



RÉSEAU
D'ÉCONOMIE
SOCIALE

PARTAGE
ÉTHIQUE DES
CONNAISSANCES

TERRE
SOLIDAIRE

Un collectif qui s'engage
pour le changement

1er janvier 2026

NEWSLETTER N°143



TEMPS FORTS

En 2026, mes vœux se réalisent !

Avant les vœux, relisons les interrogations de David Van Reybrouck dans Le Monde et la Terre : « ...Est-il souhaitable que l'humanité ait aussi son mot à dire sur les PFAS et les microplastiques ou ces sujets doivent-ils continuer à être traités uniquement entre élites politiques et économiques ? La lune doit-elle être ouverte à l'exploitation de ses minéraux et de son énergie solaire, et le cas échéant, dans quelles conditions ? ... ». Ce questionnement n'est pas exhaustif de tout ce que le flot d'actualités nous apporte au quotidien dans les sujets les plus divers : climat, biodiversité, tensions géopolitiques, pollutions, économie, social, ...

Alors pour cette nouvelle année oublions le chaos et poursuivons, ensemble toutes ces petites actions, construites patiemment, pour créer du lien social et protéger le vivant.

Bonne et heureuse année à tous !

Lire plus : Espoir pour 2026 - [80 % des personnes dans le monde souhaitent des actions plus fortes face à la crise climatique.](#)

Et pour mieux appréhender le vivant, voir au cinéma : **Le chant des forêts**, une ode à la nature autant qu'un éloge de la transmission. Cinémas Utopia.

Photo : JS - Collet du Tat, Dévoluy (05) – Avec le réchauffement les arbres « grimpent » toujours plus haut...



En 2026, je réduis mon empreinte carbone.

Ce sont les activités humaines confondues qui produisent des gaz à effet de serre. Leur forte concentration entraîne le réchauffement climatique. Prendre dix minutes pour calculer notre empreinte carbone c'est avoir la

ou de production afin que nos activités/loisirs deviennent plus respectueuses de l'environnement. Façon « colibri » nous pouvons tous agir (un peu) !
Passer à l'action : [Calculer son empreinte carbone.](#)

EN BREF

Infos adhérents

En 2026 je serai bénévole.

RESPECTS Occitanie recherche en permanence des bénévoles pour aider aux distributions, jardiner et/ou accueillir des élèves au Jardin des Violettes, aider aux tâches administratives, organiser des manifestations, etc. Nous avons besoin de vous. Contact : occitanie@respects.fr

En 2026 le premier groupement d'achat du RESO sera distribué le 6 janvier.

Et en suivant, une distribution sera organisée tous les mois pour les agrumes de Sicile, les fruits d'Espagne et les pommes locales. Pour les distributions intercalées les adhérents seront informés de chaque ouverture d'un GAS (groupement d'achat solidaire).

Écologie, nature...



En 2026, je m'alimente mieux.

Il y a bien sûr les groupements d'achats de l'association pour consommer moins et mieux. Mais pour tout le reste rappelez vous que notre santé est dans notre assiette. Il est indispensable d'améliorer nos habitudes de consommation pour préserver notre qualité de vie.

Photo JS Lire plus sur la page consommation : [le saumon d'élevage fausse bonne idée](#) ; [Les pommes un cocktail de nutriments](#) ; [Aliments ultra-transformés et santé.](#)



En 2026, je lis plus.

Prendre le temps de se poser pour lire quotidiennement peut améliorer notre santé et notre rapport aux autres. La lecture stimule le cerveau ; améliore la mémoire, l'attention et la concentration ; développe les capacités d'analyse ; améliore les connaissances ; diminue le stress et l'anxiété ; aide à mieux dormir ; tranquillise l'esprit ; ...

Quelques conseils de lecture : [Histoire du Monde](#) ; [10 champignons qui ont changé la vie des hommes](#) ; [L'Aventure de la bonne humeur](#) ; [Le Monde et la Terre](#) ; Plus sur la page [conseils de lectures.](#)

Le jardin naturel



conditions climatiques.

Les plantes indigènes semblent s'adapter. Les violettes et la bourrache sont en fleurs, les premiers semis d'automne ont bien réussi et les choux sont magnifiques.

De la chance ? Ou une anticipation pertinente ? Observer et s'adapter sera la règle. Les frasques climatiques ne sont prévisibles qu'à très court terme. N'oublions pas que la Nature ne se pliera pas à nos envies de produire des légumes ou des fleurs. C'est à nous humains de nous adapter à ce que la Nature, le Vivant, voudra bien nous offrir. **Bonne année de jardinage.**

Lire plus : adapter le potager ... [les conseils de Serge Zaka](#). Et voir aussi la page : [Jardin des Violettes](#). ; plus la fiche du mois de [janvier au potager](#). - Photo JS. Le jardin des Violettes le 30 décembre 2025.

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

31 janvier 2026 : En 2026, je participe à un atelier "jardinage"

Le dernier samedi du mois, un atelier est ouvert au Jardin des Violettes (9h30-11h30). Une occasion de découvrir l'espace d'écologie pratique créé par l'association au Relais Solidaire, de mettre les mains dans la terre et/ou de donner un coup de main aux jardiniers bénévoles pour aménager cet îlot de biodiversité en milieu urbain. [Cont@ct](#).

18 avril 2026 : En 2026, j'aide à préparer la Fête des plants.



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](#).

19 avril 2026 : Toutes les dates ...

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

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

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.](#)