



RÉSEAU  
D'ÉCONOMIE  
SOCIALE

PARTAGE  
ÉTHIQUE DES  
CONNAISSANCES

TERRE  
SOLIDAIRE

Un collectif qui s'engage  
pour le changement

19 décembre 2025

## NEWSLETTER N°142 - BONNES FÊTES !



### TEMPS FORTS

#### Rester positif pour aller plus loin ...

Depuis 2019, la version Occitane de RESPECTS se démène pour :

1. [Prendre soin de l'humain](#) ; 2. [Partager équitablement](#) ; 3. [Prendre soin de la Terre](#).

Vous êtes toujours plus nombreux à rejoindre les GAS (groupements d'achats solidaires) pour consommer mieux et soutenir une démarche éthique qui respecte les producteurs et la Terre vivante.

Nos manifestations et actions sociales sont publiques pour partager nos expériences et le résultat de nos actions.

L'association fait de son mieux, avec peu de moyens, pour transformer ses « Intentions » en utopies réalisées. Tout n'est pas parfait, mais avec votre soutien nous avons fait une partie du chemin.

Un grand merci aux bénévoles, jardiniers, manutentionnaires, comptables, coordinateurs, communicants,, ...

qui, inlassablement nous proposent plus d'actions et de rencontres pour être en accord avec les engagements de RESPECTS Occitanie. JS Po/ le conseil d'animation.

#### Bonnes Fêtes !

Lire plus : [Enthousiasmes de jardiniers bénévoles](#) ; [Accueils scolaires](#) ; [Les producteurs du RESO](#) ; [Des fêtes plus écolos](#)

Photo : "Ice Bed". Photographie d'ours polaire, prise au large de l'archipel du Svalbard, en Norvège, en lice pour le Prix du public de la 6e édition du concours Wildlife Photographer of the Year. (NIMA SARIKHANI / WILDLIFE PHOTOGRAPHER OF THE YEAR)



**Solidarité : 1 livre acheté = 5 repas distribués.**

12e édition de **13 à table**, au profit des Restos du cœur. Collectif : Philippe Besson, Michel Bussi, Mireille Calmel,



Lorraine Fouchet, Karine Giébel, Raphaëlle Giordano, Alexandra Lapiere, Henri Loevenbruck, Agnès Martin-Lugand, Valérie Perrin. Couverture de Catherine Meurisse, Ed. Pocket, 6,00 euros. Lire plus : [13 à table !](#)

## EN BREF

### Infos adhérents

#### Activités et rendez-vous de l'association

### Vous pouvez nous aider.

Nous sommes tous pris par le tourbillon frénétique du modernisme inovant. Mais si vous estimez que nos actions ont un peu d'utilité, vous pouvez nous apporter votre contribution pour consolider notre collectif et valoriser nos projets.

#### Nos besoins pour 2026 :

- **Soutiens et mécénat** : Un rescrit fiscal "mécénat" en date de mars 2021, permet à l'association de produire des CERFA (réduction d'impôts au sens du CGI) pour tout soutien financier. Si dans votre entourage (privé ou professionnel) vous identifiez des opportunités de soutien, de partenariats, merci de nous les communiquer.
- **Le RESO des GAS (groupements d'achats solidaires)** : Vous souhaitez vous impliquer dans cette action bonne pour la santé, la consommation, le respect de la Terre et des producteurs ? Créez un groupe. Devenez référent d'un producteur. Vous serez accompagnés et vous agirez ! Plus d'infos sur nos producteurs : [rencontre de la Coop Vall de la Casella](#).  
**Une aide qui nous sera précieuse** : respectez les consignes pour remplir vos commandes ; payer par virement bancaire (rapidement après les distributions pour régler les producteurs). Besoin d'aide ? [cont@ct](#).
- **Création d'un espace d'écologie pratique** : Avec le Jardin pédagogique des Violettes nous expérimentons des pratiques de jardinage résilientes pour s'adapter au dérèglement climatique. Nous cherchons des jardiniers, débutants ou confirmés, pour consolider ce projet.

**Et pour tout le reste...** Si vous avez l'âme bénévole, rejoignez-nous. Nous avons besoin de vous. Pour toutes ces aides un contact : [occitanie@respects.fr](mailto:occitanie@respects.fr)

### Écologie, nature...



#### Consommation : Des fêtes plus écolo... ?

Selon l'ADEME, 100 000 tonnes de jouets sont jetées chaque année, alors qu'un jouet a une durée de vie de 15 ans en moyenne. Face à ce gaspillage, des solutions émergent pour donner une nouvelle vie à des jeux et autres produits culturels.

Photo JS - Lire plus : [Comment faire ?](#)



#### LIRE : 1000 bonnes nouvelles pour voir le monde autrement.

Dans un monde où les nouvelles négatives semblent dominer l'actualité, Le Média Positif se démarque en proposant une vision différente. Nous avons un but : faire ressortir le plus positif de l'actualité et rassembler les bonnes nouvelles ! Lire plus : [1000 bonnes nouvelles](#).

[Le libraire se cache.](#) ; [Sensibles par nature.](#) ; [Beril en bataille.](#)  
Et plus avec le [large choix de Babelio](#)  
Et la page [conseils de lectures](#)

## Le jardin naturel



### Pourquoi manger des oranges sanguines ?

Sa couleur est dû à sa teneur en anthocyanines, un pigment naturel que l'on retrouve aussi dans certains fruits rouges comme la myrtille ou la cerise. Cet antioxydant puissant, très rare chez les agrumes, est excellent pour la santé.

Lire plus : <https://www.respects.fr/pourquoi-manger-des-oranges-sanguines>

Photo JS : Orange Moro (Sicile).

## Agenda de R.E.S.P.E.C.T.S.

### 1er janvier 2026 : Toutes les dates ...

Sur la page [Agenda](#) de RESPECTS Occitanie.

Cette Info Lettre est réalisée pour l'association RESPECTS Occitanie par Jacques Solomiac [[@](#)]

### 18 avril 2026 : Fête des plants au Jardin des Violettes.



La date du 18 avril 2026 a été choisie pour organiser la 5e édition de la Fête des plants. Un moment convivial et de partage avec, comme l'année précédente, un choix de plants de légumes, fleurs, aromatiques et des animations, ... Restauration sur place.  
[Cont@ct.](#)

RESPECTS Occitanie  
Réseau d'Economie Sociale  
Partage Ethique des Connaissances  
Terre Solidaire

[ [web](#) ] [ [@](#) ] Tél. : 06 11 29 48 97

> [Découvrir le Moteur de Recherche Lilo](#)  
> [Déjà sur Lilo? Donnez-nous vos gouttes d'eau.](#)