

# MÉDUANE *infos*



Le journal des locataires de Méduane Habitat

#88  
printemps  
2020

Plus d'ambition  
pour le logement

DOSSIER

# Un air sain chez soi





## AU SOMMAIRE

2 | LE MOT du Président

3 | En BREF

4 | Toute l'ACTUALITÉ



Résidence Le Phoenix à Laval.

6 | DOSSIER à la une  
UN AIR SAIN CHEZ SOI



9 | INFOS pratiques  
COVID-19

10 | Bande DESSINÉE  
CONSEILS éco

11 | LOISIRS

Méduane Infos ISSN 1637-4479 publié par MÉDUANE HABITAT  
Société Anonyme représentée par Dominique DURET  
15 quai André Pinçon - CS 60729 - 53007 LAVAL cedex  
02 43 59 12 12 - www.meduane-habitat.fr  
Trimestriel - Dépôt légal : Mai 2020 - Tirage : 6100 ex.  
Directeur de la publication : Jean-Pierre FOUQUET  
Directeur de la rédaction : Dominique DURET  
Textes et photos : Service Communication  
Crédit photos : Méduane Habitat - AdobeStock  
Conception et impression : Imprimerie MADIOT 53940 St-Berthevin  
Imprimerie certifiée IMPRIM'VERT®



## Le mot du Président

Jean-Pierre FOUQUET

### Poursuivons l'élan de solidarité !

Les dernières semaines ont mis à rude épreuve les équilibres et les fonctionnements de notre pays. Méduane Habitat n'y a pas échappé et pendant cette crise sanitaire - qui se poursuit encore -, l'entreprise a mis tout en œuvre pour maintenir la continuité des activités essentielles : les interventions techniques prioritaires, les dépannages d'urgence, le ménage et la désinfection des parties communes des résidences, les travaux de réfection dans les logements vides, le paiement des fournisseurs et des salaires...

À chaque instant, la priorité est de veiller à la sécurité des habitants et des salariés de Méduane Habitat pendant leurs interventions professionnelles.

Cette séquence a généré de formidables élans de solidarité envers nos aînés et les plus fragiles. C'est pourquoi, Méduane Habitat a sollicité toutes ses ressources en interne pour veiller sur eux du mieux possible et maintenir le contact : appels téléphoniques, visites de gardiens...

L'entreprise a même fait appel à la solidarité inter-collègues pour mutualiser des jours de congés et éviter ainsi de recourir au système du chômage partiel indemnisé par l'État.

Je tiens à remercier les salarié(e)s de Méduane Habitat qui, pendant cette période, se sont adapté(e)s à de nouvelles conditions de travail et de vie inédites pour permettre le maintien des activités.

Je salue bien évidemment les clients-locataires qui font preuve de compréhension et de tolérance pendant cette période si particulière.

Pour les prochaines semaines, poursuivons collectivement ces actions de solidarité : elles renouvellent le lien social et renforcent l'utilité des Hlm.

Bien  
cordialement

## HOMMAGE

La résidence *Le Bocage* est devenue la résidence *Paul Lépine*.

Le 21 décembre, Méduane Habitat et la ville de Laval ont souhaité rendre hommage à Paul Lépine, qui fut président de Méduane Habitat de 1996 à 2008 et adjoint au Maire. Dans le quartier d'Hilard, à quelques pas de la place de la mairie, une allée arborée et une résidence nouvellement rénovée portent désormais son nom. La famille Lépine, ses amis, ceux qui l'ont connu et apprécié étaient là pour honorer sa mémoire.



## LE CHIFFRE

# 6073

C'est le nombre de logements gérés par Méduane Habitat au 1<sup>er</sup> janvier 2020. C'est 55 logements de plus en un an !

## NOUVELLE RÉSIDENCE À LAVAL



©AGENCE W. GOHIER.

De nouveaux habitants aménagent au quartier des Pommeraies à Laval. La résidence *Le Phœnix* avec ses 28 appartements est terminée. Elle abrite l'antenne sociale du conseil départemental au rez-de-chaussée et 2 maisons de ville lui sont accolées. Ce bâtiment moderne complète l'offre de logements à Laval en contribuant au dynamisme de ce quartier.

## UN ENGAGEMENT POUR LES SENIORS

C'est Laure Bourgoin de l'association Delphis qui a remis le label Habitat Senior Services à Méduane Habitat. L'entreprise est certifiée et s'engage dans une démarche qualité en lien avec les partenaires locaux. Aujourd'hui, ce sont 5 groupes immobiliers (soit 51 logements) qui sont labellisés HSS : *Lemonnier-Dubourg* à Ahuillé, *Le Clos des Charmilles* à Changé, *Le Village des Aînés* à Andouillé, *Charles Gresser* à Montsûrs et *Le Muguet* à Commer.



Je t'aime...  
T'es tellement belle.  
T'es où mon amour ?  
Tu rentres quand ?  
Rentre à la maison.  
Tu fais quoi ?  
Réponds.  
Rentre tout de suite.  
T'es avec qui ?  
Tu vas le regretter.  
Je te retrouverai.

Reconnaître la violence conjugale, c'est pouvoir s'en libérer. Appelez-nous maintenant.

**Solidarité Femmes** 3919  
Fédération Nationale  
appel anonyme et gratuit



## ▶ VISITES DE CHANTIER

### Le Village des Aînés (2<sup>ème</sup> tranche) à Andouillé

Méduane Habitat a livré 10 pavillons destinés aux seniors en octobre 2017, lotissement du Village des Aînés. Le succès de ce programme immobilier a conduit la commune d'Andouillé à renouveler le partenariat pour construire 15 nouveaux pavillons dans la continuité des précédents :

- 10 pavillons plain-pied (2 chambres) pour personnes âgées
- 5 pavillons (3 chambres) pour des familles.

Investissement : 1,9 M €



©ANTHONY MORIN



Typologie	Nombre de logements	Surface habitable moyenne	Loyer hors APL et hors charges
Pavillons 2 chambres	10	69 m <sup>2</sup>	à partir de 345 €
Pavillons 3 chambres	5	83 m <sup>2</sup>	à partir de 420 €

Une visite de chantier était organisée le 5 décembre pour constater l'élévation des premières maisons depuis l'été dernier.

### Résidence Floréal à Saint-Berthevin



©AGENCE RHIZOME

Une nouvelle résidence est en construction à Saint-Berthevin au lotissement du Châtaignier. Il s'agit de 3 petits bâtiments de 9, 12 et 15 logements (soit 36 logements au total) de 1 à 3 chambres. Les appartements en rez-de-chaussée disposeront de jardinets, les autres en étages, de larges balcons-terrasses. Le maire et l'équipe municipale ont visité le chantier en décembre dernier.

Commencée cet été, l'opération immobilière sera livrée dans 1 an.

Investissement : 3,9 M €

Typologie	Nombre de logements	Surface habitable moyenne	Loyer hors APL et hors charges
Appartement 1 chambre	8	52 m <sup>2</sup>	à partir de 280 €
Appartement 2 chambres	21	67 m <sup>2</sup>	à partir de 365 €
Appartement 3 chambres	7	82 m <sup>2</sup>	à partir de 420 €



L'architecte Thierry Dupeux présente le projet Résidence Floréal aux élus.



## ▶ INAUGURATIONS

### Le Muguet à Commer

Il s'agit de la première implantation de Méduane Habitat dans cette commune du Nord Mayenne et elle concerne 6 pavillons (2 chambres) de plain-pied avec garage, terrasse et abri de jardin.

Les logements respectent la réglementation sur l'accessibilité aux personnes à mobilité réduite, ils sont d'ailleurs labellisés Habitat Senior Services et destinés en priorité à des personnes âgées.

L'inauguration a eu lieu en présence des habitants le 11 décembre. Le maire a rappelé la nécessité d'offrir aux personnes âgées une solution d'habitat adaptée à leurs besoins et conditions physiques.



©N.C. ARCHITECTES.

*Inauguration officielle par le maire Mickaël Delahaye.*

### Charles Gresser à Montsûrs



©A3 ARCHITECTURE.



*Inauguration avec tous les habitants de l'impassé Charles Gresser.*

Également première implantation dans cette commune nouvelle (association de Montsûrs, Saint-Cénéry, Deux-Évailles, Montourtier et Saint-Ouen-des-Vallons) qui a fait appel à Méduane Habitat pour requalifier et dynamiser un secteur à proximité du centre bourg, tout en développant l'offre de logements sociaux. L'opération immobilière consiste en 5 pavillons avec 2 chambres de plain-pied et 2 pavillons avec 3 chambres sur étage, avec garage.

Les 5 plus petits pavillons sont destinés à des personnes âgées et sont labellisés HSS.

L'inauguration en novembre dernier a permis de constater la qualité des matériaux et des aménagements extérieurs. La mairie a souhaité rendre hommage à Charles Gresser qui a beaucoup œuvré pour la vie associative de la commune : ce hameau a été baptisé de son nom.



## Des pollutions multiples et insoupçonnées

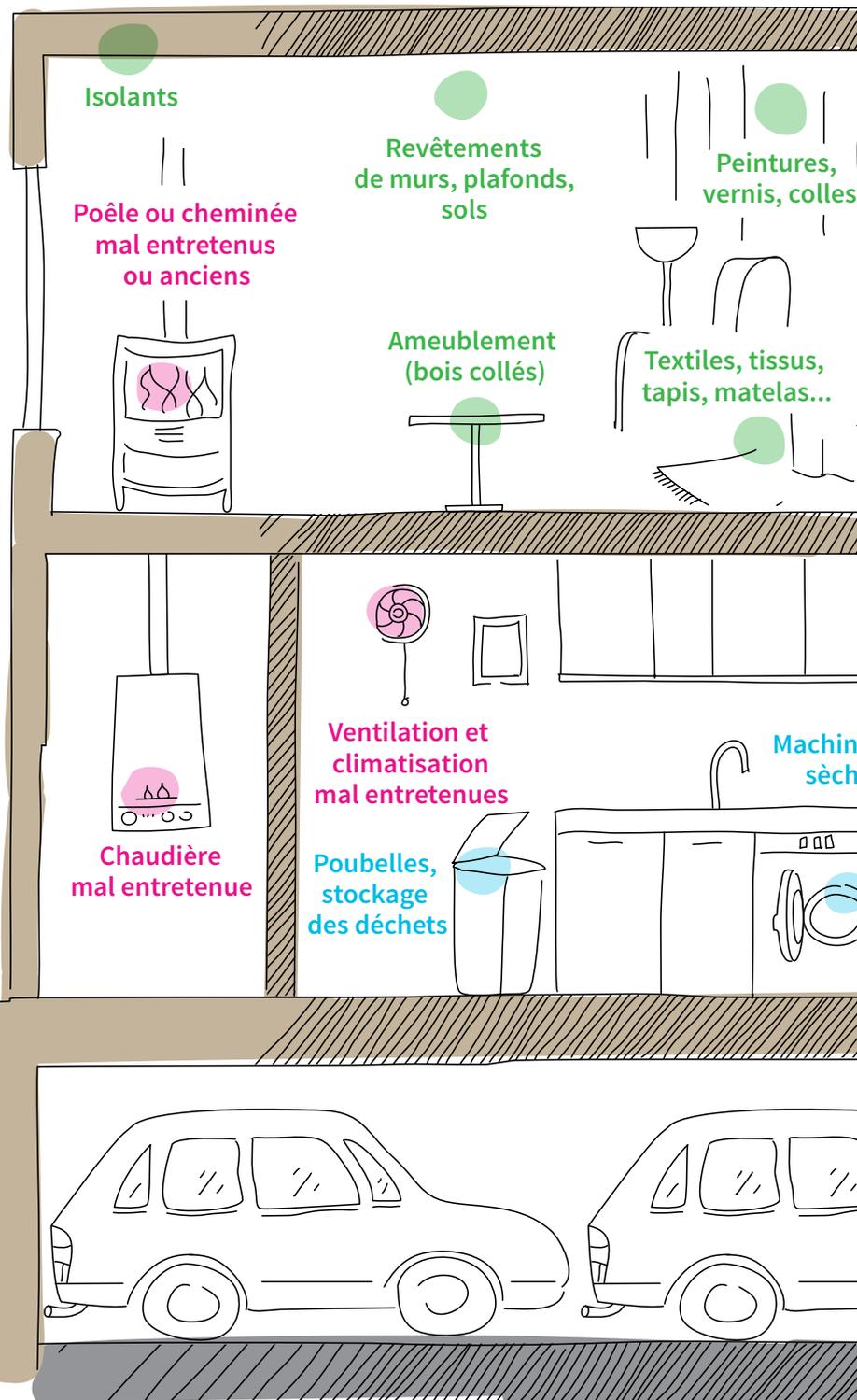
Plusieurs types de polluants peuvent être présents dans les lieux fermés, avec des origines diverses et des conséquences plus ou moins importantes sur la santé.

Certains polluants se diffusent régulièrement, dans des concentrations faibles (émissions des meubles par exemple) alors que d'autres ont des concentrations élevées mais ponctuelles, en fonction de nos activités (fumée de tabac, bricolage, produits d'entretien...).

Les connaître et adopter les bons gestes au quotidien est essentiel pour limiter cette pollution.

## UN AIR SAIN CHEZ SOI

Longtemps négligée, la pollution de l'air intérieur est aujourd'hui un problème majeur. En effet, nous passons environ 80 % de notre temps dans des lieux fermés.



■ Occupants et leurs activités

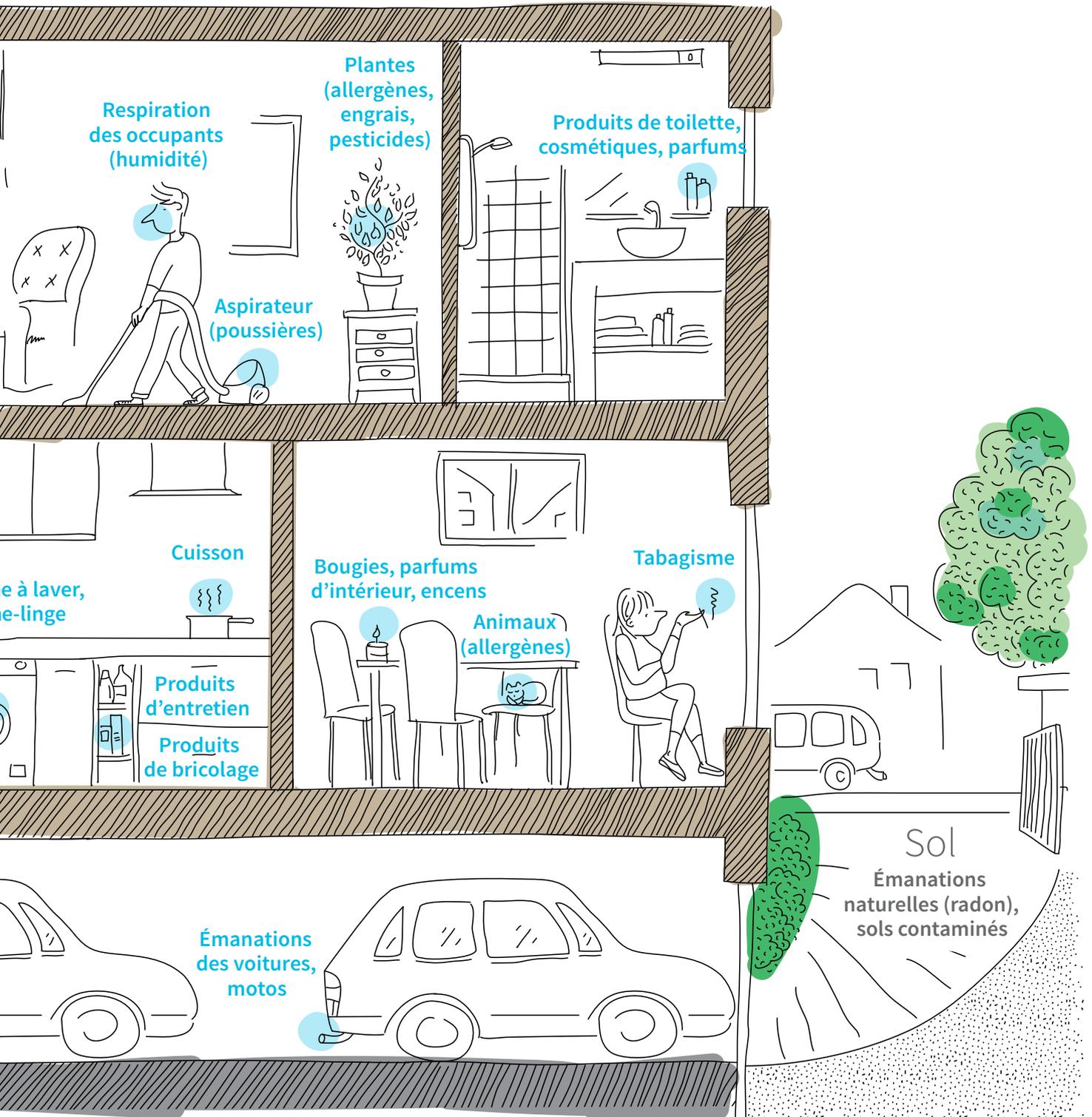
■ Équipements

■ Matériaux (construction, décoration, ameublement)

Source ADEME "Guide pratique un air sain chez soi" - édition septembre 2019



aujourd'hui reconnue comme un véritable enjeu de santé publique. D'autant que les logements sont de plus en plus fermés. Préserver la qualité de l'air de son logement, c'est un geste du quotidien !





# LES BONS GESTES POUR UN AIR PLUS SAIN

Voici quelques conseils pour éviter d'émettre des polluants chez vous.



## AÉREZ ET VENTILEZ

- ▶ Aérez quotidiennement 10 minutes le matin et le soir. Laissez si possible, et s'il ne fait pas trop froid, les fenêtres des chambres entrebâillées la nuit pour évacuer la vapeur d'eau produite par les occupants.
- ▶ Ouvrez vos fenêtres en fonction de vos activités (passage de l'aspirateur, utilisation de produits d'entretien, séance de bricolage, douche, bain, préparation du repas, lessive...).

- ▶ Nettoyez une fois par trimestre les bouches d'extraction et les bouches de soufflage de la VMC
- ▶ Aérez pendant et après les activités qui produisent beaucoup d'humidité (bain, douche, lessive, cuisson, etc.).
- ▶ Faites sécher le linge à l'extérieur ou dans une pièce bien ventilée.

## LES PRODUITS MÉNAGERS ET LES MEUBLES SONT LOIN D'ÊTRE ANODINS

▶ Consultez l'étiquette « Émissions dans l'air intérieur » avant d'acheter. Le niveau d'émission est indiqué selon une échelle allant de A+ (émissions faibles) à C (émissions fortes).



- ▶ Privilégiez les logos environnementaux. Pour nettoyer le logement, achetez de préférence des produits portant un écolabel public, comme l'Écolabel Européen, l'Écolabel Nordique, l'Ange Bleu. Ils signalent des produits limitant leurs impacts sur l'environnement.
- ▶ Évitez l'usage de désinfectants à base d'eau de javel
- ▶ Ne vaporisez pas trop de produits en spray (parfums d'ambiance, désodorisants, produits à base d'huiles essentielles...) qui dégagent tous des COV\* (dont certains peuvent être toxiques).
- ▶ Évitez le surdosage des produits et respectez les recommandations données par le fabricant.



Le nettoyage des vitres et des sols à l'eau très chaude ou à la vapeur est bien souvent suffisant.

- ▶ Rangez vos produits d'entretien dans une pièce ventilée.

\* COV (Composés Organiques Volatils) : famille de substances chimiques généralement présentes sous forme gazeuse dans l'atmosphère. Les COV sont émis par les matériaux de construction, colles, vernis, peintures, revêtements des sols et des murs, panneaux de particules, produits d'entretien, etc.

Source ADEME "Guide pratique un air sain chez soi" - édition septembre 2019



## COVID-19 : COMMENT NOUS CONTACTER ?

Pendant la période de la crise sanitaire, Méduane Habitat a été contrainte d'adapter l'accueil et la réception de visiteurs. Voici les modalités depuis le 11 mai pour nous contacter :

► Pour toute **réclamation administrative** ou pour toute **demande technique**, composez le : **02 43 59 12 12**

aux heures d'ouverture du lundi au vendredi 9h-12h / 14h-17h (fermeture vendredi après-midi).

► En dehors des jours et heures d'ouverture, pour les demandes de **dépannage d'urgence**, contactez l'astreinte au **09 69 39 75 86**.

► Pour les demandes d'intervention des **médiateurs de nuit** en cas de tapage nocturne (18h-2h), composez le **06 85 41 65 66**.

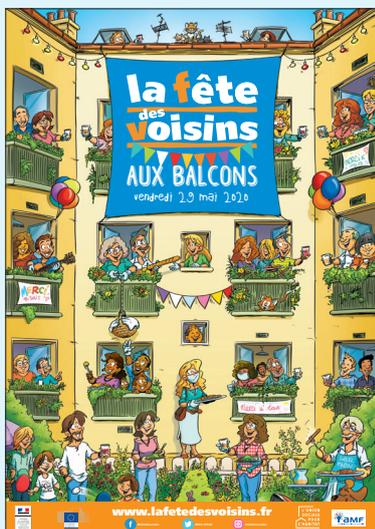


► **Votre gardien** ne reçoit plus dans son bureau d'accueil mais reste joignable par téléphone (numéro affiché dans les halls d'entrée).

► **L'accueil au siège social** se fait **uniquement sur rendez-vous** auprès de votre interlocuteur à organiser au préalable par téléphone ou par mail. Signalez votre arrivée à gauche de l'entrée de Méduane Habitat grâce à **l'interphone**. Votre interlocuteur vient vous accueillir et vous reçoit. Vous devez être **muni d'un masque** et procéder à la **désinfection** de vos mains. Après votre entretien, votre interlocuteur vous raccompagne jusqu'à la sortie.



Nous vous remercions de bien observer ces règles pendant toute la période de la crise sanitaire.



## LA FÊTE DES VOISINS AUX BALCONS

Compte tenu des circonstances, pour pouvoir organiser au mieux ce moment de convivialité, tout en respectant les gestes barrières, veillez avant tout à respecter les mesures de distanciation. Réfléchissez bien au meilleur moyen de se retrouver à distance en fonction de votre lieu d'habitation (aux balcons, aux fenêtres, pardessus les clôtures de jardin, sur le pas de la porte...).

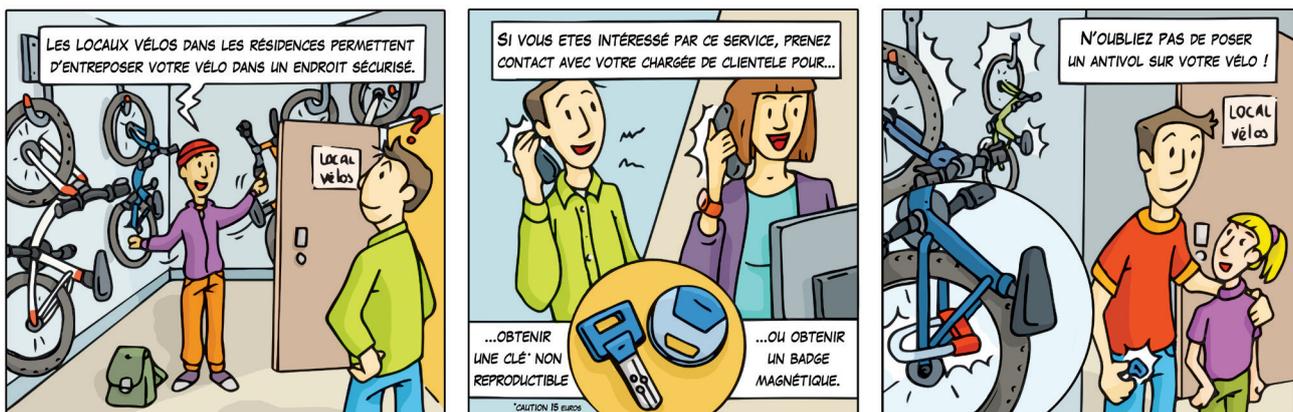
Pour le bien de tous, il est essentiel que cette Fête des Voisins aux Balcons se déroule dans le strict respect des gestes barrières : veillez à bien vous laver les mains régulièrement, n'ayez aucun contact direct avec vos voisins et respectez le mètre de distance obligatoire.

À 20h, portez un toast comme d'habitude au personnel soignant, mais également à tous vos voisins solidaires !

# Bande DESSINÉE

## ▶ VÉLO SÉCURISÉ - VÉLO NON VOLÉ

Presque toutes les résidences de Méduane Habitat sont équipées de locaux vélos. Renseignez-vous auprès de votre chargée de clientèle pour connaître sa localisation et les modalités pour l'accès. N'oubliez pas de poser un antivol sur votre vélo !



# Conseils ÉCO

**LES ASTUCES**  
**D'espac'eco**

ecomotives53.fr




*J'installe des multiprises avec interrupteur afin de couper l'alimentation des appareils équipés de veille (télévision, imprimante, lave-linge, micro-ondes, ...) et j'économise environ 100 €/an.*



**02 52 46 01 21**

**LES ASTUCES**  
**D'espac'eco**

ecomotives53.fr




*Je lave mes légumes dans une baignoire et réutilise l'eau pour arroser mes plantes.*



**02 52 46 01 21**



## ► FICHE RECETTE

### PAPILLOTES DE SAUMON ET LÉGUMES EN SAUCE

Pour 4 personnes



Préparation : 10 min - Cuisson : 30 min

- 4 feuilles de papier cuisson (sulfurisé)
- 4 pavés de saumon
- 20 cl de crème liquide
- 1 tomate
- 1 poireau
- 1 carotte
- Sel et poivre
- Jus de citron
- Persil

Placez tout d'abord chaque pavé de saumon sur une feuille de papier cuisson. Salez et poivrez tous les morceaux.

Coupez la carotte et le poireau en petits morceaux, ou râpez-les si vous préférez, et entourez le saumon de ces deux ingrédients.

Hachez le persil et parsemez sur l'ensemble.

Coupez une rondelle de tomate que vous placez sur chaque saumon.

Versez une cuillère à soupe de jus de citron et 5 cl de crème liquide sur chacun.

Enveloppez le saumon avec le papier cuisson en essayant de le fermer le mieux possible (on peut aussi agraffer le papier).

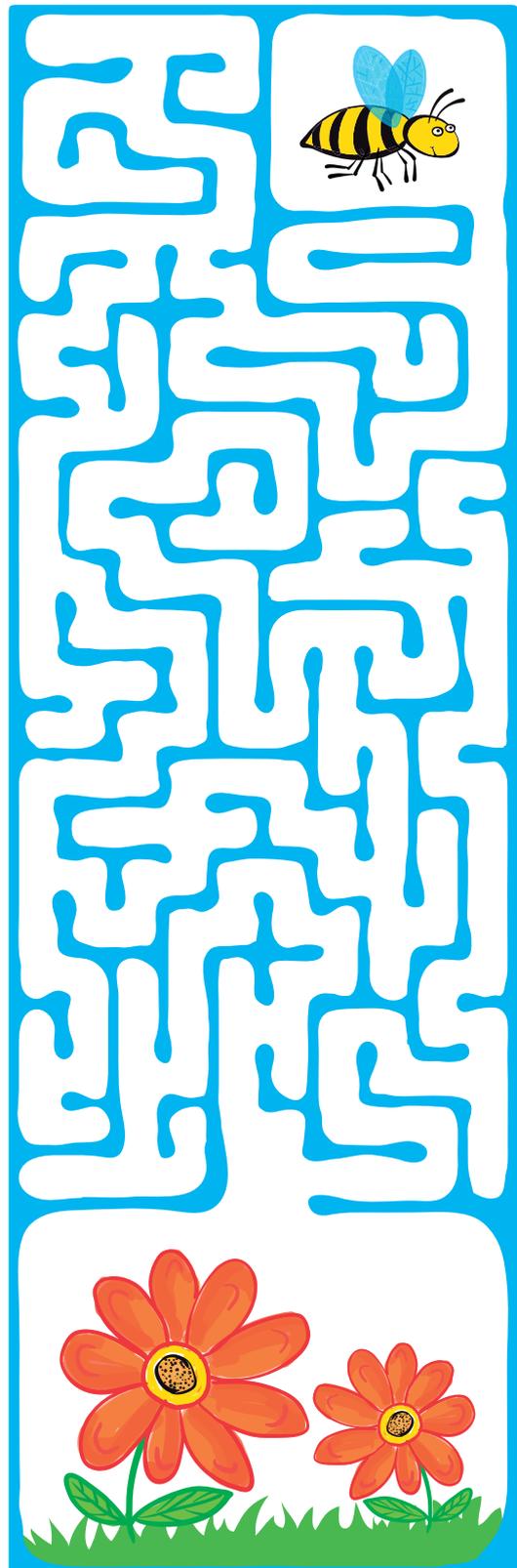
Placez les papillotes dans un plat et mettez-le dans un four chauffé à 180°C (thermostat 6) environ 20-30 min.



Ouvrez les papillotes et bon appétit !

## ► JEU

Avec l'arrivée du printemps, l'abeille cherche une fleur à butiner.



# Habitez ou investissez

EN COURS À LOUVERNÉ

## RÉSIDENCES Le Parvis du Louvernay



Image non contractuelle - Kraft Architectes

Appartements de 1 à 3 chambres  
à partir de 119 500 €\*  
\*Prix TTC. sous conditions (TVA 5,5%)

- Investissement PINEL
- BBC
- Garages boxés

PROCHAINEMENT  
À LOUVERNÉ



Image non contractuelle - Kraft Architectes

## Les Valérianes

Pavillons 3 chambres  
à partir de 179 350 €\*  
\*Prix TTC. sous conditions (TVA 5,5%)

- Investissement PINEL
- BBC

BIENTÔT À L'HUISSERIE

## RÉSIDENCE *Les Sources*



Image non contractuelle - LE ASSOCIÉS - Atelier P. Archibaud

Appartements de 1 à 3 chambres  
à partir de 123 000 €\*  
\*Prix TTC. sous conditions (TVA 5,5%)

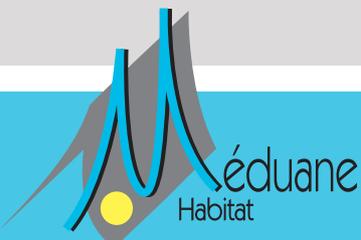
- Investissement PINEL
- BBC
- Garages boxés

CONTACT

Ludovic KAMBRUN :

02 43 59 46 81

06 77 31 37 73



[www.meduane-habitat.fr](http://www.meduane-habitat.fr)