



**Ateliers
numériques pour
les séniors** P10



**Pôle Santé
GIBERVILLE**
P3

entreprise sociale pour l'habitat



**L'accès à
la propriété**
P8

**bulletin
d'infos
de
toit
en
toit**

**mai 2025
n°48**

**Partenariats
avec ATIPIC**
P9



**Logements séniors :
rencontre avec
une locataire**
P7



Chers locataires



Nous avons le plaisir de partager avec vous une nouvelle présentation pour ce numéro,

Une série d'initiatives qui renforcent notre engagement à améliorer votre cadre de vie, à favoriser la solidarité et à soutenir le développement durable.

En ce qui concerne l'accèsion à la propriété, nous sommes heureux de lancer la commercialisation de 7 maisons individuelles en **PSLA** dans la **ZAC des Jardins de Clopée à Giberville**. Ce projet représente un pas supplémentaire pour aider nos locataires à accéder à la propriété tout en bénéficiant d'avantages financiers intéressants.

Nous ne manquons pas non plus de souligner l'avancée des projets. Le **pôle santé de Giberville** en cours de livraison est un exemple parfait d'une opération intégrée à un cadre de vie pensé pour vous. Ce projet, qui comprend à la fois un espace dédié aux soins de santé et des logements sociaux modernes, témoigne de notre capacité à répondre aux besoins actuels et à anticiper ceux de demain.

L'engagement en faveur des seniors est également une de nos priorités. Grâce à notre programme « **Bien chez moi, solutions d'habitats seniors en Normandie** », nous avons renforcé nos partenariats avec des associations pour offrir des services dédiés à la sécurité, au maintien à domicile et à l'accompagnement des personnes âgées et en situation de handicap. Nous espérons que ces solutions vous aideront à vivre sereinement chez vous.

Nous sommes également ravis d'accueillir nos nouveaux collaborateurs, **Léa** et **Jérôme**, qui renforcent l'équipe des **Foyers Normands** pour mieux vous accompagner au quotidien. Leur expertise et leur enthousiasme seront des atouts précieux pour poursuivre notre mission.

Enfin, nous avons récemment été récompensés pour notre engagement en matière de **développement durable**. Cette reconnaissance souligne notre volonté d'agir concrètement pour la planète et de mettre en place des solutions permettant de réduire notre empreinte carbone.

Au-delà des projets immobiliers, nous continuons de penser à votre bien-être quotidien avec des informations utiles, comme les conseils d'entretien pour vos extérieurs. Le printemps est là, et c'est l'occasion parfaite pour donner un coup de frais à votre environnement !

Merci pour votre fidélité et votre confiance. Ensemble, nous construisons un avenir plus solidaire, plus durable et plus serein.

Bien à vous,

Marc POTTIER, Président des Foyers Normands.



Actualité



Association



Projecteur



Décryptage



A savoir



Initiatives



Recette



Livraison du Pôle Santé GIBERVILLE

La **Ville de Giberville**, sollicitée par des praticiens de la ville souhaitant se regrouper, a cédé un terrain communal pour construire un pôle santé.



La parcelle, d'une grande surface et idéalement située à proximité des services, de la **Résidence autonomie Guy Travert**, des commerces et transports, a permis de valider la construction de 20 logements au dessus du pôle santé situé en rez-de-chaussée.

Choisi par la Ville pour ce projet, **Les Foyers Normands** a alors entamé les études et désigné le Cabinet **Archi'Normandie** qui a conçu le pôle santé en concertation avec les praticiens.

Le pôle santé, livré en décembre 2024, d'environ 500m² est divisé en 11 locaux et permet aux praticiens qui s'y sont installés de partager des espaces tels que la salle d'attente et la salle de pause.

Il accueille entre autres des kinésithérapeutes, un ostéopathe, des infirmières, des sages-femmes, une orthoptiste, un podologue et des psychologues.

20

logements sociaux du type 1 au type 4 sont construits aux 1^{er} et 2^{ème} étages.

Ils bénéficieront de **performances énergétiques supérieures** à la réglementation (RT 2012 -20 %) et disposeront tous d'une cave et de larges balcons ou terrasses.

Des logements seront **spécifiquement aménagés** (salles de bain et WC adaptés, prises de courant, à hauteur, ...) pour l'**accueil de séniors**.



3

La
livraison
des logements
a débuté en
avril 2025 et se
poursuivra sur
mai.



ZAC des Jardins de Clopée à GIBERVILLE « Les Coteaux du Biez »

Lancement de la commercialisation de 7 maisons individuelles en PSLA (prêt social location accession) au sein de la ZAC des Jardins de Clopée à Giberville.

Il s'agit
de la première
opération des
Foyers Normands
en PSLA.

- Maisons de type T4, avec garage et jardin.
- Eligibles au PTZ et TVA réduite (5,5%).
- Sous conditions de ressources.

Livraison à
partir de
juillet 2026





Acquisition d'un patrimoine situé rue du Boispréau et rue du Mabrey à FLEURY-SUR-ORNE

En décembre 2024, **CDC Habitat** a cédé 16 pavillons et 24 logements collectifs au **Foyers Normands**.



Date de construction
1995

Chauffage individuel
au gaz

Rénovés en 2017 avec labellisation **BBC rénovation** pour les logements collectifs et **HPE rénovation** pour les individuels.



La Résidence rue d'Ifs à FLEURY-SUR-ORNE se refait une beauté intérieure

Les cages d'escaliers de la résidence
ont été repeintes.





Réhabilitation de 17 logements individuels à POTIGNY

Nous avons réceptionné début février 2025, la réhabilitation de 17 logements individuels situés dans le lotissement BOUILLARD.

Les travaux suivants ont été effectués :

- Ravalement des façades
- Révision et peinture des portes de garage
- Remplacement des caches moineaux, gouttières et descentes de gouttières
- Remplacement des menuiseries extérieures dont les murs rideaux
- Pose de volets roulants à la place des persiennes
- Remplacements ponctuels des revêtements de sol
- Installation de pompes à chaleur en remplacement du chauffage électrique
- Remplacement de la ventilation existante par une VMC hygroréglable de type B
- Mise en sécurité électrique / remplacement des tableaux électriques



Maîtrise d'œuvre
NEPSEN

Durée du chantier
8 mois





Visite d'un logement Sénior T2 avec garage et terrasse en rez-de-chaussée rue de la solidarité à Colombelles

Nous avons rendu visite à une locataire qui est entrée dans un logement sénior.

Etes-vous satisfaite de votre emménagement dans ce nouveau logement adapté aux personnes séniors ?

Oui très contente, il est lumineux et de plain-pied. Je dispose de barres de maintien dans la salle de bains (douche et WC), de prises de courant facilement accessibles et à hauteur, de mitigeurs pour la robinetterie, de volets roulants électriques, les portes sont assez larges, je m'y sens très bien.

Le logement est bien situé puisqu'il est en centre-ville de Colombelles. Je fais tout à pied (commerces, médecin, pharmacien...).

Je n'ai plus de voiture mais je prends le bus régulièrement pour me rendre dans une grande surface à Hérouville-Saint-Clair.

J'essaie de rester dynamique, je suis inscrite au centre d'animation « Léo Lagrange » pas loin d'ici où je pratique la marche à pied. Cela me permet de garder du lien social depuis le décès de mon mari.

J'aime bien aussi faire de la natation, c'est une grande chance d'avoir une piscine sur la commune.



Pouvez-vous nous rappeler votre parcours résidentiel ?

*Je suis locataire des **Foyers Normands** depuis 1963 où nous occupions avec mon mari un logement en centre-ville de Colombelles, logement depuis détruit au profit de la reconstruction du centre-ville.*

Ensuite, nous avons occupé en 1971 un logement individuel, toujours dans le centre-ville de Colombelles.

Après le décès de mon mari, le logement à étage n'était plus adapté et j'ai pu bénéficier d'un nouveau logement adapté au vieillissement.

en conclusion

La résidence au sein de laquelle se trouve ce logement (occupé à ce jour) a été livrée en 2014 et comportait déjà des aménagements spécifiques. Les travaux supplémentaires effectués ont permis de labelliser ce logement.

Il est aujourd'hui occupé par une locataire sénior, qui est très satisfaite de son parcours résidentiel.



Devenez propriétaire avec le PSLA

Vous souhaitez devenir propriétaire ?

Les Foyers Normands vous accompagne dans votre projet immobilier.

Depuis de nombreuses années, plusieurs dispositifs ont été mis en place pour encourager l'accès à la propriété, dont la location-accession (PSLA), un mécanisme sécurisé et avantageux.

Nous avons à cœur de faciliter le parcours résidentiel des locataires.

Ce dispositif se déroule en deux étapes :

Phase locative

Vous emménagez dans un logement neuf en tant que locataire.

Acquisition

Vous levez l'option d'achat et devenez propriétaire en bénéficiant d'avantages financiers

Exonération de Taxe Foncière sur les Propriétés Bâties (TFPB) pendant 15 ans

TVA et frais de notaire réduits

Prix de vente encadré et avantageux

À ce titre, **Les Foyers Normands** propose 7 maisons T4 (de 80 à 87 m²) avec jardin et garage situées dans la ZAC des Jardins de Clopée à Giberville.

● **Contact : Kappa Immobilier - Pascal THOUROUDE :**
06 03 80 87 80

Livraison prévue
JUILLET 2026



Partenariats avec l'association ATIPIC

Nous avons renouvelé nos partenariats avec l'association **ATIPIC** pour l'année 2025 :



- **Bacs à jardiner** installés dans trois de nos résidences pour permettre à nos locataires de se rencontrer et de jardiner collectivement.
- **Aide au déménagement** pour les locataires des **Foyers Normands** habitant et déménageant sur le territoire de **Caen-La-Mer** (sous conditions) : les locataires sont présents le jour du déménagement et participent activement à la prestation dont une partie est prise en charge financièrement par **Les Foyers Normands**.



- **Animation et entretien de bacs à compost** installés au 8 rue de la Cité Libérée à Colombelles et à partir de 2025, rue Pasteur à Colombelles.
- **Gestion d'un local d'apports pour les encombrants** situé à l'arrière du bâtiment 1 rue Salvador Allende à Colombelles : permanences les lundis et mercredis de 15h à 17h pour aller déposer vos encombrants.



Renseignement par mail :
lepetitelect@gmail.com

ATIPIC

*c'est aussi la transformation de leur boutique "La Boîte à Idées" en un **magasin de seconde main**, dédié à l'économie circulaire et solidaire :*

appareils électroménagers et électroniques, jouets, vêtements et accessoires de couture fait main.

*Un restaurant solidaire "**La Maison du Peuple**" situé Place Albert Thomas à Colombelles : cuisine maison à base de produits bio et locaux, notamment issue de leur propre maraîchage ("**Le Potager d'Annie**").*

Entrée Plat-Dessert pour moins de 10 euros.





Ateliers numériques pour les séniors

En partenariat avec **Présence Verte**, nous proposons à nos **locataires de 60 ans et plus** (*) des ateliers numériques pour débiter et/ou approfondir la prise en main de leur smartphone ou tablette :



Ateliers numériques niveau débutant

du 13 mai au 1^{er} juillet 2025

tous les mardis de 9h45 à 11h45

Ateliers numériques niveau intermédiaire

du 2 au 30 septembre 2025

tous les mardis de 9h45 à 11h45

Un service de transport gratuit

est proposé pour vous rendre aux ateliers qui auront lieu au siège des Foyers Normands, 5 rue des Frères Wilkin à Colombelles.

(*) locataires résidant dans l'agglomération **Caen la mer**

Atelier numérique sénior

Débutez avec mon smartphone ou ma tablette

LES FOYERS NORMANDS

NIVEAU 1 DEBUTANT

CYCLE DE 8 SÉANCES DE 2H

60 ANS ET +
PRÊT DE TABLETTE
GRATUIT

ANIMÉ PAR
présence verte

<p>1</p> <p>Prise en main de la tablette</p> <p>Touches tactiles, fonctionnalités principales, écran d'accueil et écran verrouillé</p>	<p>2</p> <p>La boîte de réception</p> <p>Envoyer un mail, écrire une lettre, utiliser vocale, boîte de réception, mails frauduleux</p>	<p>3</p> <p>Photo et vidéo</p> <p>Prendre une photo et une vidéo, organiser ma galerie, télécharger et supprimer</p>	<p>4</p> <p>Les paramètres</p> <p>Découverte des réglages du son, de la luminosité, de la sensibilité tactile, du contraste, des autres...</p>
<p>5</p> <p>Internet</p> <p>Les opérateurs et logiciels internet, s'équiper, rechercher par mots clés, achats sécurisés, connaître les pièges du Net</p>	<p>6</p> <p>Applications</p> <p>Rechercher une application dans le Play store, télécharger et supprimer, pratiquer</p>	<p>7</p> <p>Whatsapp</p> <p>Écrire un message privé, envoyer une photo, écrire un message groupé, répondre à un appel vidéo</p>	<p>8</p> <p>Maîtriser sa tablette</p> <p>Quiz test, remplir un formulaire, créer des mots de passe sécurisés. Découvrir le site Les Foyers Normands</p>

SERVICE DE TRANSPORT COLLECTIF PROPOSÉ PAR LES FOYERS NORMANDS SUR DEMANDE LORS DE L'INSCRIPTION.

Tous les mardis de 9h45 à 11h45
du 13/05/2025 au 01/07/2025

5 Rue des Frères Wilkin,
14460 Colombelles

Inscriptions
02 31 72 70 54
Places limitées



Partenariat: « BIEN CHEZ MOI » Solutions d'Habitats Séniors en Normandie

Notre objectif est de faciliter le quotidien de nos locataires et de contribuer à leur maintien à domicile.

Les Foyers Normands est fier de lancer sa nouvelle offre « BIEN CHEZ MOI », dédiée à l'accompagnement des seniors et des personnes en situation de handicap.

Nous proposons à nos **locataires de plus de 65 ans et/ou en situation de handicap** des tarifs préférentiels pour bénéficier des services de nos partenaires.

Pour des besoins en télé-assistance :

L'association **Présence Verte des Côtes Normandes** met à votre disposition des opérateurs disponibles pour vous offrir une sécurité optimale et rassurer vos proches.

● *Pour en savoir plus, contactez le 02 79 01 14 50*



Pour des besoins en accompagnement et en services à la personne :

L'association **ADMR du CALVADOS** soutient les seniors et les personnes en situation de handicap en facilitant les tâches quotidiennes à domicile.

● *Pour en savoir plus, contactez le 02 31 26 84 84*



Si ces offres vous intéressent, n'hésitez pas à **contacter nos partenaires** en précisant que vous êtes locataire des **Foyers Normands** pour bénéficier de ces tarifs avantageux.

Nous espérons que ces solutions contribueront à améliorer votre confort de vie au quotidien.





Avec le retour du beau temps, pensez à l'entretien de votre extérieur

Le printemps arrive, et avec lui, la croissance rapide des pelouses et des haies !

Nous vous rappelons l'importance d'entretenir régulièrement votre espace extérieur pour un cadre de vie agréable pour tous.

Cela inclut :

- Tonte de la pelouse
- Taille des haies et des plantations
- Nettoyage de la terrasse et des allées

Un extérieur bien entretenu contribue au bien-être de chacun et à une bonne entente entre voisins.



Piscines et spas : des règles à respecter

L'installation de piscines et de spas gonflables est soumise à certaines règles pour garantir le confort de tous.

Où sont-ils autorisés ?

Les piscines et spas sont tolérés uniquement dans les pavillons individuels avec terrasse de plain-pied, et à condition qu'ils ne causent aucune nuisance pour le voisinage ou l'environnement.

Une demande préalable auprès des **Foyers Normands** est obligatoire avant toute installation.

Où sont-ils interdits ?

L'installation de piscines, spas et bassins d'agrément est strictement interdite dans les logements collectifs et intermédiaires, que ce soit :

- Sur les balcons
- Sur les terrasses
- À l'intérieur des logements





Le bon usage des barbecues

Avec les beaux jours, l'envie de profiter d'un barbecue en extérieur se fait sentir.

Cependant, quelques règles sont à respecter pour la sécurité et le bien-être de tous.

Interdictions :

- L'utilisation des **barbecues à charbon ou à gaz est strictement interdite** sur les balcons des immeubles collectifs. Seuls les barbecues électriques y sont autorisés.
- Il est également **interdit d'installer un barbecue sur les parties communes**, telles que les espaces verts et les parkings.



Merci de votre compréhension et du respect de ces règles pour assurer un cadre de vie agréable à tous !

Bonnes pratiques pour les logements individuels :

Si vous résidez en pavillon individuel avec jardin, vous pouvez utiliser un barbecue à charbon tout en respectant les **règles de sécurité** :

- Éloignez-le des murs et des végétaux pour éviter tout **risque d'incendie**.
- Ne laissez jamais un barbecue **sans surveillance**.
- Assurez-vous que les braises sont **totalemt éteintes** après usage.



Affichez votre nom sur votre boîte aux lettres

Pour éviter toute erreur de distribution du courrier ou le retour de certaines lettres, il est essentiel que votre nom et votre prénom figurent sur votre boîte aux lettres.

Que faire ?

Utilisez **l'étiquette remise lors de votre état des lieux entrant** pour garantir une identification claire et lisible.

- À noter : L'entretien de votre boîte aux lettres (nettoyage, démoussage, etc.) est **à la charge du locataire**.

Merci de votre vigilance pour assurer une distribution efficace de votre courrier !



Attention à vos animaux domestiques

Récemment, deux départs d'incendie ont été signalés dans des cuisines, causés par des animaux domestiques (chiens et chats).



Pour éviter ces accidents, voici quelques recommandations essentielles :



Sécurisez votre cuisine en votre absence :

- Empêchez l'accès de vos animaux aux pièces où se trouvent des appareils électroménagers.
- Ne laissez aucun objet sur vos plaques de cuisson (poêle, plat, casserole...).
- Utilisez des protections pour plaques à induction ou vitrocéramiques, afin d'éviter un allumage accidentel et de protéger votre animal des brûlures.

Protégez vos petits rongeurs des fils électriques :

Rats, gerbilles, lapins, hamsters : ces petits animaux adorent ronger les câbles !

Ne les laissez jamais en liberté sans surveillance pour éviter l'endommagement de vos appareils et surtout les risques d'électrocution.

La sécurité de vos compagnons doit être une priorité ! En adoptant ces précautions simples, vous protégez votre foyer et évitez tout danger pour vos animaux.



Participation des Foyers Normands à une émission de radio sur le compostage

Le 11 janvier 2025, une radio (la station B installée à la Cité de chantier à Colombelles) a consacré une émission à **ATIPIC** sur le thème du compostage. Nous avons été invités à y participer.

Retrouvez l'émission en podcast en scannant le QR Code suivant :



EVÉNEMENT RADIO

LE COMPOSTAGE AU QUARTIER JEAN-JAURES

Comment le compostage peut-il améliorer le cadre de vie du quartier ?

L'association ATIPIC de Colombelles et le Médialab vous invitent à venir écouter une émission radio dédiée à la gestion du compostage dans le quartier Jean Jaurès de Colombelles.

Une enquête réalisée dans un nouveau quartier

Réaménagé depuis 2008, le quartier Jean-Jaurès se situe sur une ancienne zone industrielle. Dans le cadre d'une recherche participative menée avec ATIPIC, les habitants ont exprimé leur avis sur leur perception du quartier et la gestion des déchets.

Venez écouter l'émission radio au Médialab !

Accueil café ! Animations sur le compostage ! Écoute collective de l'émission ! Pot convivial à la fin !

Une émission en direct à La Cité de Chantier

Le Samedi 11 janvier 2025 à 14h
La Cité de Chantier, Rue des Ateliers, 14460 Colombelles



Bienvenue à nos nouveaux collaborateurs !

Nous avons le plaisir d'accueillir deux nouveaux membres au sein de notre équipe :



Léa MATHE, arrivée le 3 mars 2025, en tant que **chargée de gestion locative**, vient renforcer notre service et accompagner nos locataires au quotidien.

Jérôme BORGEAIS, quant à lui, a rejoint l'équipe le 10 mars 2025 en tant que **technicien de maintenance du patrimoine**, afin d'assurer la remise en état des logements et répondre aux réclamations techniques.



Nous leur souhaitons la bienvenue et plein de succès dans leurs nouvelles missions !



Reconnaissance de notre engagement en matière de développement durable

Lors du 84^{ème} Congrès Hlm, qui s'est tenu à Montpellier du 24 au 26 septembre dernier, l'ESH **Les Foyers Normands** a été honorée par la remise d'un diplôme.

Ce prix, décerné par les organismes de formation **WE COUNT** et **CELLANCE**, récompense notre **engagement** dans la réalisation de notre **bilan carbone** et dans l'élaboration de notre **trajectoire de réduction des émissions de gaz à effet de serre**.



Cette distinction témoigne de notre volonté d'agir pour un avenir plus durable et de contribuer activement à la lutte contre le changement climatique.

Nous sommes fiers de cet accomplissement et poursuivons nos efforts pour améliorer encore notre empreinte écologique.



Vos initiatives saluées

Nous avons le plaisir de découvrir, lors de nos visites de patrimoine, des initiatives des locataires pour rendre leur environnement agréable pour tous.

Ainsi, nous saluons dans ce numéro, les habitants de Château Monin à Colombelles.



Pancakes salés aux épinards et ricotta

Etapas de préparation

- 1 Préparez la pâte :** mélangez la farine, la levure, le sel et le poivre dans un récipient. Ajoutez le yaourt, la ricotta et les œufs, et mélangez bien jusqu'à obtenir une pâte lisse.
- 2 Ajoutez les épinards :** nettoyez, séchez et hachez finement les pousses d'épinards. Incorporez-les à la pâte avec le parmesan râpé. Mélangez bien et laissez reposer 30 minutes.
- 3 Cuisson des pancakes :** faites chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle. Versez une petite louche de pâte et faites cuire chaque pancake 2 à 3 minutes de chaque côté, jusqu'à ce qu'il soit doré. Retirez-le de la poêle et répétez l'opération pour les autres pancakes.
- 4 Service :** servez les pancakes tièdes ou froids, selon vos préférences.

Astuce : Ces pancakes salés peuvent être dégustés en entrée ou en accompagnement d'une salade. Bon appétit !

INGREDIENTS



- 150 g farine
- 1 poignée de jeune pousse d'épinard
- 250 g yaourt nature
- 100 g ricotta
- 20 g parmesan râpé
- 2 œufs
- 0,5 cuillères à café levure chimique
- Huile d'olive
- Sel & poivre

5 rue des frères Wilkin - CS 80001 - 14461 COLOMBELLES CEDEX

Tél : 02 31 72 41 52

Site internet : www.lesfoyersnormands.fr

Courriel : lesfoyersnormands@lfnds.fr

Bulletin d'informations édité par Les Foyers Normands

Directeur de publication
M. Marc POTTIER

Rédacteur en chef
M. Vincent FERCHAUD

Conception graphique
M. Jérôme ALESTRO

Imprimerie
Les Imprimeries de Caen



Ne pas jeter sur la voie publique