

Clé de Contact

Automne / Hiver 2018 • le journal des locataires

10

À la une

Une nouvelle organisation pour Habitat et Humanisme Ile-de-France

Depuis octobre 2018, une nouvelle organisation est en place au sein d'Habitat et Humanisme Ile-de-France. Elle permet de garantir à chaque locataire un service de qualité et une bonne relation de proximité. L'association est désormais organisée en trois Directions Territoriales :

- > Ouest (78, 92, 95)
- > Paris (75)
- > Sud / Est (77, 91, 93, 94)

Dans chaque Direction Territoriale sont présents des gestionnaires locatifs et des travailleurs sociaux, aux côtés desquels s'impliquent des bénévoles. Dans ce contexte, il est possible que vos interlocuteurs habituels aient changé. Vous avez reçu une fiche présentant vos nouveaux interlocuteurs en septembre dernier.

>> **Petit mémo pour savoir à qui vous adresser selon vos questions**

- Pour toutes questions sur votre bail : contactez votre gestionnaire locatif.
- Pour toutes questions techniques : contacter le service travaux de *Solidarité Habitat*.

>> **Si vous êtes accompagné par Habitat et Humanisme**

- Pour toutes questions sur la CAF, votre demande de relogement ou en cas de difficultés à payer votre loyer : contactez votre travailleur social.
- Pour toutes autres questions, vous pouvez aussi joindre le bénévole qui vous accompagne.

Retrouvez les coordonnées des interlocuteurs qui vous concernent en page 5 de votre Livret d'accueil du locataire.

Si vous ne l'avez pas, demandez-le à votre gestionnaire locatif.

Nous vous souhaitons de très belles fêtes et une bonne année 2019 ! ■



L'ÉQUIPE DE SOLEIL-MONT-VALÉRIEN

aux manettes de ce Clé de contact #10

Aux premiers frimas de novembre, un comité éditorial exclusivement féminin, porté par l'équipe de l'antenne SOLEIL-Mont-Valérien d'Habitat et Humanisme Ile-de-France, a réuni six locataires de Rueil-Malmaison et Saint-Cloud.

Merci à elles de nous avoir livré leurs bons plans et leurs astuces du quotidien.



le comité éditorial de ce numéro

Dans ce numéro :

P.2 Vivre ensemble / Partage des Bons Plans : équipement, habillement...



P.3 Vivre ensemble / Partage des Bons Plans : culture & loisirs



P.4 Pratique / Bien se chauffer, sans se ruiner !



habitat et humanisme
ile-de-france



Partage de « Bons Plans »

Samedi 10 novembre à Rueil-Malmaison, six locataires d'Habitat et Humanisme se sont réunies pour préparer ce Clé de Contact. « Et si on partageait les bons plans que nous avons expérimentés ? » lance Monique. Et nous voilà embarquées dans un inventaire de tous les bons plans du coin, mais pas que... Tour de table pour se meubler, s'habiller, offrir des jouets ou des livres à ses enfants, sortir, se cultiver, bénéficier de loisirs...

1. Équipement/habillement

Vous déménagez et souhaitez vous défaire d'objets ou meubles inutilisés ? Vous emménagez et voulez équiper votre logement ? Vous cherchez un vélo pour votre enfant ? Une machine à laver ou un four à bas prix ? Le réseau des **ressourceries** ou **recycleries** peut répondre à vos attentes. Les ressourceries fonctionnent selon le principe suivant : des particuliers déposent, gratuitement, des objets dont ils ne se servent plus ; la ressourcerie les répare, si besoin, puis les vend à

des prix accessibles, ou sinon les oriente vers d'autres filières de recyclage ou d'élimination. De la vaisselle, des meubles, de l'électroménager, des bibelots, des livres, des CD, des vêtements, des jouets, des vélos... Tous ces objets peuvent avoir une seconde vie ! Acheter ou donner dans ces ressourceries c'est aussi participer à une démarche écocitoyenne, soucieuse de limiter les déchets, et solidaire, car la vente des produits permet de financer des emplois pour les salariés de ces établissements.



Expression

Parole de locataires

→ Elles ont fait des affaires !

Monique recommande notamment La Ressourcerie de Nanterre où elle a pu acquérir un écran d'ordinateur pour 7 euros et une petite veste d'été pour 2 euros. Arzoo, connaît aussi le lieu, elle y a acheté un vélo pour son fils pour 50 euros. « C'est comme un magasin, les objets y sont bien présentés, les objets sont vendus à des prix très intéressants pour une seconde vie ». Kadidia et Leila, quant à elles, se rendent plus fréquemment chez Emmaus.

On y trouve de l'électroménager à bas coût, des meubles, des vêtements, des jouets... « Ma fille est restée dans le coin des jouets pendant que je faisais le tour du magasin, on est reparti avec des peluches ! ». Kadidia se rend à un centre Emmaus dans le 20^e arrondissement en transport en commun. « Et si les achats dépassent 70 euros, on peut se faire livrer à domicile, c'est très pratique ! » précise-t-elle. ■



2. Culture & Loisirs

Aller au musée, choisir des livres ou consulter des journaux à la médiathèque, sortir marcher dans un parc, aller au spectacle : autant d'activités de loisirs qui permettent aux adultes comme aux enfants de découvrir de nouveaux lieux, de s'émerveiller devant une œuvre, de prendre du plaisir à voir un beau spectacle. Parfois ces sorties semblent inaccessibles car trop coûteuses. Ces « extra » doivent être mis de côté. Cependant de nombreux lieux de culture (musées, monuments, médiathèques, salles de spectacles) offrent des accès gratuits et ont des offres culturelles pour un large public. Renseignez-vous !

S'éveiller à la culture et visiter un musée avec les enfants

• Les **musées et monuments nationaux** sont gratuits le 1^{er} dimanche du mois, à l'exception des expositions temporaires.

Ils le sont tous les jours pour les moins de 18 ans, mais aussi pour les demandeurs d'emploi. Certains musées et monuments proposent des activités spécifiques pour les enfants pour leur rendre la visite plus ludique (équipements numériques, guides tactiles, parcours...).

<https://www.parisinfo.com/visiter-a-paris/musees>

<https://www.parisinfo.com/visiter-a-paris/musees/les-musees-en-famille>

<https://www.monuments-nationaux.fr/Trouver-un-monument>

• Les **médiathèques communales** offrent un accès gratuit pour les habitants de la commune et proposent des animations, des spectacles, des ateliers, des heures de conte...

• **Cinéma** : certaines salles proposent des billets à tarifs réduits le dimanche matin à 11 h, et tous les jours pour les enfants de moins de 14 ans. ■



Heure Solidaire, Visite du Château de Versailles avec Stéphane Bern

Témoignages

« Quand on est mal, on ne pense pas à aller au musée, à sortir. Mais quand on trouve le réflexe de revivre, c'est beau de voir de belles architectures par exemple. J'ai fait un calendrier pour ma fille de 6 ans avec tous les premiers dimanches du mois où les musées sont gratuits. La première destination, c'était le musée d'Orsay. Il y avait trop de monde, nous n'avons pas pu rentrer. Mais voir l'architecture du musée, c'était un beau moment. On a de la chance d'être près de Paris, toutes ces sorties éveillent les enfants, développent leur imagination. » témoigne Leila qui se réjouit déjà de sa prochaine sortie au Musée de l'Homme. Monique, elle, souhaite faire connaître les médiathèques. Avec sa fille, elle se rend le dimanche après-midi à la médiathèque de sa commune. « Ce n'est pas qu'une bibliothèque, c'est un vrai lieu culturel où sont organisés des expositions, des conférences, des ateliers pour les enfants, des projections de films, des Heures du conte ». L'accès est gratuit pour les habitants de la commune. C'est aussi un lieu de rencontres, elle y croise des parents, sa fille y retrouve des amis du collège.

Livres

Eloïse (12 ans), nous partage trois coups de cœur, découverts à la médiathèque :

« Les carnets de Cerise », BD, 5 tomes : Très belles illustrations. Histoire d'une petite fille qui fait des enquêtes avec ses deux amis.

« Harry Potter » : Un livre que j'ai beaucoup aimé. J'adore tout ce qui est magie et sorcellerie.

« Les filles de la pluie » : Dans un monde où le soleil n'existe plus, l'espoir a-t-il vraiment disparu ? Ces derniers temps, Malika rêve du soleil. Pourtant, elle ne l'a jamais vu... »



Heure solidaire. Atelier créatif avec Isabelle Carré.



Bien se chauffer, sans se ruiner !

Découvrez quelques habitudes à adopter pour maîtriser votre consommation d'énergie (que vous soyez chauffé par chauffage collectif, fourni par le réseau urbain ou le gaz de ville, ou par chauffage individuel, électrique ou au gaz).

1. La bonne température à adopter = 19°C

Les pièces à vivre sont celles qui nécessitent le chauffage le plus long et le plus important, la température ne doit cependant pas excéder 19°C/ 20°C. Couvrez-vous davantage avant de monter le chauffage.

Une salle de bain n'a pas besoin d'être chauffée toute la journée, mais pour un temps précis (plutôt la nuit, pour qu'il y fasse bon le matin).

La température des chambres ne doit pas excéder 17°C, surtout la nuit.

Pour conserver la chaleur chez vous, veillez :

- à limiter les courants d'air et le contact avec les surfaces froides
- à baisser la température en journée, lorsque le foyer est vide.

Attention : si vous vous absentez plus d'une semaine : éteignez le chauffage !

2. Installer un thermomètre

dans une pièce de vie permet de contrôler la température et d'agir sur votre consommation.

Certains radiateurs électriques disposent d'un système de programmation.

3. Favoriser le bon fonctionnement des radiateurs

avant chaque remise en route du chauffage, pensez à bien dépoussiérer vos radiateurs. Éviter de placer des meubles devant pour favoriser la diffusion de la chaleur.

4. Faire entretenir sa chaudière (individuel au gaz)

La visite d'entretien est une obligation annuelle. Elle est à la charge de l'occupant.

5. Aérer son logement, même en hiver, environ 10 minutes par jour en réduisant le chauffage au minimum.



Le saviez-vous ?

>> Laissez rentrer le soleil, 1^{ère} source de chaleur !!!!

Ouvrir rideaux et les volets, quand il fait beau et même en hiver, permet de bénéficier d'une source de chauffage gratuite.

>> Le chèque énergie

est accordé aux ménages les plus modestes pour les aider à satisfaire leurs besoins énergétiques. Il est attribué automatiquement par l'administration fiscale et remplace depuis janvier 2018 les tarifs sociaux de l'électricité et du gaz.

>> En cas de panne

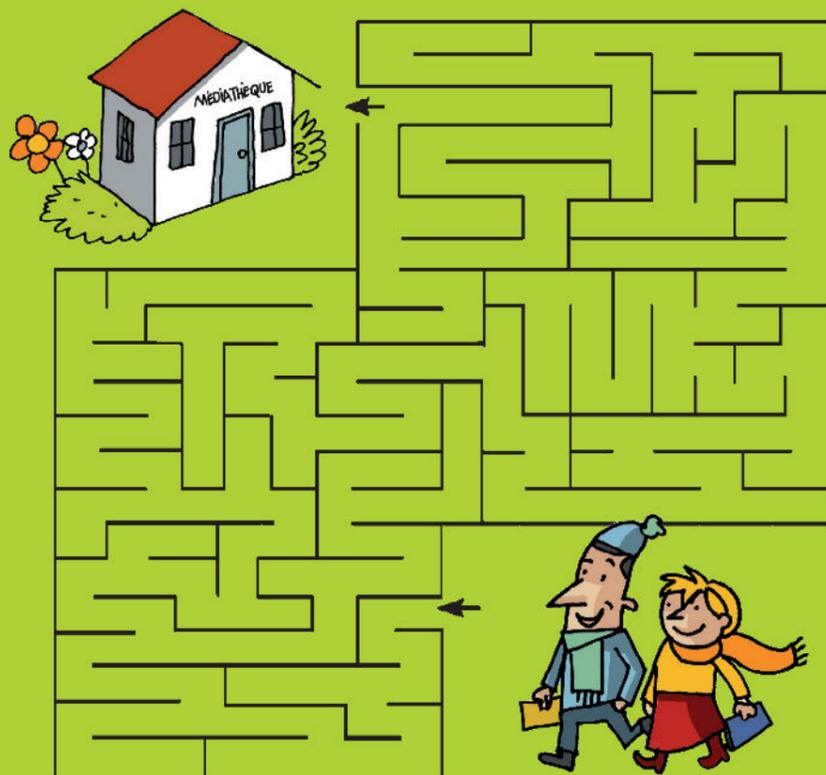
Que votre chauffage soit collectif ou individuel, contacter le service travaux de Solidarité Habitat.

01 40 19 44 50 ou 06 81 55 91 68
f.clerc-renaud@habitat-humanisme.org

Vous voulez participer au numéro suivant de « Clé de contact » ?
Vous avez un message, un témoignage à partager, contactez Morgan au 01 40 19 15 20 ou par mail à m.goubill@habitat-humanisme.org

Le coin des enfants

Aide nos personnages à retrouver le chemin de la médiathèque pour rapporter leurs livres !



Clé de Contact

Ont participé à ce numéro :

- Elizabeth Cordier, Morgan Goubill, Kadidia Dibassy, Segolène Massiot, Monique Freund, Arzoo Farzi, Monique Kouamé, Leila Fadli
- Photos : © Christophe Pouget, DR
- Création / Réalisation : Joel Alessandra - www.joel-alessandra.com
- Impression : Gutenberg Imprimerie

habitat et humanisme
ile-de-france

6, avenue du Professeur André Lemierre • 75 020 Paris

Tél : 01 40 19 15 15

ile-de-france@habitat-humanisme.org

www.habitat-humanisme.org

f Habitat et Humanisme Ile de France

t @HabitatetHumani