

# Village

LE PLEIN D'ÉNERGIES POSITIVES

Librairies rurales :  
**Des commerces  
essentiels !**

Ardennes :  
**Le berceau naturaliste**

Ce village normand  
**éveille les consciences**

Echappée en Saintonge  
**Saint-Savinien**

Alimentation, eau, habitat, énergie...

En quête  
**d'autonomie**

Retrouvez, pages 18 à 37, les Portraits, une rubrique réalisée  
en partenariat avec Dorothée Barba, *Carnets de Campagne* sur

france  
**inter**

7,90 €  
BEL : 8,60 € CH : 12,60 CHF  
P928355

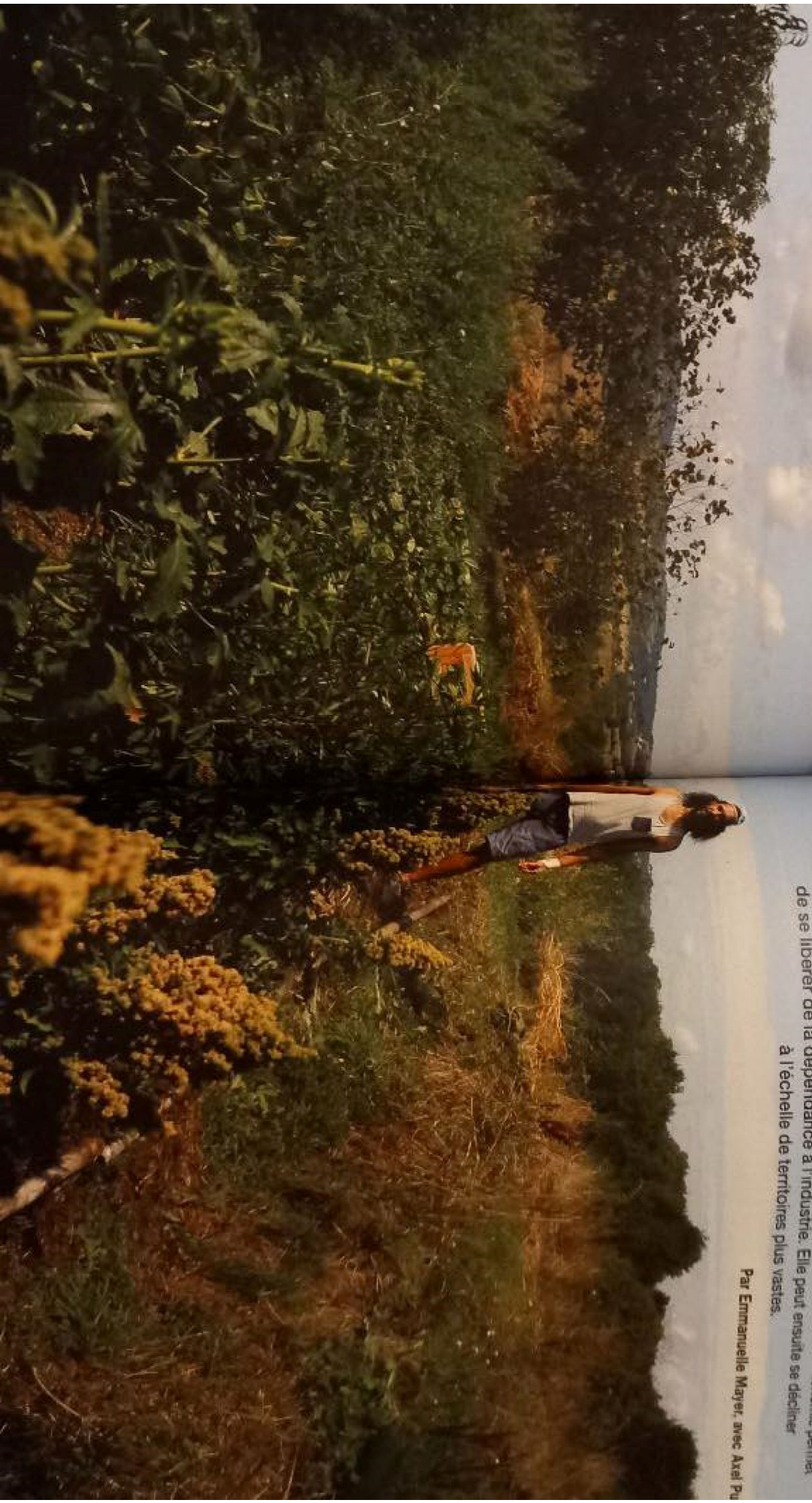


# En quête

# d'autonomie

passer de la théorie à la pratique en matière d'écologie implique de faire évoluer son mode de vie pour être plus autonome : cultiver son potager, fabriquer ses produits d'entretien, s'essayer aux low-tech... Seul, en famille ou en collectif, la quête d'autonomie permet de se libérer de la dépendance à l'industrie. Elle peut ensuite se décliner à l'échelle de territoires plus vastes.

Par Emmanuelle Mayer, avec Axel Pu



Ce dossier  
la plate  
somm  
question  
avoir:  
Déc



**« Pendant des millénaires, l'humain a trouvé ou produit sa nourriture, dans la nature, je pense que c'est dans nos gènes, nous sommes faits pour ça! »**

*un poulailler mobile, et comme je n'apprécie pas les prisons pour poules, j'achète les œufs chez des producteurs bio. Contrairement aux paysans, je n'ai pas une épée de Damoclès au-dessus de la tête. Si je rate une culture, tant pis. Mais j'acquière un savoir-faire, c'est ça que j'adore dans l'expérience d'autonomie : apprendre »*

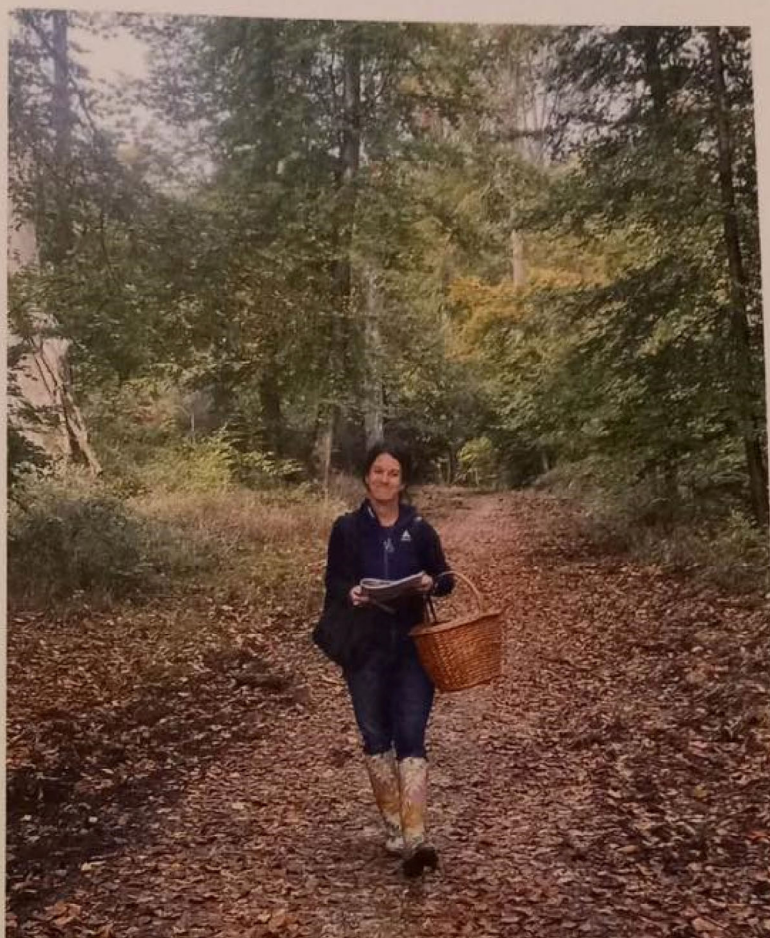
### Un besoin de frugalité

La quête d'autonomie, c'est en effet avant-tout apprendre ! C'est pourquoi lorsqu'Aude Bernadac a tout quitté pour réaliser son rêve d'une vie en pleine nature à Grandfontaine, en Alsace, elle s'est formée en cuisine végétale et en fabrication de savons auprès de Savoir-faire et Découverte (voir page 65). Dans son nouveau lieu de vie, elle cultive un potager qu'elle arrose à l'eau de pluie, fabrique ses produits d'entretien, sa lessive à la cendre ou au lierre, ses baumes pour soigner les petits bobos... En parallèle, elle a créé sa micro-entreprise de cueillette et transformation de plantes sauvages, Aude à la nature. Prochaine étape : se former en lacto-fermentation, en culture des plantes aromatiques et en cuisine végétale gastronomique. *« L'entreprise doit m'apporter un revenu complémentaire, mais je cherche avant tout à être autonome. C'est cela pour moi, vivre en connexion avec la nature. »*

Ce lien au vivant motive beaucoup d'apprentis autonomes. *« Pendant des millénaires, l'humain a trouvé ou produit sa nourriture, dans la nature, je pense que c'est dans nos gènes, nous sommes faits pour ça ! Même les urbains ressentent le*

### Autonomes et indépendantes

Faire sa vidange auto, Tronçonner... Traditionnellement masculins, ces savoir-faire intéressent de plus en plus de femmes. Sur le plateau de Millevaches, l'association d'éducation populaire Pivoine propose des initiations à la tronçonneuse pour les femmes, et a organisé une formation au bricolage pour les débutantes. Ces stages étant exclusivement dédiés aux femmes, ces dernières peuvent apprendre sans se sentir infériorisées. Ils permettent aussi de transmettre des gestes et postures d'ergonomie adaptés au corps féminin. L'enjeu d'autonomie, dans une perspective féministe, c'est aussi sortir de la dépendance aux hommes.



*besoin de gratter la terre au printemps, d'avoir un petit pot de basilic », explique Franck. Pour Aude – qui a une expérience de fonctionnaire salariée en ville – la quête d'autonomie répond aussi au besoin de frugalité, au trop-plein de la société de consommation : « je ne supportais plus cette société de performance et d'avidité ! Maintenant, j'ai beaucoup moins de désirs et de besoins. » Comme beaucoup de quarantennaires écolos, Aude a été inspirée par la famille Baronnet, 100 % autonome et régulièrement médiatisée dans les années 2000. « Je rêve d'avoir un four et un séchoir solaire, d'être autonome en énergie, de me passer de frigo... » Sauf que c'est très compliqué d'atteindre ce niveau d'autonomie à l'échelle individuelle ou familiale sans y passer pratiquement tout son temps... à moins d'accueillir des visites et des stages, comme les Baronnet. C'est pourquoi il est plus facile – et convivial – de tendre vers l'autonomie en s'y mettant à plusieurs.*

Avant de s'installer au cœur de la nature alsacienne, Aude Bernadac a choisi de se former en cuisine végétale et en fabrication de savons auprès de Savoir-faire et Découverte.

DR