

**PETIT MANUEL  
POUR LA CRÉATION  
ET L'ANIMATION  
D'UN GROUPE LOCAL  
DE LA FRUGALITÉ  
HEUREUSE  
ET CRÉATIVE**



FRUGALITÉ  
HEUREUSE  
& CRÉATIVE

## POURQUOI CE PETIT MANUEL ?

La nécessité de mettre à disposition un petit manuel de création d'un groupe local à destination des signataires désireux d'initier un groupe sur leur territoire est apparue dès les premières rencontres de Lens en mai 2019.

À en croire les nombreuses sollicitations que nous recevons régulièrement, ce manuel est attendu et nécessaire ! Nous espérons qu'il vous aidera dans votre démarche et apportera des réponses à vos interrogations.

Les étapes, outils et actions présentés ci-dessous sont indicatifs. Chaque groupe est autonome et libre de ces actions, dans le respect de la charte éthique du Mouvement de la frugalité heureuse et créative. Chaque groupe est tenu d'informer régulièrement de ses activités le conseil d'administration (CA) de l'association.

## QU'EST-CE QU'UN GROUPE LOCAL ?

Depuis la publication du manifeste en janvier 2018 et l'afflux de signataires (plus de 15 500 en mars 2022), Dominique Gauzin-Müller, Alain Bornarel et Philippe Madec ont appelé à la création de groupes locaux. Les objectifs sont multiples : essayer, diffuser la frugalité au plus près des décideurs locaux, créer un réseau d'acteurs de la frugalité au plus près des territoires afin de favoriser mutualisations, synergies et mises en commun pour plus d'efficacité. Il s'agit de penser global et d'agir local.

Le fonctionnement du réseau se veut horizontal, et repose sur plusieurs entités.

- Les signataires du manifeste assurent la légitimité du mouvement.
- L'association, initialement une structure juridique pour porter les rencontres et l'appui logistique des groupes et du mouvement, a évolué avec l'augmentation du nombre d'adhérents.
- Le groupe de coordination, structure de coordination des groupes et du mouvement, porte également une dimension éthique.
- « L'association générale des groupes » se réunit une à deux fois par an pour favoriser les échanges entre animateurs des groupes.
- Les groupes reflètent la diversité des signataires et sont les acteurs de terrain du mouvement.

Il existe actuellement 24 groupes en activité et 38 groupes en formation. Une majorité de ces groupes sont en lien avec un territoire géographique limité, mais il existe également des groupes se fédérant autour d'une thématique spécifique : cartographie, maîtrise d'ouvrage, territoire frugal, etc.

# INITIER UN GROUPE LOCAL EN 6 ÉTAPES

## 1. SE FAIRE CONNAÎTRE !

Manifestez-vous en envoyant un mail à  
[contact@frugalite.org](mailto:contact@frugalite.org)

Nous vous transmettrons la liste des signataires de votre région et les éventuels contacts de personnes actives et engagées (s'assurer au préalable qu'aucun groupe n'existe déjà). Vous deviendrez alors le référent local, et vous serez référencé dans la liste des groupes locaux existants ou en création diffusé sur le site internet [www.frugalite.org](http://www.frugalite.org)

## 2. CONSTITUER UNE ÉQUIPE D'ANIMATION DU GROUPE

Chaque groupe local est animé par deux à six bénévoles. Les rôles sont partagés : communication, suivi des actions et des projets, animation, coordination de l'ensemble du groupe, relation avec le CA. Tout le monde peut devenir membre.

## 3. DÉFINIR LE TERRITOIRE D'INFLUENCE DU GROUPE

Il semble primordial de se concentrer sur un territoire significatif. La région, délimitation administrative souvent vide de sens pour le paysage et les pratiques culturelles, est jugée de trop grande échelle. L'expérience a montré qu'il est préférable de privilégier plusieurs petits groupes en réseau, car l'échelle d'un groupe doit prendre en compte le PFH (précieux/putain de facteur humain). L'engagement associatif doit s'ajouter à la vie personnelle et à la vie familiale sans les contraindre. Il faut le rendre possible avec un temps de trajet limité et une facilité d'accès.

## 4. CONTACTER LES SIGNATAIRES LOCAUX POUR UNE PREMIÈRE RÉUNION

La première réunion peut être l'occasion :

- de faire connaissance ;
- de définir ensemble ce qu'est la frugalité ;
- de trouver ce qui permet de fédérer les membres ;
- de définir ce que l'on souhaite faire ensemble.

## 5. SE VOIR RÉGULIÈREMENT DE FAÇON CONVIVIALE

Créer un lien de confiance est une base de la communication horizontale.

Des réunions locales mensuelles ou bimestrielles semblent être une juste mesure pour concilier régularité, entrain et gestion des agendas personnels. Des réunions régionales et nationales pourront être organisées une ou deux fois par an pour mettre en commun les synergies.

## OÙ SE RETROUVER ?

Les restrictions sanitaires récentes ont conduit à privilégier les réunions en visio. Même si elle annihile les relations conviviales et les échanges spontanés, cette solution reste simple, gratuite et sans limite de jauge. Pour vos réunions en présentiel, nous vous suggérons les solutions suivantes : lieux publics, bar/restaurant, parcs, lieu appartenant à l'un des membres du groupe mis à disposition gracieusement, établissement de l'enseignement supérieur, salle de réunion, tiers-lieu, etc.

## 6. S'APPUYER SUR LES POTENTIELS DES MEMBRES

Les membres peuvent apporter connaissances théoriques et pratiques, contacts, locaux, réalisations exemplaires, etc. Chacun apporte au groupe et le groupe bénéficie à chacun, dans une logique de coopération et de participation.

Le partage d'animation d'actions par deux personnes est toujours souhaitable.

## VALEURS ET PRÉREQUIS

- Le groupe local est pluridisciplinaire : architectes, urbanistes, paysagistes, ingénieurs, mais aussi maîtres d'ouvrage, élus et membres de la société civile passionnés de la frugalité.
- Tout le monde est bienvenu, qu'il soit professionnel ou non, qu'il ait déjà réalisé des projets frugaux ou non.
- Il n'est pas obligatoire d'être adhérent de l'association pour être membre d'un groupe, mais il est indispensable d'être signataire du manifeste pour appartenir à un groupe.
- La gouvernance est partagée et participative. L'expérience a montré qu'il faut éviter d'être seul responsable d'une tâche. Il est conseillé de constituer un noyau de deux à huit personnes pour coordonner le groupe.
- Le groupe partage les convictions exprimées dans le « Manifeste pour une Frugalité Heureuse et créative » et les diffuse avec enthousiasme.
- Il ne faut jamais oublier l'essentiel : le côté humain, sensible, la relation, l'émerveillement, la bienveillance et le partage, qui font la différence et rendent la frugalité heureuse.



Construction frugale de la nouvelle mairie de VIENS (84), dans le cadre d'un chantier participatif associant les habitants, le maire de la commune, une association d'insertion et le groupe frugalité PACA.

## STATUT ET FINANCEMENT DU GROUPE

Chaque groupe est libre de choisir son statut : collectif informel ou association.

Un consensus semble se dégager pour éviter la création d'une association par groupe local. La multiplication des associations, bureaux, assemblées générales et comptes bancaires n'est sans doute pas très frugale. Elle est cependant à opposer à la nécessité pour chaque groupe de disposer de moyens financiers, d'assurance et/ou d'un statut reconnu.

La question du financement se pose rapidement avec la multiplication des actions du groupe local. Plusieurs pistes peuvent être privilégiées avant d'envisager la création d'une association locale pour disposer d'un compte bancaire : autofinancement (participation aux frais par les participants) ; auberge espagnole ; mise à disposition de lieux gracieuse ou contre services (chantier participatif, par exemple) ; financement par appels à projets, etc.

Attention, il n'est pas possible de demander au trésorier de l'association nationale de s'occuper régulièrement de la gestion financière des groupes, cela serait trop complexe et doit rester très ponctuel.

Il est possible d'utiliser l'assurance (MAIF) souscrite par l'association nationale pour des événements et visites. Dans ce cas, il faut prévenir à l'avance ([contact@frugalite.org](mailto:contact@frugalite.org)).

## BOÎTE À OUTILS

### COMMUNICATION INTERNE AU GROUPE

Chaque groupe peut disposer de plusieurs outils, qui sont créés sur demande par **Carole Brooks** ([carole.brooks@frugalite.org](mailto:carole.brooks@frugalite.org)) :

**1 - Une adresse mail** (groupe1234@frugalite.org) peut être créée avec filtre anti-spam et anti-virus. Il est possible de faire un transfert des mails anciens (ancienne adresse).

**2 - L'accès à un cloud** (nextcloud) spécifique au groupe permet l'échange d'informations et plusieurs services :

- le partage de fichiers ;
- un annuaire des contacts ;
- une plateforme de discussion ;
- un outil de visioconférence (50 personnes environ) ;
- un calendrier ;
- un trouve-date ;
- un formulaire ;
- un outil de partage de dépenses ;
- la sauvegarde des données.

Le partage est possible avec tous les utilisateurs du groupe ou plusieurs degrés de partage. Chaque animateur de groupe peut y ajouter les membres par le biais de leur adresse mail.



## COMMUNICATION EXTERNE

Chaque groupe peut aussi disposer d'outils de communication extérieure :

- un site internet (wordpress) épinglé depuis le site ([www.frugalite.org](http://www.frugalite.org)), qui abrite les actualités des groupes ;
- un logo, sur base de la charte graphique du mouvement (cf annexe) ;
- une page Facebook, LinkedIn, etc. ;
- une newsletter, diffusée via le cloud.

## PROPOSITIONS D'ACTIONS

Les possibilités d'actions sont multiples et diverses d'un groupe à l'autre. Les groupes existants ont déjà expérimenté plusieurs actions concrètes, listées ci-dessous, mais bien d'autres sont à inventer !

- Recenser les ressources frugales du territoire et les incrémenter dans la cartographie participative :

<https://frugalitheheureuseetcreative.gogocarto.fr/> **Contact : Aude Géant, [cartographie@frugalite.org](mailto:cartographie@frugalite.org)**

- Identifier et recenser des exemples frugaux sur le territoire pour rendre visible la frugalité.
- Organiser des visites d'opérations exemplaires, pour démystifier, ressentir, toucher l'architecture et convaincre.
- Participer à des manifestations et des événements locaux existants.
- Recenser les réseaux avec lesquels le groupe pourrait travailler et créer des partenariats avec des organisations et institutions déjà implantées sur le territoire (CAUE, Maisons de l'architecture, clusters d'écoconstruction, centres de ressources DD, écoles d'architecture, écoles d'ingénieurs, centre de formation des compagnons, parcs naturels régionaux, etc.)
- Échanger les connaissances entre membres et inviter des intervenants proposés par les participants pour faire monter le groupe en compétences.



Partage de connaissance sur le bois de peuplier par François Lacoste, groupe Hauts-de-France

## TÉMOIGNAGES

### GROUPE FINISTÈRE

Ce réseau breton est né de l'envie d'une demi-douzaine d'architectes ou urbanistes de participer au mouvement engagé suite à la publication du manifeste. Des réunions ont lieu à date fixe pour entretenir la dynamique et commencer à agir au-delà des implications professionnelles respectives. Après une première conférence sur le thème de la Frugalité heureuse, des réunions physiques mensuelles ont été instaurées. Une page Facebook a été mise en place début 2019 et une conférence de Philippe Madec a été organisée à Quimper le 1<sup>er</sup> mars, à l'occasion du 10<sup>e</sup> Printemps de l'architecture en Finistère. Des visites de réalisations frugales conçues par des architectes membres du groupe local, animées par leurs concepteurs et ouvertes à tous, sont régulièrement proposées. Le groupe a très vite renoncé à se constituer à l'échelle du département, voire de la région, jugée beaucoup trop vaste pour des rencontres physiques régulières. La page Facebook a néanmoins été intitulée « Frugalité heureuse Finistère » afin de donner une lisibilité départementale, et de permettre la mise en réseau de groupes locaux à cette échelle.

### GROUPE LORRAINE

Le groupe Lorraine, composé de trente membres actifs, s'est constitué autour d'agences d'architectures engagées (Studiolada, Bagard & Luron, Haha, Mil Lieux). Il organise des journées régionales de la frugalité, dont la matinée est consacrée à des visites (un circuit bois local : forêt/scierie/bâtiment ; une friche industrielle rénovée en tiers-lieux) et l'après-midi à des conférences proposées par les membres suivies de débats. Le groupe a également initié le travail d'élaboration d'une carte des ressources du territoire lorrain : scieries, carrières, tuileries, fournisseurs de paille, etc. Cet outil interactif servira de base à un catalogue recensant les fournisseurs de matériaux locaux et les caractéristiques de leurs produits.



Réunion « bois local » avec le groupe Alsace : balades en forêt, visites chez des scieurs et des charpentiers



## GROUPE HAUTS-DE-FRANCE

Le groupe des Hauts-de-France réunit une vingtaine d'architectes, ingénieurs et enseignants qui se retrouvent une fois par mois en alternant des réunions de travail conviviales et des rencontres avec des acteurs locaux engagés. Il a mis en place un fichier d'échange en ligne et créé une page Facebook. Implanté à Lille, il souhaite essaimer sur tout le territoire régional en organisant des événements hors métropole, avec l'espoir de donner envie à d'autres groupes de se constituer.

En partenariat avec le Centre d'architecture et d'urbanisme de Lille pour l'organisation de l'édition annuelle de la Braderie de l'architecture, le groupe a mis en place une « conférence chorale » à destination du grand public : présentation du Mouvement de la frugalité heureuse par Philippe Madec suivie par la description, par leur auteur, de cinq bâtiments régionaux inspirants. Ce format a été réutilisé et adapté pour d'autres événements.

Le groupe s'attache à faire circuler la connaissance entre les membres, et organise des visites d'opérations exemplaires et des partages de connaissance sur des techniques constructives locales (mise en œuvre du peuplier, paille, etc.).



Visite du groupe Hauts-de-France à la Maison du Projet La Lainière à Wattrelos avec Olivier Jost, architecte, projet lauréat du OFF du DD.



## GROUPE NOUVELLE AQUITAINE

Sophie Brindel-Beth, alors référente pour la région a monté plusieurs réunions à Bordeaux, Anglet et Pau où sont venus des signataires de La Rochelle, Poitiers, Pau, Anglet, Bordeaux, Périgueux. Les distances étant très importantes, la grande région de la Nouvelle Aquitaine s'est scindée en plusieurs groupes distincts répartis sur ce territoire. Le confinement avec un report des réunions sur la visioconférence a fait le reste. La plateforme Odeys est partenaire de tous ces groupes.

Le groupe Bordelais (33-24) a été initié lors 3 visio-conférences sous forme de cours sur le Bâtiment Frugal. Cela a permis d'ouvrir la discussion sur ce qu'est la frugalité et permis de fédérer le groupe. Les participants ont déterminé ce qu'ils voulaient faire ensemble. Depuis ce groupe important, se réunit régulièrement en groupe thématiques, en réunions conviviales et organise des visites de réunions et de chantier, une exposition, avec l'Ordre des architectes, présentant leurs réalisations frugales.

Un groupe Poitou-Charentes a germé lors de la deuxième Rencontre de la Frugalité en Bretagne. Cinq signataires des départements du nord de la Nouvelle Aquitaine qui y ont participé ont eu envie de créer un groupe. L'idée était de se retrouver tous les deux mois, de déjeuner ensemble et d'échanger sur les pratiques et aspirations. Finalement, crise sanitaire oblige, une série de rencontres a eu lieu en visioconférences pour contribuer à approfondir les connaissances et nourrir les échanges. Les objectifs de chacun ont été mis en évidence pour former des sous-groupes d'action qui travaillent plus en profondeur sur différents sujets, en plus des réunions régulières : « Réemploi, matériaux biosourcés et ressources locales » ; « Biodiversité, architecture et urbanisme » ; le sous-groupe « workshop » qui a pour objectif de participer à une expérimentation concrète à travers un atelier d'architecture et d'urbanisme, en immersion sur un territoire avec des étudiants et les habitants ; le sous-groupe « réseaux » qui travaille à la relation avec d'autres réseaux et à la communication. Une des actions essentielles qui a émergé est la nécessité de diffuser le Manifeste et les 15 engagements. Le travail de ce groupe a permis de tenir un stand lors des JNA (journées nationales de l'architecture) à la Maison de l'architecture de Poitiers.

En Sud Aquitaine, il existe plusieurs « collectifs » passionnants, mais très occupés et il est pour l'instant difficile de réunir les signataires. Il est prévu un événement autour de la sortie du livre qui s'est faite en septembre 2021, « Architecte aux pieds nus » (Editions Parenthèses) dont la traduction est faite par l'une des membres du groupe.



Echanges riches et passionnés lors d'une réunion du groupe Ile-de-France

MAINTENANT,  
C'EST À **VOUS DE JOUER** POUR DÉVELOPPER  
LA FRUGALITÉ SUR VOTRE TERRITOIRE.  
MERCI DE VOTRE ENGAGEMENT  
DANS LE MOUVEMENT !

**WWW.FRUGALITE.ORG**