



ÉCONOMIE SOCIALE ET  
SOLIDAIRE

# C' POUR NOUS

Le journal écrit par et pour les locataires seniors de Haute-Savoie HABITAT | NOVEMBRE 2020 N°1

“

Chers locataires,

Au mois de mai dernier, nous avons invité tous nos locataires référents âgés de 60 ans et plus à nous rejoindre dans la construction et la mise en œuvre d'un nouveau projet : un **journal écrit par et pour les locataires seniors** de notre organisme. Une poignée d'entre eux ont répondu favorablement à notre invitation et se sont investis pour nous aider à donner vie au premier numéro de ce journal semestriel que nous avons baptisé : **C' POUR NOUS**.

Ce projet a vu le jour dans le cadre de notre démarche engagée en **Economie Sociale et Solidaire** et vise non seulement à vous donner une information ciblée, susceptible de vous intéresser, mais aussi et surtout de vous rapprocher les uns des autres en créant du lien, même si la distanciation sociale a été de rigueur des mois durant au cours de l'année écoulée. Pour ce faire, l'**équipe de rédaction** –composée pour l'essentiel de **locataires référents**– est allée et ira sur le terrain à la rencontre de celles et ceux, habitants et associations, qui ont des **sujets à développer**, des **événements à annoncer** ou à relater, des **parcours à partager** ou bien encore des **spécialités culinaires** à vous faire découvrir !

Vous l'avez compris, **ce mini journal est le vôtre**. Alors, si l'envie de devenir « reporter » d'un jour ou plus vous prend, n'hésitez pas, faites-le nous savoir ! L'équipe de rédaction vous accueillera à bras ouverts ! De même, si vous avez des idées d'articles et/ou de rubriques, envoyez-nous un mail [seniors@oph74.fr](mailto:seniors@oph74.fr).

”

## EDITO

Pierre-Yves ANTRAS  
Directeur général de Haute-Savoie HABITAT

## SOMMAIRE

C À SAVOIR

Page 1

C À SAVOIR

Page 2

C À DÉCOUVRIR

Page 2

C PARTENAIRES

Page 3

C À DÉGUSTER

Page 4

## PRIVI'LOC : LE CLUB DES LOCATAIRES PRIVILÉGIÉS

Le *Club Privi'Loc* vise à créer une « communauté des locataires de Haute-Savoie HABITAT » au sein de laquelle l'**investissement actif des locataires** dans la vie de l'immeuble ou de la résidence **est valorisé**.

Le dispositif est organisé selon un système de crédit de **points attribués** en valorisation des comportements actifs mais aussi grâce à l'automatisation du paiement de votre loyer ou en recevant vos factures de façon dématérialisées par exemple. Les **points cumulés** peuvent être utilisés pour bénéficier gratuitement ou à moindre coût de **prestations** proposées par notre organisme.

De plus, l'adhésion au Club donne accès à des **avantages commerciaux** négociés auprès de vos commerces de proximité.

Vous pouvez adhérer au *Club Privi'Loc* à tout moment :

- Depuis **myAPPILOC** (site web ou application mobile)
- En nous renvoyant un **formulaire d'adhésion** (disponible sur notre site web) par mail ([contact@oph74.fr](mailto:contact@oph74.fr)) ou par courrier dans l'un de nos points d'accueil
- Depuis l'une de nos **conciergeries** de quartier.



## C' À SAVOIR

## UNE TONDEUSE A GAZON 100% ECOLO !!

**C' À SAVOIR**

Il y a 4 ans, la Responsable du site des « Creusettes » (232 logements) à Meythet, a eu la bonne idée d'introduire des moutons et des chèvres parqués dans une pelouse d'une centaine de mètres carrés.

Cet éco-pâturage a permis de réduire de manière importante la surface des pelouses à tondre tout en favorisant l'ambiance au sein du quartier.

Pascal FAILER, notre berger, vient deux fois par semaine remplir d'eau le bassin et veiller sur ses chers ruminants !

Alexandra BEAUJARD, responsable de « l'atelier des Princes », anime, certains mercredis après-midi, des ateliers pour les enfants du quartier âgés entre 4 et 15 ans. Une trentaine d'entre eux sont déjà venus accompagnés de leurs parents et ont participé à de petites animations telles que des ateliers dessin, peinture, confection d'objets naturels, couronnes de Noël, jeux ...

Ces animations ont permis de rassembler plusieurs familles des « Creusettes » ; familles qui apprennent ainsi à mieux vivre ensemble, malgré leurs origines différentes.

L'automne prochain marquera le départ des moutons pour leur transhumance jusqu'au printemps prochain. Merci à toute l'équipe d'encadrement pour cette belle initiative.

*Georges BURST - locataire sénior à Annecy*



## LES JARDINS SECRETS (VAUX)

Situés entre Annecy et Rumilly, Les Jardins Secrets vous accueillent de début juillet à fin octobre. La route est bien indiquée et vous avez un parking pour les bus et les voitures. L'entrée pour un adulte est de 8,50 €.

Le guide vous explique que l'endroit a été entièrement créé par une famille. Le couple (monsieur est d'origine Tunisienne et madame d'origine Algérienne) est arrivé à Vaux il y a 50 ans pour acheter un corps de ferme qu'il a entièrement rénové, pièce par pièce. Au fil des années, leur 3 filles les ont aidés pour sans cesse améliorer l'existant.

En visitant Les Jardins Secrets vous découvrirez des chambres très différentes et chaleureuses.

Tout ce qui est en bois est fait par monsieur. Sa femme est une vraie artiste qui dessine aussi bien sur le bois que sur de la porcelaine faite maison.

Vous verrez une galerie de portes magnifiques entourées de différents jardins.

Les fleurs embaument et sont très différentes. Chaque fontaine est nommée avec le prénom d'un de leurs petits-enfants. Vous irez de découvertes en découvertes avec des salons en bois très chaleureux et imprégnés de la culture des propriétaires.

Une surprise vous attendra au centre de la maison où vous pourrez vous rafraîchir en présence d'Alain qui vous fera du thé

## C' À DÉCOUVRIR

à la menthe et des beignets sublimes.

A la sortie, vous passerez par une petite boutique d'objets divers où vous trouverez des objets tels que des cartes postales, des bougies et des petits sachets odorant qui vous rappelleront votre visite...

En espérant que mes explications vous donneront l'envie d'aller visiter ce lieu magique.

*Marie STABLEAUX - locataire sénior à Rumilly*



REGAARS, acronyme de RÉseau de GÉrontologie Annemasse aggro ARve Salève, est une association dite « loi 1901 » dont la déclaration à la sous-préfecture de Saint-Julien en Genevois remonte au 26 janvier 2002.



Conformément aux domaines et préoccupations qui l'animent, un collectif d'animation d'aide aux aidants a été créé dès février 2006.

Il réunit :

- L'association France Alzheimer Haute-Savoie (<https://www.francealzheimer.org/hautesavoie>),
- Des aidants familiaux,
- Les Institutions de Retraite Complémentaires,
- Les CCAS (Centres Communaux d'Action Sociale),
- Les Professionnels,
- Le Pôle gérontologique du Genevois du Conseil Départemental,
- Les Services d'aide et de soins à domicile,
- REGAARS.

**Ce collectif s'adresse aux proches** (famille, amis, voisins) **des personnes âgées dépendantes**. Ces proches peuvent être seuls à l'accompagner ou être aidés par des professionnels. L'aide prodiguée peut l'être de façon permanente ou non et prendre diverses formes : soins d'accompagnement, démarches administratives, vigilance/veille, soutien psychologique, communication, activités domestiques...

Il s'agit de permettre aux aidants non professionnels d'obtenir des informations sur les soins utiles et les aides disponibles et, surtout, d'échanger autour de leurs expériences communes souvent difficiles.

Pour ce faire, des lieux de rencontres et d'échanges ont été mis en place :

- Des rencontres « **Paroles d'aidants** » sont organisées le samedi en matinée ou en soirée, trois fois dans l'année.
- Un café « **Mémoire-café des aidants** », le 3<sup>ème</sup> mardi de chaque mois de 14h à 16h, au « Business Café » à Annemasse – 20, rue Marc Courriard.

L'association REGAARS intervient sur les secteurs suivants du département de la Haute-Savoie :

- Le Canton d'Annemasse : Ambilly - Annemasse / Ville-la-Grand.
- Le Canton de Gaillard : Artaz-Pont-Notre-Dame – Bonne – Cranves-Sales – Étrembières – Gaillard – Juvigny – Lucinges – Machilly – Saint-Cergues – Vétraz-Monthoux.
- Le Canton de La Roche-sur-Foron : Arbusigny – La Muraz – Monnetier-Mornex – Nangy – Pers-Jussy – Reignier-Ésery – Scientrier.
- Le canton de Bonneville (1 commune) : Fillinges.

Soit 21 communes réunissant une population d'environ 90 000 habitants dont près de 16 % sont des retraités.

**Animée par des bénévoles** dévoué(e)s, majoritairement issu(e)s du domaine de la Santé, l'association REGAARS est un donc un **lieu d'accueil, d'écoute, de soutien et de conseil** pour...

Les personnes :

- Répondre aux préoccupations des personnes âgées et de leur entourage,
- Apporter toutes les informations et tous les éclairages nécessaires,
- Envisager les solutions possibles,
- Procurer les documents utiles aux demandes d'aide,
- Mettre en place des actions de prévention de la dépendance, de l'isolement,
- Informer et soutenir les aidants.

Les Institutions et les Services :

- Utiliser au mieux ce qui existe,
- Mettre les difficultés en évidence et faire des propositions en conséquence.

*Gérard BRANDELET - locataire sénior à Vétraz-Monthoux*

## CONTACT

### REGAARS

Résidence « L'Eau Vive » – 2, Place du Jumelage  
74100 ANNEMASSE

Tél. : 04 50 39 89 25 – [regard-info@orange.fr](mailto:regard-info@orange.fr) – [www.regaars.fr](http://www.regaars.fr)

Permanences :

Le mardi de 10h à 12h

Le mercredi de 14h30 à 16h30

Le vendredi de 15h à 17h





## LA FLAMMEKUECHE (AUX COURGETTES ET PESTO)

La Tarte Flambée ou Flammekueche est une recette traditionnelle des cuisines Alsacienne, Lorraine de la Moselle germanophone et de la cuisine allemande des régions adjacentes du Pays de Bade, du Platinat.

Elle est composée d'une fine abaisse de pâte composée de farine, d'eau, d'huile et de sel, puis recouverte de crème fraîche épaisse ou de fromage blanc (ou d'un mélange des deux), d'oignons en rondelles et de lardons puis cuite rapidement dans un four très chaud. Elle peut se décliner en multiples variantes dont voici une recette atypique.

### Ingrédients pour 4 personnes :

- 2 plaques de pâte à tarte flambée (on en trouve des toutes prêtes dans le commerce)
- 200 g de crème acidulée
- 2 c à soupe de pesto au basilic
- 2 gousses d'ail hachées
- 250g de courgettes coupées en fines tranches dans la longueur
- Sel et poivre
- 80g de fromage râpé
- 4 c à soupe de pignon de pin
- ½ bouquet de feuilles de basilic pour décorer

### Préparation :

- Mélanger la crème acidulée et le pesto
- Badigeonner les plaques avec la crème
- Garnir avec les courgettes et l'ail haché
- Parsemez de fromage râpé et de pignons de pin
- Enfournerez les plaques l'une après l'autre dans le four préchauffé à 220 chaleur tournante
- Cuire 8-10mn
- Sortir du four, parsemez de feuilles de basilic.



## HISTOIRE DE LA FLAMMEKUECHE

L'apparition de la tarte flambée de la région du Kochersberg, au nord de Strasbourg et de l'Alsace, aux portes de la Lorraine et de l'Allemagne, remonte à l'habitude des paysans des siècles précédents, de faire cuire leur pain dans des fours à pain au feu de bois, toutes les deux ou trois semaines. C'était alors une petite fête et, pour la marquer, la pâte qui restait après la préparation des miches était étalée et recouverte de lait caillé (sürmellich) (plus tard de fromage blanc, d'oignons et de lardons) et le tout était passé pendant quelques minutes au four. La tarte flambée était alors présentée sur une planche à découper en bois de boulanger et était découpée en rectangles. Après avoir rapidement détaché les bords un peu noircis, chacun roulait sa part et la mangeait brûlante avec les doigts. C'est d'ailleurs toujours ainsi que les Alsaciens la mangent, même au restaurant : avec les doigts.

*Monique BURST - locataire sénior à Annecy*



**VOUS SOUHAITEZ PARTICIPER A LA CONCEPTION DE CE JOURNAL ?**  
**CONTACTEZ-NOUS !**

**POUR RECEVOIR « C' POUR NOUS » PAR MAIL PLUTOT QUE PAR COURIER, ENVOYEZ-NOUS UN MAIL EN PRECISANT VOS NOM, PRENOM ET ADRESSE.**

**>> seniors@oph74.fr <<**