

<i>Préface d'Yves Cochet</i>	6
<i>Avant-propos</i>	9
<b>INTRODUCTION - CHANGER DE VIE ET CHANGER LE MONDE</b>	<b>11</b>
QUI LISEZ-VOUS ?	12
À QUI S'ADRESSE CET OUVRAGE ?	16
<b>1. POUR EN FINIR AVEC L'EXODE RURAL</b>	<b>19</b>
VILLES, CAMPAGNES, QUELLES DÉFINITIONS ?	20
AVANT L'EXODE URBAIN, L'EXODE RURAL	22
UN SCHÉMA TRÈS INTIME	25
PRÉMICES DE NÉORURALITÉ	29
IMAGINER SA VOIE, LE CHEMIN DE L'EXODE URBAIN	30
<b>2. REGARDER LA VILLE EN FACE</b>	<b>35</b>
LA VULNÉRABILITÉ DES VILLES	36
La ville face à la crise	36
Prendre la mesure des défis	37
LES CONDITIONS MATÉRIELLES DE LA VIE URBAINE	40
Le logement, un facteur clé	40
L'alimentation et la qualité de vie	42
L'emploi, lever les blocages	43
L'enjeu des déplacements	44
Les nuisances, la ville et la santé	45
LES CONDITIONS IMMATÉRIELLES	47
Les loisirs	47
Les relations sociales	48
<b>3. L'EXODE URBAIN, LA GÉNÉRATION Y S'ENRACINE</b>	<b>55</b>
L'ASPIRATION PERSONNELLE, MOTEUR D'UN CHANGEMENT DE SOCIÉTÉ	56

<b>PENSER AUTREMENT LA QUALITÉ DE VIE</b>	<b>59</b>
L'espace	60
La notion de besoin	62
L'autonomie	65
L'entraide	67
Les relations humaines	71
Le lien à la nature	74
L'accès à la culture	76
Vie professionnelle et vie rurale	77
Déplacement et mobilité	80

## **4. REPENSER L'ANTAGONISME VILLE/CAMPAGNE** **85**

<b>UNE AUTRE RURALITÉ EST POSSIBLE</b>	<b>86</b>
<b>L'EXODE URBAIN PEUT CHANGER LES CAMPAGNES</b>	<b>87</b>
<b>LA POLITIQUE D'ÉGALITÉ DES TERRITOIRES</b>	<b>89</b>
<b>CITOYEN·NES DES CAMPAGNES</b>	<b>93</b>
La politique autrement	93
L'engagement sous toutes ses formes	94

## **5. ET VOUS, VOUS PARTEZ QUAND ?** **97**

<b>L'EXODE URBAIN, C'EST UN RETOUR EN ARRIÈRE !</b>	<b>98</b>
<b>LE RETOUR À LA TERRE ?</b>	<b>100</b>
<b>PARTIR SANS PROJET</b>	<b>101</b>
<b>ROMPRE AVEC LA VIE D'AVANT ?</b>	<b>102</b>
<b>« J'AI PEUR D'ÉCHOUER »</b>	<b>103</b>
<b>« JE NE SAIS RIEN FAIRE D'UTILE »</b>	<b>104</b>
<b>PARTIR SEUL·E OU EN COLLECTIF ?</b>	<b>104</b>
<b>LES NÉORURAUX SONT-ILS MAL VUS ?</b>	<b>106</b>
<b>EFFONDREMENT ET EXODE URBAIN, SCÉNARIO D'UN DÉPART SOUS CONTRAINTE</b>	<b>107</b>
<b>CONCLUSION</b>	<b>108</b>
<b>BIBLIOGRAPHIE</b>	<b>109</b>
<b>REMERCIEMENTS</b>	<b>110</b>