



## LES SEL EN FRANCE ET DANS LE MONDE

Depuis la création du premier SEL en Ariège en 1994, le mouvement a essaimé dans toute la France et compte aujourd'hui plus de 300 groupes, répertoriés ou non, allant de 20 à 400 adhérents.

L'inspiration du mouvement SEL nous vient d'Angleterre. Ces réseaux existent aujourd'hui dans de nombreux pays du monde, notamment en Europe, Amérique latine, Canada, Japon.

L'Association nationale SEL'IDAIRE assure la promotion et la représentation des SEL en France et à l'étranger.

Les SEL locaux échangent entre eux, se rencontrent chaque année en INTERSEL et forment des réseaux :

- Un site interactif <http://www.selidaire.org>
- La route des SELS <http://www.route-des-sel.org> pour l'hébergement
- La route des stages <http://route.stages.free.fr> pour l'échange de savoirs...

### LES PARTENAIRES DU SEL COCAGNE

- ADEPES : Association pour le Développement Et la Promotion de l'Economie Solidaire en Midi-Pyrénées
- Maison de l'Economie Solidaire : 73 chemin de Mange Pommes - 31520 Ramonville Saint Agne
- La Maison des Associations: 3 place Guy Hersant (entrée par la rue du Férétra (Métro Empalot)- 31031 Toulouse
- La Maison d'à Côté : 45 rue Jean de Pins, 31300 Toulouse (Métro St Cyprien ou Patte d'Oie)

Pour changer, échangeons

Système

d'Echange

Local

COCAGNE

Site : [selcogne.communityforge.net](http://selcogne.communityforge.net)

### Permanences à Toulouse :

(Chaque mois 1ère semaine le jeudi, semaine suivant le samedi...)

#### **Jeudi de 15h à 17h**

café associatif et culturel «**L'Itinéraire bis** »  
22 rue de Périole - 31500-Toulouse

#### **Samedi de 13h à 15h**

café associatif et culturel "l'**Escabel**"  
36 rue Gatien Arnoult - 31000-Toulouse

**Infos** : [contact@selcogne.org](mailto:contact@selcogne.org)

## LE SYSTEME D'ECHANGE LOCAL (SEL)

### Un SEL, qu'est-ce que c'est ?

C'est un système qui permet d'échanger des savoirs, des biens et des services, en fonction des besoins, des disponibilités et des savoir-faire de chacun au sein d'un groupe local.

Ce n'est pas du TROC direct, c'est un système d'échanges multilatéral.

### Comment se font les échanges ?

Ils se font de gré à gré, par l'intermédiaire d'une unité locale de compte, le grain de sel, basée sur le temps passé, le travail effectué, la valeur d'usage et non la valeur marchande : à Toulouse le grain s'appelle « la Cocagne », à Paris « le Piaf », à Bordeaux « le Bouchon »...

### Un échange multilatéral, c'est-à-dire ?

Jacques entretient le jardin de Marie et reçoit 90 grains.

Marie garde les enfants de Pascale et reçoit 80 grains.

Pascale tient à jour l'annuaire de l'association et reçoit 300 grains.

Plus tard, lors d'une bourse d'échange, Pascale se procurera auprès de Jacques une table à repasser pour 100 grains.

### Un SEL, comment ça marche ?

L'association édite régulièrement les offres et demandes de chacun, et les adhérents se contactent individuellement ou se rencontrent lors de nombreuses manifestations conviviales.

Après l'échange, ils tiennent à jour leurs comptes sur un livret, sous forme de bon, ou via internet.

### Un SEL, c'est aussi :

Un réseau de communication par lequel chacun participe à son niveau à une interaction économique, éducative, récréative et social.

Un SEL dynamise et encourage l'entraide, l'initiative, la convivialité et permet non seulement de rompre l'isolement, mais aussi de retrouver la confiance en soi et mieux vivre un budget modeste.

## LE SEL COCAGNE

### **Un des premiers Sels nés en France en 1995.**

Constitué en association 1901, il compte en 2019, environ 200 adhérents, habitants du Grand Toulouse et quelques communes environnantes.

**On y vient pour échanger, mais aussi pour recréer le lien social avec :**

1. des journées festives
2. des bourses d'échange
3. des repas mensuels
4. des randonnées
5. des ateliers
6. des mini-stages

**proposés et organisés par les adhérents eux-mêmes qui vivent et font partager leurs passions.**

**On y trouve aussi** l'ouverture et l'information sur : l'économie solidaire, la préservation de l'environnement, la vie culturelle locale, le développement personnel, l'engagement associatif...

### Où s'informer ?

En venant nous rencontrer aux permanences hebdomadaires.

### Comment adhérer ?

Une contribution de 10 € par an (15 € pour les couples) est demandée pour couvrir les frais de publications et secrétariat.

**A la permanence**, quelqu'un vous aidera à définir vos premières offres et demandes pour le catalogue. Un numéro d'adhérent vous sera donné quelques jours après pour gérer vous-même votre compte d'échanges par internet (ou bien au moyen d'une feuille d'échanges pour les non-internautes).