



## Qu'est-ce-qu'un SEL?

Les Systèmes d'Echanges Locaux sont des groupes de personnes qui échangent sans argent, des biens, des savoirs et des services.

- \* biens : vêtements, meubles, alimentation...
- \* services : garde d'enfants, peinture, décoration..
- \* ou connaissances : anglais, informatique ...

Ex: Jacques repeint le salon de Sylvain qui fait garder ses enfants par Lamia qui apprend l'informatique avec Virginie qui fait bêcher son jardin par Marc qui offre ses poireaux à Aldo qui fait faire ses ourlets par Christine....

Chacun propose des offres et des demandes en fonction de ses compétences, de ce qu'il aime faire (ou non!) ou de ce qu'il a à échanger (vêtements, fleurs du jardin, hébergement occasionnel,..). Il s'agit de coups de main ponctuels.

Pour pouvoir échanger entre nous (échange multilatéral), nous utilisons une « mémoire d'échange », les « grains de SEL ». En général, les SEL aiment lui donner un nom particulier : « pépites » au SEL en Pévèle, « bulles » à SEL'idée, « tétards » au SEL des Saules, « traits » au SEL de l'Union ou « feuilles » à l'Arbre.

Les échanges se font sur une base de temps pour les échanges de savoir ou de service, une heure = 60 grains de SEL. Les objets peuvent aussi être évalués en temps. Tous les échanges se font de gré à gré.

Pas besoin de commencer à « stocker » des grains pour échanger. Les comptes des selistes se tiennent dans les limites choisies par le groupe (ex.1500/+1500 grains).

Les SEL choisissent leur fonctionnement: en association déclarée ou non, avec ou sans cotisation en euros, avec un bureau, un conseil d'animation ou un Collectif.

Pourquoi les SEL sont-ils dans l'Economie Solidaire? Parce qu'ils diminuent la consommation en permettant la réparation ou la circulation d'objets qui auraient été jetés; ils permettent l'acquisition de nouvelles compétences ; ils valorisent les savoirs de chacun et leurs prises de responsabilités; ils sont souvent auto-gérés ; ils renforcent l'entre-aide et apportent de nombreuses réflexions sur le travail, les échanges non monétaires, le développement durable ou la décroissance.

## Créer un SEL

Créer un SEL n'est pas très compliqué. Il suffit que quelques personnes soient intéressées. Elles se rencontrent et s'organisent.

Il faut :

- une salle pour les rencontres, permanences, fêtes..
- des volontaires pour les quelques tâches de fonctionnement à réaliser: catalogue (liste des offres et demandes), comptabilité, permanences, etc.
- quelques réunions pour créer le SEL puis en assurer le bon fonctionnement. Les rencontres sont aussi importantes que les échanges.
- Et lire « SEL mode d'emploi » qui donne toutes les info, disponible ici <http://seldefrance.communityforge.net/node/30>

**Vous en saurez plus sur** <http://seldefrance.communityforge.net>

**Vous aimeriez créer un SEL, écrivez à :** [arbresel@gmail.com](mailto:arbresel@gmail.com)

« *Pour changer, échangeons* »

## Les SEL dans notre région juillet 2017 -

*\* nom donné à la mémoire d'échange*

### Nord

**L'Arbre** (1997) Centre Social Centre ville rue des Vétérans 59650 **VILLENEUVE D'ASQ** \* **Feuilles** contact : Elisabeth 03 20 05 21 76 [arbresel@gmail.com](mailto:arbresel@gmail.com) site <http://sel-vascq.communityforge.net> forum <http://arbresel.bbactif.com>

**A travers SEL** (2012) 59260 **HELLEMMES** \* **Bobines** [selbbh@gmail.com](mailto:selbbh@gmail.com) site <https://sites.google.com/site/selbbh/home>

**Coeur de SEL** (2014) 59850 **NIEPPE** ( Houplines, Armentieres, Steenverck.) \* **Pincée de SEL** [coeurdesel@laposte.net](mailto:coeurdesel@laposte.net)  
*permanences 3ème samedi du mois 10h-12h au local 9 rue Warneton, Nieppe*

**Pâte à SEL** (2013) 59380 **BERGUES** \* **Pâtons** contact : [seldebergues@gmail.com](mailto:seldebergues@gmail.com) site <http://seldebergues.communityforge.net/> *permanences premier mardi du mois à 18h30 salle Looten à Bergues*

**QuercySEL** (2013) 36 Faubourg Fauroeux 59530 **Le QUESNOY** \* **Marquerites** contact Hélène 06 14 69 73 91 - 03 27 31 95 45 (soirs et WE) courriel : [quercysel@gmail.com](mailto:quercysel@gmail.com) site <http://asso-quercysel-le-quesnoy.blogspot.fr/>

**Ratintout** (2015) 59350 **SAINT ANDRE** \* **Brique** contact 09 72 24 97 58 courriel [ratintout@le-collectif.org](mailto:ratintout@le-collectif.org) site <http://ratintout.org/> FB <https://www.facebook.com/Ratintout>

**RijsSEL** (2004) Café Citoyen, 7 place du Vieux Marché aux Chevaux 59000 **LILLE** \* **Rijs** contact : Virginie tél. 09 50 84 92 72 - 06 10 98 98 22 courriel : [contact@rijsel.org](mailto:contact@rijsel.org) site : [www.rijsel.org](http://www.rijsel.org)

**SEL à Vie** (2015) 59114 **Saint SYLVESTRE CAPPEL** (Hazebrouck, Bailleul, Cassel) contact : Dominique 06 89 07 29 44 courriel [selavie59@gmail.com](mailto:selavie59@gmail.com) *permanence deuxième jeudi du mois, à 19h30 estaminet Des mots à la bouche : 1, chemin princier 59114 Saint-Sylvestre Cappel,, suivi d'une auberge espagnole*

**SEL à Sailly-les-Lannoy ?** (2016) en création, en savoir + : Facebook Un SEL à Sailly Lez Lannoy? groupe fermé (s'inscrire)

**SEL de la Chicorée** (2012) centre social Ae François Mitterand 59630 **BOURBOURG** \* **Cossettes** contact : Florence 03 28 22 09 48 courriel : [andyvie.association@orange.fr](mailto:andyvie.association@orange.fr) *rencontre premier jeudi du mois à midi*

**SEL de Guesnain** (2013) maison pour tous 59287 **GUESNAIN** \* **grains de SEL de Guesnain** contact : 03 27 98 01 60 [sel.59287.guesnain@gmail.com](mailto:sel.59287.guesnain@gmail.com) [mptguesnain@netcourrier.com](mailto:mptguesnain@netcourrier.com) *permanence 3ème mercredi 10h 11h30 à la MPT de Guesnain*

**SEL de la Haute Deûle** (2015) Maison Ouverte (Bar du Centre) 8, rue Joseph Richy 59112 **ANNOEULLIN** \* **Malt SEL en création** contact : Luc 06 45 89 76 90 [seldelahautedeule@laposte.net](mailto:seldelahautedeule@laposte.net) *Permanence chaque deuxième samedi du mois de 10h à midi Maison ouverte*

**SEL de Maubeuge** (2011) 59600 **MAUBEUGE** \* **Grains de sel** contact Cécile 03 27 64 32 97 [leseldemaubeuge@hotmail.fr](mailto:leseldemaubeuge@hotmail.fr) Blog <http://leseldemaubeuge.over-blog.com/>

**SEL de l'Union** (2009) MdA 100 rue de Lille 59100 **TOURCOING** \* **Traits** contact collectif 07 80 31 28 49 courriel : [sel-union@orange.fr](mailto:sel-union@orange.fr) site [www.sel-union.echange-local.fr/](http://www.sel-union.echange-local.fr/)

**SEL de Wavrechain-sous-Denain** (2014) 20 rue Jean Jaurès 59220 **WAVRECHAIN-sous-DENAIN** (Sud Valenciennes) contact Sophie 03 27 44 71 16 courriel [cucs.wavrechainsousdenain@orange.fr](mailto:cucs.wavrechainsousdenain@orange.fr) *Permanences mardi, mercredi et jeudi de 9h à 17h*

**SEL de Wazemmes** (2012) Maison de quartier 36 rue d'Eylau, 59000 **LILLE** contact : [selwazemmes@gmail.com](mailto:selwazemmes@gmail.com) Site : <http://www.maisondequartierdewazemmes.info/selwazemmes.htm> FB <https://www.facebook.com/sel.wazemmes/>

**SEL des 5 Bonniers** (2014) centre social des 5 Bonniers 20 avenue de Bordeaux, 59155 **FACHES-THUMESNIL** \* **Bonniers** contact Alex 06 88 65 52 66 courriel [seldes5bonniers@gmail.com](mailto:seldes5bonniers@gmail.com)

**SEL des Flandres** (1996) Mdvie associative - terre plein du jeu de mail 59140 **DUNKERQUE** \* **Points** contact : Catherine 03 28 62 34 98 courriel : [mamanline@voila.fr](mailto:mamanline@voila.fr) *Permanence : 1er vendredi de chaque mois à 18 Heures à la MVA*

**SEL des graines d'Ostrevant** (2013) 59287 **LEWARDE** contact : Xavier tél. 06 24 62 54 61 courriel : [lesgrainesdelostrevant@laposte.net](mailto:lesgrainesdelostrevant@laposte.net)

**SEL des Saules** (2008) **BUYSSCHEURE** (Watten, Bollezele, Arnèke..) \* **Tétards** courriel : [sel.des.saules@gmail.com](mailto:sel.des.saules@gmail.com) Site : <http://sel-des-saules.communityforge.net/>

**SEL des 3L** (2013) 17 rue Jean Moulin 59390 **LYS-lez-Lannoy** \* **Plumes** contact Marie-Noëlle 06 11 50 69 20 ou Marie-Christine 06 16 41 34 14 courriel [leseldes3l@hotmail.fr](mailto:leseldes3l@hotmail.fr) *permanences 4ème samedi du mois de 10 h à 12 h*

**SEL du Hainaut** (2009) 36 rue Jacques Duclos 59195 **HERIN** (Valenciennes) \* **Grains de sel** contact : Antoine 03 27 28 73 13 courriel : [sel.hainaut@yahoo.fr](mailto:sel.hainaut@yahoo.fr) Permanences : Valenciennes : le 1er samedi du mois, 10h à 12h, Maison de quartier Beaujardin 73 rue Chauffour, Hergnies : 9h à 12h, le samedi chez Edith au 13 rue Léon Gambetta,

**SEL en Pévèle** (2011) 59710 **PONT à Marcq** \* **Pépites** contact : Dominique 03 20 59 95 25 courriel : [selenpevele@orange.fr](mailto:selenpevele@orange.fr) site : <http://sel-en-pevele.e-monsite.com/>

**Terril SEL** (2013) Centre Social d'Ostricourt 251 avenue du Maréchal Leclerc 59162 **OSTRICOURT** \* **Gayettes** courriel [terrilsel@gmail.com](mailto:terrilsel@gmail.com) permanence 2ème et 4ème jeudi du mois 14h30 16h

**Troc et Co** (2017) 11 place de l'Abbé Pierre, quartier Courghain, 59760 **GRANDE-SYNTHE** \* **Sentinas** Horaire : Lundi, de 14 h à 18 h ; du mardi au vendredi, de 10 h à 12 h et de 14 h 18 h ; le samedi, de 14 h à 16 h. **Nouveau SEL**

**Univers SEL** (2014) 59620 **AULNOYE AYMERIES** \* **Strobiles** courriel [univers.sel59@gmail.com](mailto:univers.sel59@gmail.com) site <http://sel-aulnoye.over-blog.com/>

## Pas-de-Calais

**Boîte à SEL** (1a) (2016) 62217 **BEURAINS** \* **grains de SEL** contact Centre social Chico Mendes 03 21 21 28 90 <http://www.facebook/Chico.Mendes.Beurains> **en cours de création**

**Ecques-Echanges** (2014) 145 rue de Coubron 62129 **ECQUES** (entre Saint Omer et Aire-sur-la-Lys) \* **Cop'Ecques** courriel [ecques.echanges@gmail.com](mailto:ecques.echanges@gmail.com) site <http://ecques-echanges.pagesperso-orange.fr>

**Graines de SEL** (2016) 62170 **MONTREUIL SEL en démarrage** contact Emmanuelle 06 68 51 60 49 [rochesemmanuelle@yahoo.fr](mailto:rochesemmanuelle@yahoo.fr)

**SEL de l'Aa** (2015) 62570 **HELFAUT** (Saint Omer) \* **Boutons d'or** contact : Claudine 06 69 12 85 95, Bernard 03 21 98 03 57 courriel [seldelaa@free.fr](mailto:seldelaa@free.fr) site <http://seldelaa.hol.es/>

**SEL d'Opale** (2017) 62200 **BOULOGNE-sur-Mer** \* **Ecumes** contact : [seldopale@gmail.com](mailto:seldopale@gmail.com) Réunion tous les premiers samedi du mois 10h30 12h

**SEL du Brédénarde** (2012) 62 370 **Sainte MARIE-KERQUE** (Audruicq) \* **Cossettes** courriel : [seldubredenarde@laposte.net](mailto:seldubredenarde@laposte.net) et [mjscailleux@live.fr](mailto:mjscailleux@live.fr) site : <http://seldubredenarde.fr/> Permanences : 2ème lundi du mois 19h30 à 20h00, salle Arthur Queste

**SEL'idée** (2011) 8 rue Diderot 62940 **HAILLICOURT** (Béthune) \* **Bulles** contact : Alix 03 59 41 20 56 courriel : [selidee62@gmail.com](mailto:selidee62@gmail.com) [selidéalix.neuville@wanadoo.fr](mailto:selidéalix.neuville@wanadoo.fr) site <http://www.selidee.fr/>

**SEL de la Lys Romane** (2013) MJEP 62330 **ISBERGUES** (Aire-sur-La-Lys) \* **Romane** contact MJEP 03 21 57 70 20 courriel [seldelysromane@gmail.com](mailto:seldelysromane@gmail.com) site <https://www.facebook.com/pages/Sel-de-la-Lys-Romane>

**SOLID'AIRE62** (2016) 62 rue J.J. Rousseau 62740 **FOUQUIERES Les Lens** \* **Zèbre** contact Marc Vandeveldé tél 06 03 11 83 47 [solid-aire62@tutanota.com](mailto:solid-aire62@tutanota.com) site <http://solidaire62.canalblog.com/> page FB <https://www.facebook.com/SOLID.AIRE.62> **Nouveau SEL**

**Tous en SEL** (2016) 62820 **LIBERCOURT** \* **grains de sel** contact Martine 06 59 03 82 95 courriel [tousensel62@gmail.com](mailto:tousensel62@gmail.com) permanences samedi 10h-12h bibliothèque Raymond Devos <https://www.facebook.com/TOUS-En-SEL> **Nouveau SEL**