

## Petites histoires des marchés de Noël !



**Les quartiers en bref**  
Page 3



**NMH et vous**  
Page 7



**À vos agendas**  
Page 12



Nous vous présentons dans notre précédente édition les impacts pour le monde HLM des mesures de baisses des APL et des loyers souhaitées par le gouvernement. **Les négociations continuent entre les acteurs HLM et le gouvernement pour faire évoluer ces mesures** que nous

estimons injustes pour les bailleurs et pour les locataires.

Malgré les difficultés, nous restons et resterons aux côtés de nos locataires pour apporter et maintenir nos services et nos actions au quotidien.

**2018 sera à ce titre une année particulière de rencontres et d'échanges** entre les collaborateurs de l'office, les locataires et vos représentants associatifs.

Nous souhaitons en effet ouvrir un dialogue constructif sur notre offre de services, nos points forts, nos marges de progrès, ou encore les innovations qui pourraient répondre à vos attentes.

**Des groupes de travail vont être mis en place début 2018, et vous pourrez vous inscrire pour y participer.**

**NOUS RESTONS ET RESTERONS AUX CÔTÉS DE NOS LOCATAIRES POUR APPORTER ET MAINTENIR NOS SERVICES ET NOS ACTIONS AU QUOTIDIEN.**

D'ici là, j'espère que cette période de fin d'année sera l'occasion pour chacun d'entre vous de se retrouver en

famille, entre amis ou entre voisins pour partager un moment agréable ensemble.

Je vous souhaite de belles fêtes de fin d'année et une bonne lecture.

Alain ROBERT,  
Président de Nantes Métropole Habitat, Adjoint au Maire.



## NANTES NORD - AGENCE CARTIER

### UN DOMPTEUR ET UN CAMIONNEUR INAUGURÉS RUE DU HONDURAS !

Le 10 novembre dernier, Ador et Semor, graffeurs, ont invité les habitants de la Petite Sensive à l'inauguration de deux fresques sur les pignons du 5 et du 7 rue du Honduras. Le projet, initié en juin dernier par Pick Up Production avec le soutien de Nantes Métropole Habitat, a réuni **une quinzaine d'enfants du quartier pour une initiation**. Les deux œuvres, le Dompneur et le Camionneur sont nées

de l'imagination des deux artistes et des propositions des habitants.

« **La plaque d'immatriculation du camion est KN 44, pour quartier nord** » s'amuse le duo.

L'ensemble du projet sur [paradebaladeetdistorsion.com](http://paradebaladeetdistorsion.com)



Un drôle de camionneur rue du Honduras. À voir!  
© Sara Guilbaud.

## PORT BOYER - AGENCE BOTTIÈRE

### PARLONS PROPRETÉ !

Dans le cadre de la Semaine Européenne de Réduction des Déchets du 18 au 26 novembre 2017, **NMH a organisé une rencontre avec les locataires dans les halls autour d'un stand pour échanger sur la propreté.**

Cette action de sensibilisation intitulée « **Parlons Propreté!** » a permis de parler du jet de détritus par les fenêtres, des dépôts sauvages d'encombrants en pied d'immeuble et sur l'espace public, ou encore du bon usage des locaux ICI TRI et des colonnes enterrées.

**Plus de 100 locataires se sont prêtés au jeu. Merci pour votre mobilisation!**



## LES QUARTIERS EN BREF

### BEAULIEU - AGENCE GOUDY

#### CONCERTEUR POUR AMÉLIORER LE CADRE DE VIE

Pour améliorer le cadre de vie des habitants d'un secteur de Beaulieu (rues Gerbault et Nassivet), **l'agence Goudy a engagé une concertation avec les locataires de NMH et de la Samo concernés.**

Face aux occupations quotidiennes des porches piétonniers et du parking souterrain, NMH a réalisé un « diagnostic en marchant » avec les habitants en avril 2016.

**Le but : permettre une réappropriation par les habitants de la cour intérieure et proposer un nouveau mode de circulation pour les véhicules et les piétons.**

**Deux solutions sont ressorties lors des rencontres :** la fermeture totale du porche rue Gerbault avec création de locaux annexes et la modification de l'accès au site pour les véhicules rue Nassivet.

**Et pour la suite?**

Création d'un local ICI TRI en gestion avec la Samo, création d'un nouveau local poubelles, déplacement du local de stockage de l'agent d'entretien et la création d'un local dont l'usage reste à définir.

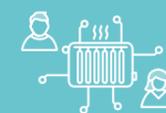
Affaire à suivre...



Ensemble pour trouver des solutions d'aménagement.

## VOS NOUVEAUX INTERLOCUTEURS POUR LE CHAUFFAGE ET L'EAU CHAUDE

**POUR LES INSTALLATIONS COLLECTIVES\***  
(depuis le 1<sup>er</sup> octobre 2017) :



#### > DALKIA

0800 809 300 / Pour les locataires des agences Jamet, Feyder et Watteau

#### > ENGIE Cofely

0805 200 299 / Pour les locataires des agences Goudy, Malakoff et Cartier

#### > IDEX Collectif

0800 082 344 / Pour les locataires de l'agence Bottière

**POUR LES INSTALLATIONS INDIVIDUELLES ET LA VMC\*\*** (depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2017) :



#### > PROXISERVE

0800 001 285 / Pour les locataires des agences Cartier et Feyder

#### > IDEX Individuels

0800 088 240 / Pour les locataires des agences Bottière, Goudy et Malakoff

#### > ISERBA

0800 088 128 / Pour les locataires des agences Jamet et Watteau

Sachez que les numéros de téléphone qui commencent par 0800 à 0805 sont entièrement gratuits. C'est l'option que NMH a imposée à ses prestataires, afin de faciliter votre démarche de réclamations.

\* Chauffage collectif et/ou eau chaude collective.

\*\* Chaudières individuelles, chauffe-bains individuels, VMC individuelles et collectives, robinetteries.





## PETITES HISTOIRES DES MARCHÉS DE NOËL

### LES ORIGINES ?

Selon certains historiens, le premier marché de Noël a eu lieu le 6 décembre en 1294 à Vienne pour la Saint Nicolas. Pour d'autres, les premières traces des marchés de Noël remontent au XIV<sup>e</sup> siècle en Allemagne.

**Un marché de Noël est un marché en plein air associé à la célébration de Noël et qui se tient dans la plupart des cas de fin novembre à fin décembre.**

Historiquement, ces marchés étaient implantés en Europe centrale et de l'Ouest

dans des pays comme l'Autriche, la Suisse et plus particulièrement l'Allemagne.

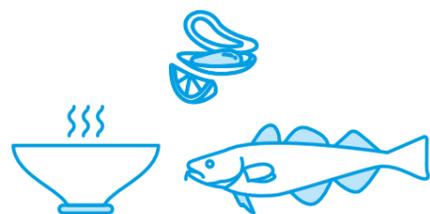
**En France, c'est d'abord dans l'Est qu'ils se sont implantés, notamment à Strasbourg, dès 1570.**



### LE PLUS PETIT MARCHÉ DE NOËL DU MONDE ?

Depuis 1990 c'est à Milmort en Belgique que se trouve le plus petit marché de Noël avec **un seul chalet!**

On y vient du monde entier les trois dernières semaines de décembre pour y déguster **des huîtres, de la joue de cabillaud et des soupes de poissons.**



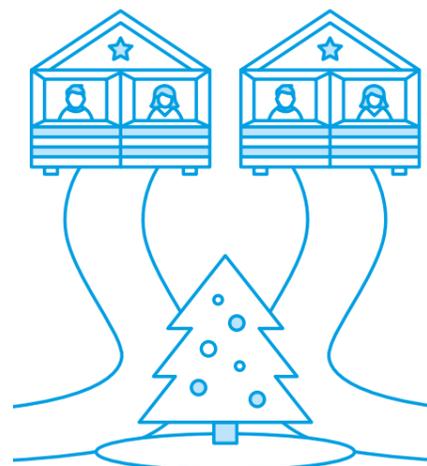
### ET LES PLUS GRANDS MARCHÉS DE NOËL ?

**C'est en Allemagne que se tiennent les plus grands marchés de Noël.**

Pour la plupart des grandes villes germaniques, il y a plus de **400 chalets**. En comparaison, à Nantes, il y en a 120 répartis sur la place Royale et la place du commerce. **C'est Cologne qui détient la palme de fréquentation avec plus de 5 millions de visiteurs chaque année.**

En France, c'est Strasbourg qui rassemble le plus de visiteurs : plus de 2 millions par an et plus de 300 chalets.

**Il en est d'ailleurs cette année à sa 447<sup>e</sup> édition!**



### ET DANS LE MONDE ?

**Les marchés de Noël ont peu à peu fleuri en Europe, et bien au-delà.**

Petit aperçu non exhaustif : Japon, Roumanie, Irlande, Taïwan, Italie, Russie, Lettonie, Danemark, Slovaquie, Angleterre, Slovénie, Cameroun, Suède, Espagne...

Que ce soit sous la neige ou au soleil, on peut croiser des enfants du monde entier dans les marchés de Noël!



### ET À NANTES ?

Lancé en 1997, le marché de Noël sur la Place Royale et la Place du Commerce **est devenu le rendez-vous incontournable des fêtes de fin d'année.** Ouvert le mois qui précède le réveillon de Noël, il est animé par des commerçants venus de la France entière.

Et comme à Nantes on ne fait pas des choses comme tout le monde, **il n'y a pas 1 mais 3 marchés de Noël**, chacun avec sa personnalité :

- 1 Places Royale et Commerce
- 2 Square Daviais
- 3 Place du Change

Articles en bois, jeux de société, alimentation traditionnelle, produits bios et équitables,



vêtements, créations locales... Il y en a pour tous les goûts et pour toutes les bourses!



**Cours Saint-Pierre, une patinoire éphémère et des pistes de luges permettent de s'évader « comme à la montagne ».**

Et cette année une nouveauté : un drôle de sapin géant, qui tourne devant la cathédrale... À découvrir!

Les illuminations (des LED uniquement pour réduire la dépense énergétique), en bleu et blanc cette année, **scintilleront dans les rues jusqu'au 8 janvier.**



## INFOS PRATIQUES

### EN FAMILLE

Patinoire et piste de luge cours Saint-Pierre jusqu'au 7 janvier

Nant'arctique revient derrière la cathédrale pour proposer aux petits et grands de folles glissades jusqu'au 7 janvier. Patinage ou descente en luge (6 couloirs de glisse sur 24 mètres!) vous attendent tous les jours de 10h à 20h.



**Tarif : 2 € la location de patins pour 2h et 2 € les 4 descentes de luge.**

**Pensez à emmener vos gants!**



### Un sapin géant place de la cathédrale

Embarquez dans une des boules du sapin géant pour un tour décoiffant.

L'attraction haute de 14 m, peut embarquer 32 personnes jusqu'au 7 janvier prochain à l'initiative de Plein centre.



### NOËL AUX NEFS

Au mois de décembre (du 22 au 31), l'ambiance de Noël s'installe sous les Nefs avec sapins, mise en lumière de la Galerie à la tombée de la nuit, guimauves, chocolats et vin chauds...

Les animations familiales sont privilégiées.

### Infos utiles et programmation :

[www.lesmachines-nantes.fr/fr/programmation/noel-aux-nefs/](http://www.lesmachines-nantes.fr/fr/programmation/noel-aux-nefs/)





## DEVENEZ PROPRIÉTAIRES !

### Logements anciens

L'Office propose des appartements à vendre dans son patrimoine. L'offre est **exclusivement réservée aux locataires pendant 2 mois**, avant que la vente ne soit ouverte à tous.



T3 À PARTIR DE **118 800** €  
T4 À PARTIR DE **130 500** €

#### DOUET GARNIER - PROCHE PARC DE PROCÉ

100 APPARTEMENTS CONSTRUITS EN 1960 ET RÉHABILITÉ EN 1987 COMPOSÉS DE T3 ET DE T4 SUR 4 ÉTAGES.

Cette résidence dispose de nombreux atouts : logements traversant avec double ou triple exposition, pièces de vie avec vue sur espace vert, séjour et chambres sur parquet, cheminée décorative, interphone, caves, fibre optique, radiateurs avec robinets thermostatiques, menuiseries PVC double vitrage, chauffage individuel au gaz, façades rénovées en 2006.

- À 3 min à pieds des lignes de Bus 54 et C6 - À 10 min à pieds du tram ligne 3.
- Aux pieds de l'école et collège publics Gaston Serpette.
- À 5 min à pieds de nombreux commerces : Boulangerie, coiffeur, presse...
- À 5 min en voiture d'une supérette rond-point de Vannes.

### TÉMOIGNAGE

#### PASSER DE LOCATAIRE À PROPRIÉTAIRE AVEC NMH, C'EST POSSIBLE !

Dominique est né au Douet Garnier, au 4<sup>e</sup> étage voici 58 ans.

« À mes 28 ans grâce à l'office, j'ai obtenu un appartement au 3<sup>e</sup> étage. Et quand on m'a laissé entendre il y a 5 ou 6 ans qu'il serait possible d'acheter son logement dans un futur proche j'étais ravi. Sauf que le groupe Douet Garnier n'était pas encore sur les tablettes. Pas mon immeuble en tout cas, mais en face c'était possible. Rageant. Jusqu'à ce que finalement NMH me propose d'acquiescer mon appartement. Une aubaine, dans un quartier comme ça, calme et tranquille. Je n'ai pas hésité une seconde! **De locataire, je suis passé à propriétaire de mon appartement : 68 m<sup>2</sup>, avec parquet dans le salon et dans ma chambre. J'ai tout ce qu'il faut à côté en termes de commerces et je suis à dix minutes du centre-ville à pied. J'ai aussi appris que quelques voisins avaient également acheté leur logement. C'est bien que vous fassiez ça, même si tout le monde ne peut pas se le permettre. Me concernant, je suis ravi !** »

### Logements neufs

Avec le dispositif de location-accession, vous pouvez devenir propriétaire d'un logement neuf avec un prix maîtrisé et un accompagnement sécurisé.



À PARTIR DE **118 000** €

DERNIÈRES OPPORTUNITÉS

#### OUCHE BURON - SAINT-JOSEPH

11 APPARTEMENTS DU T2 AU T5 - LIVRAISON DÉBUT 2019

- À proximité de la station Haluchère - Tram 1, Tram-Train, Chronobus C1.
- Dans un quartier en pleine expansion, proche des transports, des commerces et du centre commercial Paradis.



À PARTIR DE **110 000** €

#### ARMORICA - SAINT-HERBLAIN, BD CHARLES GAUTIER

27 APPARTEMENTS DU T2 AU T4 - LIVRAISON 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE 2020

- À proximité du Tram 1 et du Chronobus C3.
- Dans un nouveau quartier proche du centre commercial Atlantis.



À PARTIR DE **104 000** €

LANCEMENT DES TRAVAUX

#### LIPMANN

QUARTIER EST - BOTTIÈRE

15 APPARTEMENTS DU T2 AU T4 LIVRAISON 1<sup>ER</sup> TRIMESTRE 2019

- À proximité du Tram 1, Chronobus C7 et Bus ligne 11.
- Au cœur du quartier Bottière en pleine transformation, à 5 min du centre commercial Paradis.



À PARTIR DE **97 000** €

DERNIÈRES OPPORTUNITÉS

#### LA CANOPÉE

ÎLE DE NANTES, PRAIRIE AU DUC

39 APPARTEMENTS DU T2 AU T4 LIVRAISON 2<sup>E</sup> TRIMESTRE 2020

- À deux pas du centre-ville, de tous les services et transports (Tram 1, Chronobus C5).
- Dans un cadre de vie urbain et naturel exceptionnel au cœur du futur parc métropolitain.



À PARTIR DE **109 600** €

#### LA MÉTAIRIE

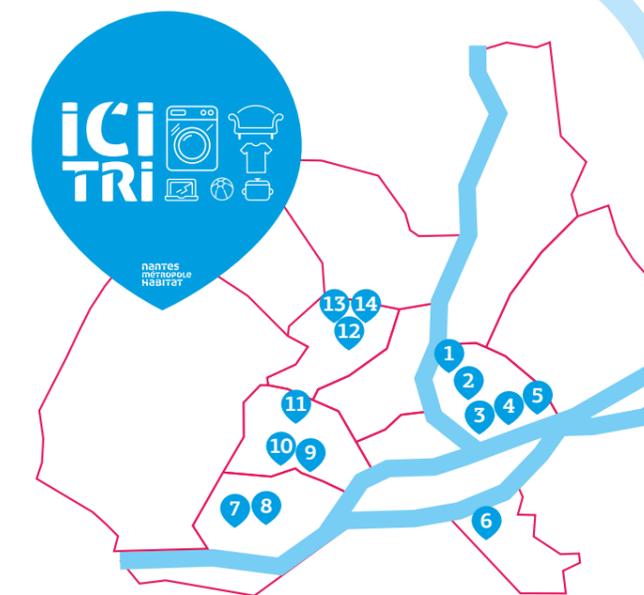
BELLEVUE, LES BOURDERIES

6 APPARTEMENTS EN PETITS COLLECTIFS DU T2 AU T3 - LIVRAISON 3<sup>E</sup> TRIMESTRE 2019

- Avec terrasses exposées plein Sud, 3 T2 et 3 T3.
- Quartier en pleine rénovation implanté au cœur d'un secteur pavillonnaire.
- À proximité du Bus ligne 11, Tram 1.

## ICI TRI À VOTRE SERVICE

Pour vous aider à trier vos encombrants et leur donner une seconde vie, NMH a ouvert des locaux de tri au cœur des quartiers à Nantes depuis aujourd'hui 4 ans.



#### Port Boyer

- 1 3, rue de Pornichet
- 2 79, rue du Port Boyer

#### Malakoff

- 3 3, rue du Luxembourg
- 4 2, rue d'Irlande
- 5 2, rue de Hongrie

#### Clos Toreau

- 6 2, rue de Biarritz

#### Bellevue

- 7 15, rue Lucien Aubert
- 8 7, rue de la Dordogne

#### Dervallières

- 9 10, rue Nicolas Poussin
- 10 14, rue Claude Lorrain

#### Breil

- 11 Rue Charles Dullin

#### Nantes Nord

- 12 1, rue André Chénier
- 13 8, rue Samuel de Champlain
- 14 3, rue de Québec

## QUELQUES CHIFFRES SUR CE SERVICE DE PROXIMITÉ



**14** LOCAUX EN SERVICE AUJOURD'HUI



**4 509** LOGEMENTS CONCERNÉS



**130** VISITES PAR AN PAR LOCAL

## FLUX COLLECTÉS CHAQUE ANNÉE SUR L'ENSEMBLE DES LOCAUX ICI TRI



**21** TONNES DE D3E (déchets d'équipements électriques et électroniques)



**7,8** TONNES DE TEXTILE



**18** TONNES DE CARTON



**118,3** M<sup>3</sup> D'ENCOMBRANTS



**21** NOUVEAUX LOCAUX SONT PRÉVUS D'ICI À 2022

## BIEN GÉRER VOS DÉCHETS APRÈS LES FÊTES !

En cette période de fêtes, les emballages, le papier cadeau, le carton... peuvent envahir vos poubelles.

Pour s'en débarrasser, vous avez plusieurs solutions :



- Utilisez le dispositif Tri'Sac :
  - Sac jaune pour les papiers, cartons, bouteilles en plastique, boîtes de conserve;
  - Sac bleu pour les déchets ménagers.



- Rendez-vous dans une déchetterie ou un éco-point le plus près de chez-vous.



- Profitez des locaux ICI TRI mis en place par NMH dans les quartiers nantais. (liste ci-dessus).

## LES ÉCO-POINTS ET DÉCHETTERIES

> **Eco-point des Dervallières**, rue Jean-Marc Nattier / 02 40 43 36 69

> **Eco-point de Viarme**, rue du Bourget / 02 51 82 31 47

> **Eco-point de Chantenay**, 42 Bd du Maréchal Alphonse Juin / 02 40 46 61 05

> **Eco-point de la Beaujoire**, 29 rue de la Gare St Joseph / 02 40 49 62 67

> **Déchetterie de Nantes**, rue Vulcain / 02 40 49 43 20

> **Déchetterie de la Chapelle-sur-Erdre**, 15 rue Ampère / 02 40 37 72 21

> **Déchetterie de Saint-Sébastien-sur-Loire**, rue des Pyramides / 02 40 03 08 33

## ET MON BEAU SAPIN ?

Plusieurs jours de collecte sont programmés pour récupérer les sapins de Noël. Les week-ends des 13 et 14, 20 et 21, 27 et 28 janvier, les Nantais pourront venir déposer leurs sapins sur 11 sites répartis dans les quartiers de la ville.

Objectif : éviter les dépôts sauvages sur les trottoirs et valoriser ces déchets verts.

Les sapins, qui devront être déposés et débarrassés de leur décor (neige artificielle, guirlandes, boules, socles...) seront ensuite broyés par le Service des espaces verts pour ensuite servir à enrichir les sols des parcs et jardins nantais.

En savoir plus : [www.nantes.fr](http://www.nantes.fr)  
**ALLONANTES :** 02 40 41 9000



## LOUER UNE SALLE MUNICIPALE : QUI, QUOI, COMMENT ?

**Anniversaire, réunion de famille, réunion d'association... Savez-vous que vous pouvez louer une des 171 salles réparties dans tous les quartiers nantais ?**

### QUI ?

Associations, particuliers, entreprises, vous pouvez louer une des nombreuses salles gérées par la Ville.

**Les gestionnaires de location vous accompagneront dans vos démarches pour le choix de votre salle, quel que soit le type d'évènement.** Sachez que l'année dernière **77% des loueurs étaient des associations** et qu'entre 2015 et 2016 la location aux particuliers (soirées festives, évènements familiaux) a augmenté de 13%! Il est donc fortement conseillé d'anticiper votre demande. **Les locations sont ouvertes jusqu'à un an à l'avance mais, plus vous attendez, plus l'offre s'amenuisera.**

### QUOI ?

Les salles peuvent accueillir de **15 à 900 personnes** et peuvent correspondre à tous les goûts tant le choix est vaste. Et il y en a pour toutes les bourses, allant de **5 € à 62 €** de l'heure selon la capacité et les équipements : espace cuisine pour 16 d'entre elles, mobilier (tables et chaises), matériel de projection, sono...

### COMMENT ?

Pour louer votre salle contactez par téléphone ou rencontrez directement un gestionnaire de location :

> Au 02 40 41 31 60 du lundi au vendredi de 13h45 à 17h30

> Au 23 rue de Strasbourg du lundi au vendredi de 9h à 12h45 et de 13h45 à 17h30.

Une fois votre choix arrêté, vous signez un contrat avec la Ville.

**Sachez qu'en tant que loueur, votre responsabilité est engagée tout au long de l'évènement.**



Enfin, selon la proximité avec les riverains, les festivités sont autorisées **jusqu'à minuit en semaine, 2h00 le week-end.**



171 salles disponibles sur tous les quartiers.

## LES SALLES NANTAISES EN CHIFFRES



**171** salles dans tous les quartiers.



**15 000** réservations par an.



De **5 à 62 €** par heure.



### Sachez-le

## RAPPELS LIÉS AU CHAUFFAGE D'APPOINT



En hiver, un certain nombre d'entre vous cherche à augmenter son confort avec un chauffage d'appoint.

Il y a le choix entre deux combustibles :

- > Le pétrole qui coûte environ 0,20 € le kW/h restitué
- > L'électricité qui coûte 0,10 € le kW/h



Sachez que le règlement intérieur indique qu'il est strictement interdit de stocker des matières inflammables dans les logements. Ainsi, seul le chauffage d'appoint à l'électricité est possible.



### LE COMBAT CONTINUE EN 2018

Depuis le mois d'octobre certains d'entre vous ont vu leur APL diminuer et cela va continuer à partir de janvier 2018. Le gouvernement actuel se trompe de cible. Ce n'est pas en tapant sur les locataires du mouvement HLM et en réduisant les aides, mais sur ceux qui font des profits sur le dos des salariés et des retraités. Donc leurs ressources familiales diminuent au fil des années. Le représentant des locataires que je suis va continuer son action au sein du Conseil d'administration de Nantes Métropole Habitat et je me battraï jusqu'à la fin de mon mandat en décembre 2018 ou vous aurez à choisir à travers votre vote de locataires vos nouveaux représentants. L'ensemble des militants et militantes et moi-même restons à votre écoute et nous vous souhaitons de joyeuses fêtes de fin d'année.

Bon Noël à tous dans la joie et nous vous souhaitons une très bonne Année 2018 à vous-même et à vos proches.

**Lucien BERTIN Administrateur Locataire et l'équipe INDECOSA-CGT 44**

#### Contact Association

Tél : 02 28 08 29 88

#### Lucien Bertin

Tél : 06 74 36 61 00



#### CLCV-Nantes

18 Bis rue Charles Perron  
44100 Nantes  
Tél : 02 40 43 42 84.



### LA CGL 44, UNE ASSOCIATION POUR VOUS ACCOMPAGNER DANS VOS PROBLÈMES IMMOBILIERS

Nous vous proposons du conseil juridique et un accompagnement personnalisé pour régler vos litiges dans le domaine de l'immobilier (caution, charges, insalubrité, etc.). Nous pouvons également vous assister dans la réalisation d'états des lieux et vous représentons en tant qu'association de locataires auprès des bailleurs sociaux de la métropole nantaise.

Nous tenons une permanence à la Manufacture des Tabacs, au 6 Place de la Manu (1<sup>er</sup> étage) du lundi au jeudi de 8h30 à 13h et de 13h30 à 17h30, et le vendredi de 8h30 à 16h30. Nous vous recommandons de prendre rendez-vous avant de vous rendre à notre local, afin de vous assurer la présence d'un juriste disponible.

En vous souhaitant de belles fêtes de fin d'année.

La CGL44

Pour tout renseignement, n'hésitez pas à nous contacter par téléphone (02 40 74 16 85) ou par mail ([udcgl44.lamanu@sfr.fr](mailto:udcgl44.lamanu@sfr.fr)), ainsi qu'à consulter notre site internet ([cgl44.fr](http://cgl44.fr)).



### DROIT À LA TRANQUILLITÉ POUR TOUS LES LOCATAIRES : UNE PRIORITÉ !

Avec la Confédération Syndicale des Familles, nous allons à la rencontre des locataires de nos quartiers, nous découvrons souvent des locataires plutôt satisfaits de leur voisinage. Oui, vivre ensemble c'est possible. Nos quartiers débordent de gestes de solidarité, d'entraide, de respect mutuel tout simplement, de jeunes et d'enfants qui grandissent ensemble. Des habitants souvent attachés à leur quartier.

Mais parfois pour les locataires, la vie en collectif devient pénible et insécurisante quand le hall d'entrée est squatté par des personnes qui ne vivent pas là, quand des trafics en tout genre s'installent, quand le bruit, le non-respect des espaces publics devient la règle, quand les tensions montent quand des locataires sont menacés, quand on n'ose plus inviter ses amis ou sa famille chez soi, quand la peur nous fait taire, ce n'est plus tolérable. Sur chaque quartier, il existe des cages d'escalier où il ne fait pas bon vivre.

Pour la CSF, ces sites ciblés doivent être une priorité pour intervenir rapidement chacun avec ses compétences (bailleur, mairie, police etc.). Bien sûr, des actions sont organisées comme la création de la Maison de la tranquillité mais visiblement ce n'est pas suffisant car ces situations durent et des locataires choisissent de partir. Ce n'est pas acceptable.

La CSF soutient les locataires car leur droit à vivre en paix dans leur immeuble est légitime. Soyons inventifs, créatifs pour rechercher des solutions. C'est là que les locataires attendent les institutions dans lesquelles ils ne doivent pas perdre confiance. Sinon c'est les extrémistes qui vont encore récolter le désarroi des locataires ?

**N'hésitez pas à contacter notre association de défense des locataires : la Confédération syndicale des familles, avec vous nous agirons pour défendre le droit à la tranquillité. Votre élue au CA de NMH Fari Salimy : 02 40 47 56 33**



## CHASSE AU GASPI DANS VOTRE CUISINE

Trucs et astuces pour acheter mieux, cuisiner plus et jeter moins...



### LE CHIFFRE

# 91 €

C'est le coût du gaspillage alimentaire par an et par personne, ce qui représente 16 kg par habitant par an.

(Chiffre issu d'une opération « familles témoins » sur Nantes pilotée par l'ADEME).



### LE SAVIEZ-VOUS ?

# 1/4

De la production mondiale de nourriture est jetée!

## ASTUCES ANTI-GASPI

> **Préparez votre liste de courses et lisez attentivement les étiquettes** des produits que vous achetez pour en connaître son origine, sa composition et ses garanties.



> **Choisissez les circuits courts comme les AMAP\*, les marchés de l'agglomération nantaise\*\*** ou ramassez directement vos fruits et légumes de saison en partenariat avec des producteurs locaux.



> **Vos légumes sont ramollis? Ne les jetez pas!** Après les avoir lavés à l'eau claire, coupez-les et laissez-les tremper dans l'eau dans un récipient au frigo jusqu'au lendemain. **Ils seront croquants!**



> Pour éviter que vos pommes de terre ne germent, **entrez-les dans un endroit sombre avec deux pommes.**



> **Ne perdez rien** : fanes, cosses et trognons peuvent être préparés en soupe.



> **Gratins, hachis** : préparez-les avec vos restes de viande ou de poisson.



> Compote avec des restes de fruits, ratatouille avec vos restes de légumes... **Tout est permis!**



> Congelez le surplus, ou compostez, **rien ne se jette, tout se transforme!**

\* AMAP : Agriculture pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne.

\*\* Les marchés nantais : <http://www.nantes.fr/marches>



En savoir plus : [www.avenir-bio.fr/amap.loire-atlantique,44,nantes.html](http://www.avenir-bio.fr/amap.loire-atlantique,44,nantes.html)

## DLC ET DLUO, KÉSACO ?

Ces deux mentions sont présentes sur les étiquettes des denrées alimentaires, mais que signifient-elles ?

> **DLC ou date limite de consommation** : « à consommer jusqu'au... »

Elle vous indique une limite impérative qui s'applique à des denrées microbiologiquement très périssables : produits laitiers, viande découpée ou hachée en barquette, charcuterie non sèche, plats cuisinés frais... Au-delà de la date indiquée, le produit ne peut être vendu, encore moins consommé car il pourrait entraîner une intoxication alimentaire.

> **DLUO ou date limite d'utilisation optimale** : « à consommer de préférence avant le... »

Elle vous informe sur le délai au-delà duquel les qualités gustatives et nutritionnelles du produit peuvent s'altérer tout en restant

consommable. Par exemple, le chocolat qui blanchit, les gâteaux secs qui ramollissent, le café qui perd de son arôme... C'est moins bon, certes, mais ce n'est pas dangereux pour la santé.



Aller plus loin :

Pour une consommation et une alimentation sans gaspi : [www.alimentation.gouv.fr](http://www.alimentation.gouv.fr)

Des infos sur la réduction de vos déchets et sur l'environnement : [www.nantesmetropole.fr](http://www.nantesmetropole.fr)

## TRUCS ET ASTUCES POUR BIEN VIVRE SON HIVER



Avec l'approche des saisons froides et le lot des rhumes et autres petits maux, il faut adapter ses habitudes.

> Choisissez vos aliments qui réchauffent.

> Soupes et boissons chaudes sont à privilégier.

> **Préférez les fruits et légumes de saison riches en vitamine C** : navet, persil, chou-fleur, brocoli, poivron rouge et vert, agrumes, kiwis, ananas.

> **Les protéines animales ou végétales augmentent la température corporelle.** Même chose pour les féculents. Sachez que consommer des épices entraîne une sensation de chaleur.

Adaptez votre garde-robe !



## 1/ DEVINETTE

Il suffit d'un oui ou d'un non pour qu'elles se séparent ?

## 2/ ÉNIGME

J'ai 2 pieds, 6 jambes, 8 bras, 2 têtes et un œil, qui suis-je ?

## 3/ CHARADE

Mon premier est le contraire de dur

Mon second est le début d'un animal qui hennit

Mon troisième n'est pas carré

Mon tout est un tout petit insecte



## À vos idées !

Cette rubrique est à vous !

Une recette, une astuce déco ou bricolage, un bon plan à partager, une idée de service...

N'hésitez pas à nous faire part de vos propositions pour alimenter cette page!



Par courrier :

Nantes Métropole Habitat,  
Direction de la communication,  
26 place Rosa Parks, BP 83618,  
44036 Nantes cedex 1



Par mail :

[communication@nmh.fr](mailto:communication@nmh.fr)

## 4/ PHOTO MYSTÈRE

Saurez-vous reconnaître ce bâtiment de NMH ?



### Solutions

1/ Les lèvres.

2/ Au père, un monstre, au mieux, un(e) menteur(euse) !

3/ Moucheron (mou-che-ron).

4/ C'est le siège de NMH place Rosa Parks à Malakoff!



## LES RECETTES DES LOCATAIRES

### LE CAKE PERDU DE VIOLETTE

#### Ingrédients

- 150 g de farine
- 1 sachet de levure
- 3 œufs
- Un peu d'huile d'olive

#### Préparation

- > Chauffez votre four à 200°.
- > Mélangez tous les ingrédients dans un saladier.
- > Ajoutez vos restes dans cette base de cake.
- > Beurrez un moule à cake et incorporez votre préparation.
- > Laissez cuire une trentaine de minutes.

Pour savoir si votre cake est cuit, plantez la lame d'un couteau.

- Un peu de lait ou de crème fraîche liquide
- 100 g de fromage ou pas!
- Sel, poivre et des épices selon vos envies
- Et tous les restes de votre frigo!

Si elle ressort sèche, c'est bon!

Vous obtiendrez ainsi un cake unique et savoureux, au doux goût de poulet au curry, de bolognaise, de poisson ou de ratatouille...

Dégustez chaud ou froid accompagné d'une salade verte.



4 PERSONNES

Préparation : 20 minutes  
Difficulté : facile  
Budget : bon marché



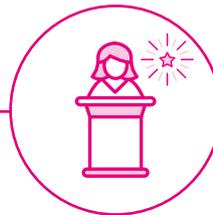
# VŒUX 2018 : CÉRÉMONIE DANS LES QUARTIERS

# 2018

Comme chaque année en janvier, Johanna Rolland, maire de Nantes, et les élus de quartier, viendront à votre rencontre lors de cérémonies des vœux toujours très attendues.



## RETENEZ BIEN LA DATE POUR VOTRE QUARTIER !



- > **Île de Nantes**  
Vendredi **12 janvier à 18h30**,  
Wattignies social clubs
- > **Nantes Sud**  
Samedi **13 janvier à 12h00**,  
Maison des Confluences
- > **Doulon**  
Samedi **13 janvier à 18h00**,  
Maison de quartier Doulon
- > **St-Donatien**  
Mardi **16 janvier à 18h30**,  
Musée d'Arts
- > **Chantenay - Sainte-Anne**  
Mercredi **17 janvier à 18h30**,  
Mairie de Chantenay
- > **Hauts-Pavés St-Félix**  
Jeudi **18 janvier à 18h30**,  
Gymnase Joël Paon
- > **Nantes Nord**  
Vendredi **19 janvier à 18h30**,  
Salle festive Nantes Nord
- > **Centre-Ville**  
Samedi **20 janvier à 12h00**,  
Maison de quartier Madeleine  
Champ de Mars
- > **Malakoff**  
Samedi **20 janvier à 18h00**,  
Maison des Haubans
- > **Nantes Erdre**  
Mardi **23 janvier à 18h30**,  
Salle festive Nantes Erdre
- > **Bottière**  
Vendredi **26 janvier à 18h30**,  
Salle du Radar
- > **Bellevue**  
Samedi **27 janvier à 12h00**,  
Maison des habitants et du citoyen
- > **Breil - Barberie**  
Samedi **27 janvier à 18h00**,  
Restaurant intergénérationnel Malville
- > **Dervallières - Zola**  
Mardi **30 janvier à 18h30**,  
Maison de quartier des Dervallières



## NMH À VOTRE ÉCOUTE !

NMH lance en 2018 un projet collectif pour améliorer l'offre de services aux locataires.

Collaborateurs de l'office, locataires, associations, élus, entreprises... De nombreuses rencontres et groupes de travail permettront de se ré-interroger sur les services attendus, les évolutions à envisager, les innovations à mettre en place.

**Si vous êtes intéressés pour participer à l'une de ces rencontres, vous pouvez nous contacter via le CRL :**

- > **Tél** : 02 40 67 07 37 du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30
- > **Mail** : [jeparticipe@nmh.fr](mailto:jeparticipe@nmh.fr)

N'hésitez pas, nous avons besoin de vous pour offrir chaque jour le meilleur service !