



## BÉNÉVOLES : POURQUOI ?

### Philippe

Le bénévolat, il y a là pour moi une évidence. C'est une histoire ancienne.

Lorsque j'étais adolescent, je suis parti en vacances avec l'Aviso. Ce camp, animé en son temps par un Père Jésuite, avait pour objectif, entre autres, de former des jeunes qui envisageaient de s'engager, ou qui en avaient la volonté. Des vacances à Hendaye, dans un camp rustique, des sorties à vélo, des randonnées. C'était assez rude, très physique, formateur.

L'enseignement ou plutôt la formation portait sur l'animation ou la direction d'un groupe, la prise de responsabilités, le comportement en réunion, la prise de parole en public.

Je disposais d'un début d'expérience dans le bénévolat avant d'intégrer l'Association (Foyer Nazareth / actions diverses). Je souhaitais continuer. Ce n'est donc pas l'approche de la retraite qui m'a conduit vers Habitat et Humanisme Limousin.

### Julie, Justine et Pauline (de gauche à droite)

Nous sommes trois étudiantes en deuxième année BTS Économie Sociale et Familiale au lycée Suzanne Valadon. Dans ce cadre, il nous a été proposé de faire du bénévolat dans différentes structures. Après avoir étudié les possibilités offertes, nous avons choisi de nous engager à la Maison Relais "les Clarisses". Faire du bénévolat nous permet de découvrir la réalité du terrain, de connaître de nouvelles structures et de nous insérer dans une démarche professionnelle. Cette expérience enrichissante nous permet de lier la théorie à la pratique, ce dont nous ne bénéficions pas assez dans nos études. De plus, nous apprécions le contact avec les bénéficiaires mais aussi avec l'équipe de bénévoles.



## BÉNÉVOLES : POURQUOI PAS VOUS ?

### Videz vos armoires !!!

La recette des brocantes que nous organisons sert au financement d'activités pour les résidents de la Maison Relais.

**Nous manquons d'objets pour la prochaine qui aura lieu le dimanche 10 juin 2018.**

**Nous avons besoin de vous et de vos dons** que vous pouvez déposer dès maintenant à notre siège, 15 rue Haute Cité à Limoges. **Merci d'avance.**

## COMMENT NOUS AIDER ?

**1- Le bénévolat :** de nombreuses missions sont possibles : accompagnement, habitat, développement, communication, informatique, ressources humaines...

**2- Le don :** Habitat et Humanisme étant reconnue d'utilité publique, vos dons ouvrent droit à une réduction d'impôt fonction des règles en vigueur.

**3- La gestion de logements :** propriétaire de bien à louer, confiez le à Habitat et Humanisme, vous bénéficierez de la tranquillité de gestion.

**4- L'épargne solidaire :** en souscrivant à des produits d'épargne solidaire, vous pouvez faire don à Habitat et Humanisme d'une partie des intérêts de votre placement.

**5- L'investissement solidaire :** en devenant actionnaire de la Foncière d'Habitat et Humanisme, vous permettez d'accroître le parc de logements à destination des familles en difficulté, tout en bénéficiant des déductions fiscales en vigueur.

**POUR EN SAVOIR PLUS, CONTACTEZ NOUS !**  
par téléphone : 05 55 32 21 98  
par mail : [limousin@habitat-humanisme.org](mailto:limousin@habitat-humanisme.org)

## La mission d'Habitat Humanisme Limousin

Permettre à des personnes seules ou à des familles en situation précaire ou en grande difficulté de **disposer d'un logement** dans un milieu équilibré à un coût raisonnable et de **bénéficier d'un accompagnement de proximité** pour les aider dans leur insertion

Deux dispositifs mis en œuvre :

- **la Maison Relais** « les Clarisses » offre au centre de Limoges 20 logements organisés autour d'un espace de vie commun et des ateliers d'activités (cuisine, couture, jardinage, sorties culturelles, relaxation, écriture...)

- **le logement en « diffus »** en cœur de ville, soit dans des appartements appartenant à des propriétaires solidaires, soit dans une résidence réhabilitée par la Foncière d'Habitat et Humanisme.

## Quelques chiffres :

- Création de l'association en 2002
- Ouverture de la Maison-Relais en 2007
- Ouverture de la Résidence Pierre Larousse en 2016
- Plus de 150 familles logées et accompagnées depuis l'origine
- 40 bénévoles et 3 salariées
- 15 propriétaires solidaires

Habitat et Humanisme Limousin  
15 rue Haute Cité - 87000 Limoges  
05 55 32 21 98 [limousin@habitat-humanisme.org](mailto:limousin@habitat-humanisme.org)  
[www.habitat-humanisme.org](http://www.habitat-humanisme.org)



La lettre d'Info  
Habitat et Humanisme  
Limousin



Janvier 2018

## La Maison Relais fête ses 10 ans !

2007-2017, 10 ans déjà !!...au cours desquels 98 personnes ont été accueillies sur ce lieu de vie. Des parcours différents, des rencontres, de belles histoires, des fous rires et des pleurs, des temps forts (voyages, brocantes...) voilà le quotidien de cette maison. Certains résidents sont là depuis l'ouverture, d'autres sont repartis vers du logement autonome ou vers des structures plus adaptées. Résidents, occupants, bénévoles, salariées et anciens stagiaires ont fêté cet anniversaire le 29 septembre au



cours d'une soirée conviviale, détendue...et même ensoleillée !

## Témoignage de Solange, 58 ans, résidente à la Maison Relais depuis son ouverture

« Après une longue période d'hospitalisation, je suis arrivée à la Maison Relais le 2 Janvier 2008. J'ai pu choisir mon logement et mon frère m'a fait la surprise de l'aménager. Ce fut mon premier appartement autonome, il m'a fallu un mois pour m'adapter mais je me souviens avoir été très bien accueillie.

Cette Maison que je qualifierai de Maison du Bonheur m'apporte du soutien, du réconfort et de la sécurité.(...)

J'ai participé à différents ateliers : peinture sur porcelaine, atelier cuisine, atelier chant mais aujourd'hui je fais surtout des repas à la Maison Relais. Lors de mon dernier repas j'ai été félicitée et cela m'a fait chaud au cœur. Ces temps permettent l'échange, la chaleur et l'occupation. Les bénévoles et les sœurs m'apportent de la compagnie, du soutien et la présence des salariées est indispensable; elles nous aident à surmonter nos problèmes.

Le fait d'avoir pu rester autant de temps sur cette Maison m'a permis de me reconstruire, je n'aurais pas pu vivre seule dans un logement. Aujourd'hui mon projet est de quitter la Maison Relais pour aller au Foyer Logement des Casseaux.

Je me souviendrai longtemps de la venue de Bernard Devert, le 14 septembre 2017, il m'a fait l'honneur de s'asseoir à côté de moi, nous avons pu avoir de beaux échanges. »



**20 janvier 2018 :**  
Marche et galette des rois  
**29 mai 2018 :**  
AG d'Habitat et Humanisme Limousin  
**10 juin 2018 :** Brocante

## L'EDITO

Depuis l'origine, la place des bénévoles est prépondérante au sein du Mouvement et fait partie intégrante de son projet. La gouvernance du Mouvement est entièrement bénévole au niveau national et local.

Comme dans toutes les associations, Habitat et Humanisme Limousin propose des engagements porteurs de sens, qui répondent d'une part à un idéal de don de soi et d'autre part aux motivations et compétences de chacun.

Tous, sans exception, nous sommes peu ou prou réfugiés dans notre petit monde confortable, prisonniers de nos peurs et emmurés dans nos certitudes et nos préjugés, ...et puis les problèmes sont tellement immenses que nous pensons que nous ne pouvons rien faire !

Et pourtant ! le cœur a besoin de mains, de beaucoup de mains, parce que, si seuls nous ne pouvons pas grand-chose, ensemble nous pouvons, chacun à notre petite place, contribuer à bâtir un monde un peu plus fraternel.

**Devenir bénévole à HH Limousin**, c'est décider de donner de son temps pour aller vers l'autre, c'est accepter d'être bousculé par lui dans ses certitudes, considérer la différence comme une chance et un enrichissement, c'est accueillir la fragilité de l'autre et changer son regard, c'est accepter d'être soi-même transformé par la rencontre avec l'autre.

**Devenir bénévole à HH Limousin**, c'est vivre des moments d'entraide, de partage et d'enrichissement mutuel.

Toutes les bonnes volontés sont les bienvenues à Habitat et Humanisme Limousin, nous avons besoin de compétences très diverses. Nous veillons à confier à chaque nouveau bénévole une mission en adéquation avec ses aspirations, à lui faciliter son intégration au sein de l'équipe et à lui proposer des formations.

**Rejoignez-nous ! les plus fragiles ont tant besoin de VOUS !**

Jean-Marc Laroudie  
Président Habitat et Humanisme Limousin

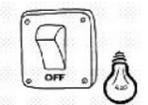
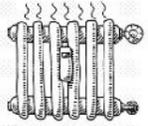


Document imprimé par l'entreprise citoyenne  
Crédit Agricole du Centre Ouest

# LA COMMISSION ÉNERGIE

Animée par deux bénévoles, Philippe et Thomas, la Commission Energie a pour objectifs d'aider les familles à maîtriser leurs consommations, de proposer des travaux aux propriétaires, d'apprécier les dépenses en énergie des différents logements. Concrètement la visite de mise en place réunit la famille et le bénévole accompagnant, ainsi que Philippe ou Thomas. Cette visite est l'occasion d'un échange et d'une sensibilisation aux « bons usages » rappelés dans le tableau ci-dessous. En fin d'hiver les bilans des consommations seront récupérés et exploités pour informer les locataires, et sensibiliser les propriétaires sur des actions d'amélioration.

Ayez les bons réflexes pour une meilleure maîtrise des dépenses d'eau, d'électricité et/ou gaz et pour avoir un air sain.

<h3>CHAMBRE</h3> <p> <b>Aérer chaque pièce 5 minutes par jour</b> (en coupant le chauffage). Profiter de la lumière naturelle.</p> <p> <b>Eteindre la lumière</b> dans les pièces inoccupées.</p> <p> <b>Ne rien poser sur le radiateur</b> Pas de rideau au-dessus, pas de meuble devant. Fermer portes et fenêtres quand le chauffage est allumé</p> <p> <b>TEMPERATURE IDEALE: 17°C</b></p>	<h3>SALLE DE BAINS</h3> <p> <b>Prendre des douches</b> plutôt que des bains. 1 bain=3 douches. Couper l'eau pour se savonner. Douche = 6 mn dont 4 mn débit d'eau.</p> <p> <b>Attention les fuites d'eau</b> coûtent cher !!! Perte : Robinet = 50L/j, Chasse=500L/j !!!</p> <p> Le débit d'un robinet est de 12 litres par minute (ne pas laisser couler l'eau en continu lors du brossage de dents, rasage)</p> <p> <b>Préférer les lavages à basse température.</b> Une machine à 90° = 3 machines à 30°. Lancer vos machines tambour plein, pendant les heures creuses. <b>Nettoyer régulièrement le filtre.</b></p>
<h3>CUISINE</h3> <p> <b>Mettre un couvercle sur la casserole</b></p> <p> Pour les plaques électriques: éteindre 10 minutes avant la fin de la cuisson</p> <p> <b>Ne pas boucher les grilles d'aération</b>, au contraire nettoyer les !</p> <p> <b>Frigo:</b> Loin des sources de chaleur, l'installer à 5 cm du mur. Dépoussiérer la grille à l'arrière. Ne pas laisser la porte ouverte trop longtemps. Dégivrer régulièrement. (&lt;6 mois)</p>	<h3>SALON</h3> <p><b>Eteindre les appareils</b> plutôt que de les laisser en veille. (TV, ordinateur, chargeur, box internet,...)</p> <p><b>Brancher sur une même multiprise</b> ces appareils pour facilement les éteindre</p> <p> <b>Fermer les portes des pièces non chauffées !</b></p> <p><b>S'habiller plus chaudement à la maison</b>, et baisser la température d'1 degré, c'est faire des économies</p> <p> <b>Baisser les radiateurs</b> en sortant de chez vous !</p> <p> <b>Fermer les volets et les rideaux</b> la nuit</p> <p> <b>TEMPERATURE IDEALE: 19°C</b></p>

**LIRE son compteur et SUIVRE sa consommation** est une bonne façon de bien maîtriser ses dépenses en énergie

QUI SUIS-JE et OÙ SUIS-JE SITUÉ?

Je compte les litres d'eau utilisés pour laver, cuisiner et faire fonctionner la chasse-d'eau des toilettes. J'indique la consommation d'eau en m3 (1m3=1000 litres d'eau).



Le compteur GAZ indique la consommation en m3 (1m3=environ 11kWh)  
Le compteur Electrique indique la consommation en kWh.

ET NOUS ???



## HOMMAGE À JEAN-LOUIS ET ANDRÉ

Jean-Louis Gilbert et André Caillaud nous ont quittés.

Jean-Louis a été bénévole à HH Limousin; membre du bureau, il travaillait au côté de Claude Gay-Bellile et de Charlotte Dussoulier en trésorerie-comptabilité. Très discret, Jean-Louis aimait travailler dans l'ombre. D'une qualité inestimable, il a beaucoup apporté à notre association.

Dès son "entrée" en retraite, André nous a rejoints... activement bien sûr comme il savait le faire. Il avait accepté le rôle de "Réfèrent" de notre Maison Relais, rôle qu'il a assumé avec efficacité.

Merci, Jean-Louis et André, d'avoir mis vos qualités et votre expérience au service de notre association.

François de la Malène, ancien Président HH Limousin

Il est des rencontres que l'on n'oublie pas.

André fait partie de ces rencontres.

Je me souviens de nos longs échanges sur la relation d'aide et sur le sens de nos actions, des conseils qu'il a su me prodiguer pour me permettre d'avancer, sans cesse il valorisait notre travail.

Je retiendrai son encouragement au quotidien ainsi que ses fous rires avec les résidents.

Il a partagé beaucoup de temps forts : le voyage en Italie, le Futuroscope, les brocantes, les « tous à table » (...).

Des personnes en situation de fragilité, il ne retenait que le meilleur.

Aurélien Fourgnaud, responsable de la Maison Relais

## Voyage à Albiez le Jeune, un lieu enchanteur



Départ de Limoges, le lundi 11 septembre, vers 8h.

Marie-Thérèse, Christophe, Lionel, Michel et moi-même comme accompagnateur, avons le plaisir d'être invités par Sophie, ancienne bénévole, à Albiez le Jeune, lieu splendide situé en Savoie à 1300 m d'altitude, avec une vue exceptionnelle sur les aiguilles d'Arves.

Notre hôtesse nous attendait au bord de la route pour nous accueillir et nous faire découvrir la ferme savoyarde qu'elle a magnifiquement restaurée avec son mari.

## Inauguration du Dispensaire Saint Martial et visite de notre Président Bernard Devert

Le 14 septembre dernier, nous avons eu le grand plaisir d'accueillir en nos locaux Bernard Devert, Président fondateur d'Habitat et Humanisme.



Bernard Devert était présent en nos murs à l'occasion de l'inauguration du dispensaire St Martial, initié par la délégation départementale de l'Ordre de Malte et réalisé en association avec la Conférence St Vincent de Paul et le Médico Lions de Limoges. Cette structure, la première en France animée par des praticiens entièrement bénévoles, a pour objectif d'offrir aux plus démunis des soins dentaires, ophtalmologiques et dermatologiques.

Dans le cadre du dispensaire St Martial, Habitat et Humanisme Limousin et l'Ordre de Malte ont signé une convention de partenariat fondée sur un principe fondamental selon lequel l'habitat et la santé sont les éléments indispensables pour permettre aux êtres humains de retrouver dignité et sens de la vie. Dès lors HH Limousin pourra orienter vers le dispensaire toute personne logée par son intermédiaire. De la même façon, le Dispensaire se fera le relais des services offerts par HH Limousin auprès de toute personne ayant un problème d'accès au logement.

Un déjeuner préparé par les pensionnaires de la Maison Relais des Clarisses avec les produits du jardin cultivés avec amour par Marcel, permit à Bernard Devert d'échanger avec chacune des personnes présentes dans une ambiance fraternelle et chaleureuse.

Nathalie Bourion

Le séjour est passé très rapidement, partagé entre cuisine, jeux, lectures, repos quand le temps ne nous permettait pas de sortir : balades dans les environs, visites d'une fromagerie et du musée Opinel de Saint Jean de Maurienne. Aussi, lorsqu'il nous fallut refaire nos valises quatre jours plus tard, nous étions tous un peu nostalgiques de quitter Albiez le Jeune et surtout Sophie dont l'entraide, la gentillesse et la disponibilité avaient fait de ce séjour une parenthèse heureuse pour tous.

Sur le chemin du retour, nous nous sommes arrêtés à Lyon pour déjeuner avec Sœur Lionelle, ancienne référente de la Maison Relais. Une heure d'arrêt était prévue, nous y sommes restés trois heures ! C'est dire combien Sœur Lionelle était heureuse d'avoir de nos nouvelles et de nous faire visiter son nouveau lieu de vie. Un plaisir bien réciproque !

Retour à Limoges, le vendredi 15 septembre, vers 18h 30.

Christian Munier