□□ Kit d'action Movember

> Kit d'action : visibiliser le lien entre pesticides et cancer de la prostate (maladie professionnelle agricole) à l'occasion de la campagne mondiale de sensibilisation à ce cancer.

> Ce guide vous accompagne pas à pas pour mener une action dans le cadre de la *campagne **Changement de Régime***. Il s'appuie sur nos expériences collectives. Libre à vous de l'adapter à vos besoins – suggestions bienvenues ! □□
> ► Le sommaire est disponible dans la colonne de gauche.

1. Contexte et cible

1.1. Extinction Rebellion □

Extinction Rebellion est un mouvement international, apartisan et non-violent.

Sa 3° revendication, est : "*L'arrêt immédiat de la destruction des écosystèmes océaniques et terrestres, à l'origine d'une extinction massive du monde vivant.*"
La biodiversité s'effondre à un rythme comparable aux grandes extinctions géologiques. Ce cataclysme est causé par la surexploitation, la pollution et la destruction des habitats naturels.
Les mesures compensatoires n'enrayent aucunement l'extermination massive en cours.
La biodiversité doit être reconnue et respectée pour sa valeur intrinsèque et pas uniquement pour les "services" qu'elle nous rend.
Nous luttons pour que nos sociétés reconnaissent avec humilité leur place au sein de la biosphère et engagent une démarche de restauration écologique à la mesure des dégâts causés.

1.2. La campagne Changement de Régime □□

Changement de Régime est une campagne d'*Extinction Rebellion* centrée sur la **préservation de la biodiversité**.

Pour comprendre cette action et ses cibles, consultez :

- La page de campagne **Changement de Régime**
- Le site zeropesticides.info où se trouve notre manifeste

Rejoignez-nous sur Mattermost : □ **Canal "□□Campagne Changement de Régime".**

Pour savoir plus sur notre campagne : https://linktr.ee/changementderegime

Les pesticides sont des **armes chimiques** créées **pour tuer.**
Les pesticides tuent.
Pour **préserver ce qu'il reste de vivant**, afin de **pouvoir vivre en bonne santé**,
il n'y a pas d'autre alternative que d'exiger : **Zéro pesticides de synthèse**.

1.3. Nos revendications □□

Les revendications de la campagne Changement de régime, sont l'objectif politique de cette action et expliquent sa raison d'être.

Nous exigeons une véritable politique agricole au service du vivant et d'un futur viable pour toustes :

- □□ Arrêt immédiat des pesticides de synthèse
- □□□□ Soutien massif à l'installation d'agriculteurices
- □□ Promotion d'une agriculture biologique

2. L'action

Mise en place de pancartes et/ou banderoles visibilisant le lien entre les pesticides et le cancer de la prostate (maladie professionnelle agricole) sur des monuments centraux, lors d'événements liés à l'initiative Movember, dans d'autres lieux passants ou liés à la santé.

2.1. □□ Consensus d'action

Ce cadre commun garantit la sécurité de toustes et la cohérence de nos actions.

- □ Aucune violence physique, verbale ou psychologique
- □ Aucune dégradation en dehors des affichages/banderoles

>

Prendre (ou non) ses papiers d'identité reste un choix personnel.
La stratégie recommandée est de les prendre et de les donner sur le lieu de l'action en cas de contrôle au vu du faible niveau de risque juridique de l'action.

2.2. ⚖ Brief Juridique

Les kits d'action mensuels de la *campagne Changement de Régime* sont peu risqués juridiquement.
Il n'y a pas d'interaction avec les forces de l'ordre sauf flagrant délit, surtout si vous avez des guetteureuses.

Comme pour toute action de désobéissance civile, vous devez connaître les risques juridiques maximum impliqués par ce type d'action.
Les peines énoncées ci-après sont les peines maximales pouvant être prononcées par le juge, qui n'ont à présent jamais été appliquées contre des activistes non-violent·es.

Risque principal : dégradation.

- Pour des **dommages légers**, contravention de la 5ème classe (1 500 euros d'amende) et peines complémentaires (suspension de permis, confiscation de la chose ayant servi à commettre l'infraction, Travaux d'Intérêt Général pour une durée de 20 à 120 heures).
- Commis **en réunion ou à visage volontairement couvert** (circonstance aggravante), 15 000 € d'amende et un travail d'intérêt général.
- Possiblement, il y a aussi le risque de **Groupement en vue de dégradations de biens** , 1 an d'emprisonnement et 15 000 euros d'amende.
- ***Point de vigilance*** sur les dégradations sur un monument historique classé qui sont une circonstance aggravante : **7 ans d'emprisonnement et 100 000 €** d'amende - **10 ans d'emprisonnement et 150 000 €** (si commis en réunion).
  -> vérifier que votre cible est (ou pas) classée Monument Historique sur la base mérimée : https://www.pop.culture.gouv.fr/

Il n'existe pas de petite action.
Même si ces actions sont pensées comme peu risquées, il ne faut pas les prendre à la légère. Il convient de s'organiser comme pour une action classique, par exemple en ne venant pas avec son téléphone ou sans avoir prévenu de proche.

Privilégiez les actions à visage découvert. Pour les actions masquées, informez-vous sur les risques sur cette page.

> En cas de poursuites, la campagne Changement de Régime reste disponible en soutien et/ou en suivi : *changementderegime@protonmail.com via mail.*

2.3.□□ Lieux possibles

- Lieux d'événements visant à sensibiliser le public sur le cancer de la prostate (programmes disponibles sur les sites des départements et/ou des ARS).
- Monuments centraux, endroits passants.
- Devant les ARS
- Sur le parcours des courses Les Bacchantes organisées à Paris, Reims, Toulouse, Aix-en-Provence pour récolter des fonds contre le cancer de la prostate.

2.4. □□ Les slogans

Propositions de slogans à associer éventuellement aux éléments visuels de Movember : la moustache, la couleur bleue.

• Cancer de la prostate = maladie professionnelle liée aux pesticides • Pesticides = cancer • Les pesticides tuent • Zéro pesticides maintenant • Pesticides = poison	

2.5. □□ Logistique

- Affiches créées.
- Matériel de fixation en fonction de votre choix d'action : colle à la farine, pinceaux, seaux - scotch - ficelle - carton pour faire un support à l'affiche si besoin pour accrochage sur des grilles.
- Sacs en tissu / plastique pour ranger rapidement le matériel pendant et après l'action.

> Point de vigilance sur la lisibilité du matériel d'affichage : bien penser à écrire des lettres avec un trait épais au-delà de la taille de l'écriture c'est ce qui garantit la lisibilité et veiller à avoir un bon contraste dans les choix de couleur.

- Préparez un itinéraire en amont avec les différents lieux visés (si déplacement en voiture, prévoir pour chaque lieu ciblé, un stationnement à proximité).
  Ce site permet d'optimiser automatiquement l'ordre des arrêts sur un trajet jusqu'à 20 arrêts pour la version gratuite : https://www.routexl.com/

2.6. □□ Répartition des rôles

Chaque groupe de 4-5 dispose d'au moins :

- 1 ou 2 guetteureuses
- 1 ou 2 colleureuses et 1 ou 2 personnes en charge des chasubles à enfiler
- 1 médiactiviste qui sera chargé·e de prendre des photos et vidéos pour les posts

... dont une personne référente en lien avec les autres groupes ! (si pertinent).

2.7. ⚠ Points de vigilance

Les guettereuses surveillent les alentours et utilisent un mot-code (défini au début de l'action, "Snoopy" par exemple) qu'ils crient à l'attention du groupe s'iels voient les forces de l'ordre.
En début d'action, nous sommes toustes plus vigilant·es avec le stress puis à mesure de l'action, la pression retombe et la vigilance avec, rester concentré·es toute l'action est essentiel.
Souvenez vous que les forces de l'ordre peuvent avoir des véhicules banalisés.

Si les forces de l'ordre nous ont vu·es, on arrête ce qu'on était en train de faire, et on essaye de marcher tranquillement. Si elles s'adressent à nous, on s'arrête et on passe la suite au contact police.

Les voitures avec des sirènes ou gyrophares sont rarement là pour nous : si on les voit passer, on arrête ce qu'on était en train de faire, mais inutile de paniquer.
Par contre, on reste vigilant·es aux conducteurices de bus qui nous auraient repéré·es (iels pourraient appeler les forces de l'ordre).

> Pour limiter les risques, il est souhaitable de limiter le temps sur le lieu et pour la réalisation de l'action d'où l'importance d'une logistique préparée en amont.

3. Matériel et tenue

3.1. □□ Matériel (dont lea référent·e est en charge)

- Matériel à afficher que vous aurez préalablement préparé.
- Nécessaire de fixation en prévoyant plus que besoin au cas où.
- Sacs pour ranger rapidement le matériel pendant et après l'action.

□ **Tu auras besoin**	□ **Tu n'auras pas besoin de**
• de tickets de transport ou d'un moyen de transport avec un itinéraire déjà prêt. • de l'argent en liquide ou CB si tu souhaites.	• ton téléphone. • tes plus beaux insignes militants (ou alors bien cachés et à ne sortir qu'une fois l'action en place). • drogues, alcool, armes et autres objets illégaux.

4. Communication

Pensez à nous prévenir de vos actions : *changementderegime@protonmail.com via mail.*

Nous vous proposons de mettre vos photos et vidéos de vos actions dans le RDV2, dossier "AAAAMMJJ - NOM ACTION - Changement de Régime (VILLE)".
Merci de nous en informer.

Vous pouvez aussi diffuser sur vos réseaux en taguant @xr_changementderegime sur Instagram et/ou XR France sur Instagram et Facebook.

En déroulant vous aurez un exemple de Communiqué de presse

[Nom de GL/collectif] dénonce les pesticides.
[Date, Ville] – Ce [jour], [Nom de GL/collectif] a mené une action de sensibilisation pour alerter sur les dangers des pesticides.
L'action a pris la forme d'affichages pour visibiliser le lien entre pesticides et cancer de la prostate à l'occasion de Movember, mois de sensibilisation à la santé masculine.
Outre leur rôle dans l'effondrement de la biodiversité, les pesticides ont des effets nocifs sur la santé humaine (cancers, troubles du développement neuropsychologique et moteur de l'enfant, troubles cognitifs et anxio-dépressifs de l'adulte, maladies neurodégénératives, cancers de l'enfant et de l'adulte, endométriose et pathologies respiratoires ainsi que thyroïdiennes).
Face à cette menace, nous exigeons des mesures immédiates pour stopper l'usage des

pesticides de synthèse et protéger la santé des populations, en particulier celle des enfants, plus vulnérables à ces substances toxiques.
Parallèlement, le grand rassemblement du samedi 4 avril 2026 à 14h à Paris, a pour but d'alerter et d'interpeller les autorités sur les effets délétères des pesticides sur la santé humaine et la biodiversité. Ensemble, faisons entendre notre voix contre les pesticides et pour un avenir plus sain.
Contact presse :
[Nom et prénom]
[Téléphone]
[Email]
[Site web ou réseaux sociaux]

5. Déroulé : de la préparation au debrief

5.1. En amont du jour J

#1 - 3 semaines avant minimum :
1.1 - [logistique] définir une **date , un horaire et une heure de début et une durée pour l'action**.
1.2 - [communication] dès que la date d'action est fixée, le cas échéant : **prévenir l'équipe médias&message** de votre groupe local que vous allez faire une action (2 semaines avant si possible).
1.3 - [mobilisation] **recruter** des rebelles sur vos canaux locaux.
1.4 - [logistique] **préparation du matériel.**
1.5 - [logistique] achat du **matériel nécessaire - notamment pour les fixations.**

#2 Une semaine avant minimum :
2.1 - [mobilisation] **créer une boucle signal, si besoin,** (avec les informations nom de l'action, date, heure de début et rdv en description) **et y ajouter les rebelles intéressé·es au fur et à mesure. Paramétrer la boucle avec des messages éphémères.**
2.2 - [logistique] **répartir les lieux** entre les participant·es - voir à former plusieurs équipes.
2.3 - [communication] préparer la **communication** (voir partie 5).

#3 - Quelques jours avant l'action :
3.1 - [mobilisation] 2 jours avant l'action, **envoyer les éléments des parties 1, 2, 3** adaptés à votre action (donc l'objectif et le contexte de l'action, le consensus, brief juridique, les besoins matos et la répartition des rôles à chaque participant·e).
3.2 - [mobilisation] La veille de l'action (ou le matin de celle-ci) : **envoyer un message de rappel**

de l'action aux rebelles en demandant de réagir avec un ◫ (par ex.) pour confirmer la bonne lecture du message.
3.3 - [logistique] **préparer le matériel** en rangeant tout dans l'ordre de l'action et en différenciant tout dans différents contenants pour plus de simplicité.

5.2. Le jour J

5.2.1. Début de l'action

1. **Avant de partir : check matériel** (affichages et éléments de fixation).
2. **Tour d'entrée.**
3. Lire le **brief** (partie 1 et 2) soit le contexte de la campagne, les revendications, le consensus d'action, le brief juridique, vérifier que tout le monde a bien un contact-proche.
4. Expliquer les **différents rôles.**
5. Expliquer le **déroulé de l'action** (brief, action, debrief).
6. **Indiquer le lieu du debrief si réalisé juste après l'action**. Le debrief peut se faire un autre jour que celui de l'action.
7. S'assurer que **tout le monde est à l'aise avec les risques encourus**. Si certain·es ne veulent pas prendre de risque mais tout de même participer, ils devront rester guetteureuses de loin.
8. **Présenter lea référent·e** et **définir les rôles de chacun·e.**
9. **Distribuer le matériel** et visualiser l'itinéraire.

> Une organisation différente peut être envisagée en imaginant un brief référent·e uniquement et les étapes 1, 2, 3, réalisées en groupe déjà formé en un point de rdv proche de la cible.
> Nous donnons, ici, une sorte d'idéal de l'action pour la sécurité et le soin de toustes, mais nous comprenons que chaque groupe s'adapte à sa réalité de terrain.

5.2.2. Réalisation de l'affichage

- Les activistes réalisent les affichages et/ou mettent en place les chasubles.
- Chacun·e réalise l'action selon la forme choisie.
- Lea médiateurice répond aux éventuelles question des passant·es en présentant les raisons de l'action.
- L'action est réalisée sur le parcours ou la zone définie.

5.2.3. Fin de l'action

- [debrief] dans un endroit calme et loin de la zone (repérer le lieu de débrief à l'avance).
- [debrief] faire un **tour de sortie** pour vérifier que tout le monde a bien vécu l'action.
- [debrief] rappeler aux rebelles de **prévenir et leur contact proche**, pour lui dire que tout s'est bien déroulé.

- [debrief] prévenir la base arrière juridique, le cas échéant.
- [communication] **récupérer les photos de toustes les médiactivistes** pour alimenter vos posts réseaux sociaux.

> Il est possible d'envisager un debrief non pas le jour même de l'action mais dans les jours suivants l'action.

6. Post action et apprentissage

- [communication] nous envoyer vos belles photos ainsi que vos posts sur les réseaux sociaux (pour que nous puissions les compiler).
- [communication] rejoindre le **canal ouvert et national Changement de Régime** et **XR en action** **pour y poster votre communiqué de presse et vos photos.**
- [communication] **partager votre action sur vos réseaux sociaux régionaux.**
- [communication] nous indiquer les **retours qu'il y a eu des publications dans la presse.**
- [apprentissage] nous indiquer votre retour d'expérience suite à l'**utilisation de ce kit d'action** : comment pouvons nous l'améliorer ensemble ?
- [sécurité] supprimer tout ce qui est en lien avec l'action de vos appareils numériques (éventuels repérages, photos d'action, traces d'itinéraire, boucles signal, recherches en ligne).

> Pour vos questions, suggestions, retours d'expérience contactez @changementderegime sur Mattermost.

Créé 2025-10-15 18:06:13 CEST par changementderegime
Mis à jour 2025-12-21 21:16:12 CET par changementderegime