, avec un impact positif sur l'environnement.
 - c. Réduction de la consommation d'énergie et de matériaux.
3. Sécurité, santé, bien-être
 - a. Plus de sécurité lors des sorties, surtout pour les femmes.
 - b. Accès à une alimentation saine et aux soins médicaux.

Décrivez comment les gens vivent dans cette société (relations, utilisations des espaces fermés et ouverts, etc.)

1. Ouverture d'esprit et respect
 - a. Les gens sont ouverts d'esprit et préfèrent le débat à la violence.
 - b. Respect des autres et convivialité, avec des relations plus saines.
 - c. Ville accueillante respectant les différences de caractères.
 - d. Il n'y a pas beaucoup de gens sur leur téléphone.
2. Espaces et vie communautaire
 - a. Espaces partagés, bien entretenus, gratuits et accessibles à tous.
 - b. Beaucoup d'espaces verts permettant les rencontres.
 - c. Vivre en communauté, mais indépendance et espace personnel possible.
3. Réduction du temps de travail et entraide
 - a. Plus de moments ensemble et d'entraide ; solidarité entre les personnes.
 - b. Moins de temps passé au travail, plus de temps pour acquérir des compétences multiples.
 - c. Des activités pour réunir les personnes et aider ceux sans emploi.

Comment vous sentiriez-vous dans une telle société : en général, positif, négatif, peurs, joies ?

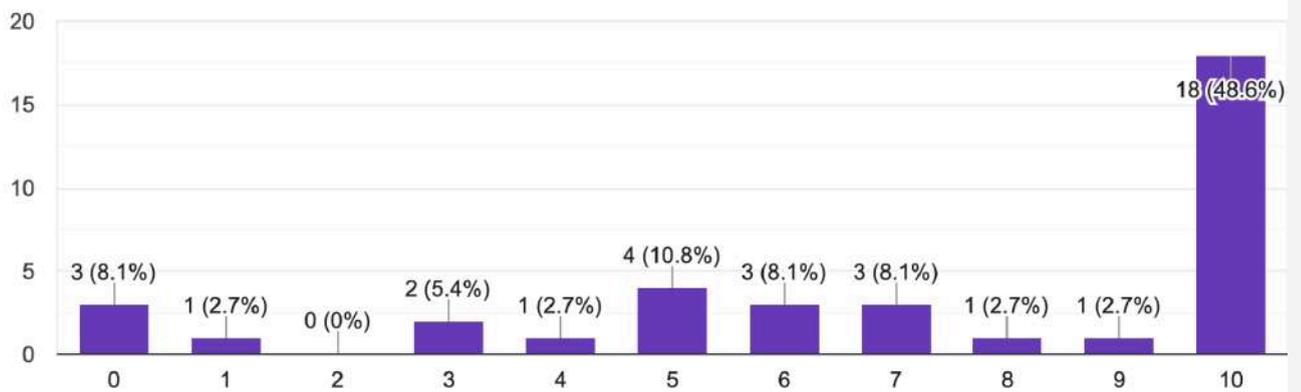
1. Sentiments positifs et joyeux.
2. Heureux, responsable, et apaisé.
3. Moins de stress, plus d'interactions sociales et de moments de détente.
4. Bien mais négatif si forcé(e) de trop utiliser sa "batterie sociale".
5. Réduction du court-termisme, de l'individualisme, des tensions et de l'agressivité.
6. Sentiment de bien-être et de responsabilité envers la communauté.
7. Réticent au début mais ok par habitude.

Que pourriez-vous faire en 2024 pour que cela se réalise (entièrement ou en partie) ?

1. Engagement civique et politique
 - a. Proposer et participer à des projets communautaires
 - b. Voter pour des politiciens éclairés et bien se renseigner sur les aspects nuisibles à l'écologie.
 - c. Parler de l'importance de l'humanisme et moins s'intéresser au matérialisme.
 - d. Etre bienveillant avec autrui, aider les personnes dans le besoin.
 - e. Investissement auprès des jeunes et promouvoir une communauté verte.
2. Adopter des comportements écoresponsables
 - a. Tri des déchets, consommation modérée, et utilisation des transports publics.
 - b. Réduire la consommation d'énergie, manger local, et préparer sa propre transition énergétique.
3. Prioriser le bien-être personnel, prendre du temps pour soi, réduire le temps de travail.

Dans la délibération, ai-je pu m'exprimer (temps de parole, respect, écoutes des autres) ?

37 responses



(Échelle : **0** pas du tout. ; **10** parfaitement)