Vous!

par Macif

Transitions | Engagement | Solidarité | Territoires

Logement

Chacun cherche son nid

#3

2025

Apprenons et agissons ensemble

Vous êtes sociétaire.
Pour vous et vos proches, **la Macif organise de nombreux ateliers enrichissants et utiles au quotidien.**

Des conseils pratiques, des évènements sur des thèmes variés, autour de vos déplacements, de votre logement, de votre santé et du climat.

Retrouvez les actions proches de chez vous

MACIF

La Macif, c'est vous.

Crédit photo : Shutterstock.

MACIF - MUTUELLE ASSURANCE DES COMMERÇANTS ET INDUSTRIELS DE FRANCE ET DES CADRES ET SALARIÉS DE L'INDUSTRIE ET DU COMMERCE. Société d'assurance mutuelle à cotisations variables. Entreprise régie par le Code des assurances. Siège social : 1 rue Jacques Vandier 79000 Niort.

« Les sociétaires sont ici chez eux »

Huit sociétaires ont été conviés, en fin d'année 2024, à participer à la réflexion éditoriale autour du magazine *Vous ! par Macif*. Pascal était l'un d'entre eux.

Au début, on se découvre, on s'inquiète un peu : comment avons-nous été sélectionnés, qu'allons-nous faire, qui sont les autres ? Mais très vite, nos hôtes Macif nous rassurent : « *Les sociétaires sont ici chez eux pour échanger sans filtre sur des thématiques d'actualité qui nous concernent tous.* » Nous avons droit à la parole, c'est aussi simple que ça !

Précisément, nous allons participer à la rédaction d'un magazine qui a pour ambition de ne pas être « hors sol ». Quoi de plus naturel et efficace, en effet, que de recueillir l'avis des citoyens pour évoquer avec justesse des sujets de société ? Par cette démarche, la Macif démontre l'intérêt qu'elle porte à ses sociétaires au-delà de l'assurance, alors que c'est le lien qui nous unit a priori. Les assureurs, c'est comme les médecins, on préfère ne pas trop avoir affaire à eux… Mais là, c'est différent. Des hommes et des femmes se rencontrent et partagent des idées comme le font des amis lorsqu'ils sont ensemble.

Alors, je dis merci à la Macif de nous avoir conviés à cette séance. Toute la journée, il n'a été question que de valeurs, de reconnaissance, d'expériences partagées… Rien de plus beau que de travailler sur un projet commun sans intérêt personnel, d'exprimer ses différences, mais pour bâtir quelque chose d'utile. À la fin, il ne nous restait plus qu'à attendre le troisième numéro avec impatience et une certaine fierté d'avoir apporté notre pierre à l'édifice.

Lecteurs, sociétaires, si vous êtes contactés pour le numéro suivant, dites « *oui !* » C'est du bonheur en barre.

Pascal Bourciat, sociétaire Macif

Ce troisième numéro de *Vous ! par Macif* est dédié à **Jonathan Rodriguez** qui nous a quittés le 9 mars dernier. Il était un artisan passionné et inspiré de ce magazine depuis le premier jour. Nous ne l'oublierons pas.

Participez à l'aventure *Vous ! par Macif*
Des idées, des remarques, des envies pour le prochain numéro de votre magazine ? Partagez-les grâce à ce QR code !

Désabonnement
Vous préférez lire votre magazine en ligne ou vous désabonner ? Il vous suffit de scanner ce QR code !

Pas envie de conserver votre magazine une fois lu ? N'oubliez pas de le recycler !

© LUDOVIC ÉTIENNE

SUJET PROPOSÉ PAR LES SOCIÉTAIRES • Vous! par Macif

Ce tampon indique les sujets proposés par les sociétaires

Sommaire

P.6
Le don du sang en détail

P.8
Comment éduquer ses enfants à l'argent

P.10
Yoga, qui es-tu ?

P.12
Don et engagement : place à la générosité Z

P.16
Sur l'île d'Oléron, les rêves d'océan prennent l'eau

P.24
Temps libre : à chacun ses envies

P.28
Logement
Chacun cherche son nid

P.29
Tribune : Le logement, un sujet multiple

P.30
Devenir propriétaire en 2025

P.34
À chacun son « nid »

P.38
Quatrième âge : les alternatives aux Ehpad

P.42
Sondage
Logement et enjeux climatiques, une évolution encore contrastée

P.50
Portfolio
Quarante ans de Restos du cœur

P.54
La France qui se réinvente

P.54
SCOP-TI, l'aventure d'une vie

P.59
Trois initiatives qui font bouger la France

P.60
Blieux s'offre sa tournée générale

P.65
Dialogue entre les aventuriers Jean-Louis Étienne et Charlie Dalin

P.70
Portfolio
Mont Blanc : l'ascension de l'espoir

P.76
BD
Irène, une bénévole au grand cœur

En septembre 2024, des sociétaires de la France entière ont participé à un atelier de lecteurs dans les locaux de So Press à Paris pour choisir les sujets qui seraient traités dans ce nouveau numéro du magazine. Au cours de cette journée, ils ont planché ensemble, mêlant sérieux et bonne humeur comme le montrent ces portraits. Christopher, Juliette, Audrey, Maritza, Léo, Jean-Marc, Patrice, Pascal… Leurs suggestions et leurs interventions sont à l'origine d'une partie des sujets que vous découvrez aujourd'hui.

© THIERRY BORREDON

Le don du sang en détail

Chaque jour, une centaine de collectes mobiles sont organisées dans la France entière pour permettre à toute personne éligible de donner son sang, où qu'elle vive. Ces dons permettent de soigner un million de patients chaque année, selon les chiffres de l'Établissement français du sang. Où donner, comment et pourquoi ? Explications avec Hervé Meinrad, directeur de la collecte et de la production de l'EFS.

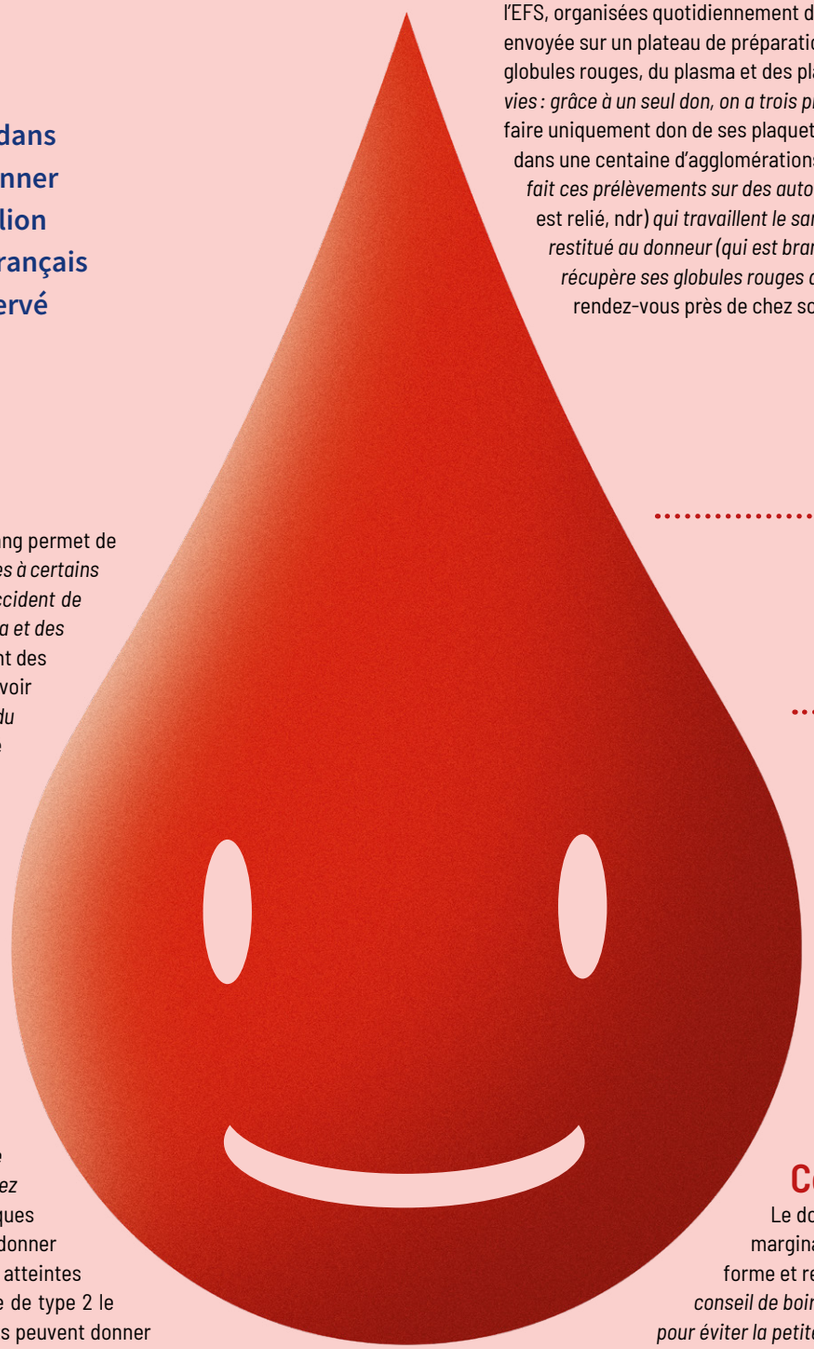
Par Élisa Covo

Pourquoi donner son sang ?

Non rémunéré en France, contrairement à des pays comme l'Allemagne ou les USA, le don du sang permet de préparer des produits sanguins qu'aucun médicament ne peut remplacer. *« Ils sont indispensables à certains malades,* détaille Hervé Meinrad. *Dans le cadre d'une hémorragie par exemple, à la suite d'un accident de voiture ou d'un accouchement, on a besoin de transfuser des poches de globules rouges, du plasma et des plaquettes issus du don du sang afin de stabiliser la personne en danger. »* Comme ces produits ont des durées de vie très courtes, il faut un flux continu de donneurs pour permettre aux hôpitaux d'avoir constamment des produits en réserve. *« Une poche de sang tient 42 jours. Les plaquettes, issues du don, expirent au bout de 7 jours. On a donc besoin de donneurs quotidiennement »*, insiste Hervé Meinrad. En 2023, l'EFS a d'ailleurs enregistré une baisse de 4,5 % des cessions de concentrés de globules rouges aux établissements de santé, qui représentent au total 2 678 054 dons, effectués par 1 571 605 donneurs. Raison de plus d'aller donner !

Qui peut donner son sang ?

En principe, toute personne en bonne santé, âgée de 18 à 70 ans (65 pour le plasma et les plaquettes), et pesant plus de 50 kg, peut donner son sang. Il existe cependant quelques contre-indications, vérifiées par un questionnaire à remplir, suivi d'un bilan de santé avec un professionnel de l'EFS une fois sur place. *« L'objectif est de voir si vous pouvez donner en toute sécurité pour vous-même et pour le receveur. Si vous avez par exemple une pathologie cardiaque importante, avez fait un AVC, voyagé dans un pays où circulent certaines maladies, ou si vous avez eu plusieurs partenaires sexuels dans les quatre derniers mois. »* En clair et pour balayer quelques idées reçues, les hommes ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes peuvent donner leur sang dans les mêmes conditions que les autres donneurs. En revanche, les personnes atteintes de diabète de type 1, traitées par insuline, ne le peuvent pas, mais celles atteintes de diabète de type 2 le peuvent. Il faut également espacer d'au minimum huit semaines ses dons du sang. Les hommes peuvent donner leur sang six fois par an, les femmes quatre. Pour les dons de plasma, deux semaines d'écart suffisent, quatre pour les dons de plaquettes.



Où donner ?

Il existe trois types de don, et les lieux varient en conséquence. Le don de sang total peut se faire lors des collectes mobiles de l'EFS, organisées quotidiennement dans des villages, mairies, quartiers, gymnases… Chaque poche de sang prélevée est ensuite envoyée sur un plateau de préparation où elle passe dans une centrifugeuse permettant d'obtenir trois produits différents : des globules rouges, du plasma et des plaquettes. *« C'est pour ça que l'on dit que donner son sang permet de contribuer à sauver trois vies : grâce à un seul don, on a trois produits qui iront à trois receveurs différents »*, rappelle Hervé Meinrad. Il est aussi possible de faire uniquement don de ses plaquettes ou de son plasma. Ces dons se font exclusivement dans les Maisons du don de l'EFS, situées dans une centaine d'agglomérations. *« Ces dons nécessitent des équipements difficilement déplaçables,* explique Hervé Meinrad. *On fait ces prélèvements sur des automates d'aphérèse* (une machine qui ressemble à une grosse centrifugeuse à laquelle le donneur est relié, ndr) *qui travaillent le sang en direct pour séparer le plasma ou les plaquettes du reste. Tout ce qui n'est pas conservé est restitué au donneur (qui est branché à la machine). Ce type de don est un peu moins sollicitant pour l'organisme, puisque celui-ci récupère ses globules rouges qu'il n'aura pas besoin de reconstituer. »* Pour visualiser tous les points de collecte et prendre rendez-vous près de chez soi, l'EFS a mis en place une carte interactive sur son site *dondesang.efs.santé.fr*.

Où donner près de chez vous ?

Le don du sang permet de préparer des produits sanguins qu'aucun médicament ne peut remplacer.

Comment se déroule un don du sang ?

Une fois un rendez-vous pris, on se présente à l'accueil du lieu de collecte avec sa pièce d'identité. Seront alors remis des documents d'information sur le don du sang, ainsi que le questionnaire permettant de vérifier la bonne santé et l'éligibilité du donneur. Après un entretien de vérification avec un professionnel de santé de l'EFS, le donneur s'allonge sur un lit dans la salle de prélèvement. *« On prélève d'abord quelques tubes dédiés à l'analyse de votre sang, pour s'assurer que vous n'êtes pas porteur d'une maladie qui pourrait poser un problème aux receveurs. Puis le don de sang dure moins de 12 minutes. En fonction de votre poids, on prélève entre 420 et 480 ml. »* Une fois le don terminé, le donneur se dirige doucement vers une salle de collation, où il restera sous l'observation du personnel de l'établissement une vingtaine de minutes avant de pouvoir partir.

Comment se préparer à son rendez-vous ?

Le don du sang ne présente aucun danger. Mais il existe quelques effets secondaires, très marginaux, comme le malaise vagal, rappelle Hervé Meinrad. Pour l'éviter, il faut avant tout venir en forme et reposé. *« Idéalement sans avoir absorbé de boisson alcoolisée. Juste avant le don, on donne le conseil de boire de l'eau, et on encourage le patient à faire des mouvements de pied pendant le prélèvement pour éviter la petite chute de tension. On conseille aussi d'avoir une alimentation équilibrée avec un apport riche en fer, comme des lentilles ou des produits de la mer, pour reconstituer son capital de globules rouges le plus rapidement possible à la suite du don ! »* ●

© XAVIER POULEAU

Comment éduquer ses enfants à l'argent ?

Enseigner à ses enfants dès le plus jeune âge la valeur de l'argent permet de les préparer à l'autonomie financière et de leur apprendre à épargner. Nos conseils pour une éducation progressive et bénéfique.

Illustration Tom Goyon

C'est un constat. En France, l'argent est tellement tabou que, bien souvent, les parents n'évoquent pas ou peu le sujet avec leurs enfants. Au contraire, il faut l'aborder tôt avec eux pour qu'ils apprennent progressivement comment dépenser et économiser pour leurs projets. Le début de l'apprentissage du calcul, à 5 ans, est un bon point de départ pour l'éducation financière.

De 5 à 11 ans: comprendre l'utilité de l'argent

Dès l'école primaire, les enfants comprennent que l'argent peut être utile pour s'acheter des choses qui font plaisir. C'est pour certains le début de l'argent de poche, qui avoisine quelques euros hebdomadaires en liquide. À cet âge-là, l'argent est souvent considéré comme un cadeau, reçu à la suite d'une bonne note, par exemple, puisque les parents subviennent à tous les besoins. Donner à son enfant ces petites sommes permet alors de lui faire comprendre qu'il peut choisir comment le dépenser. On peut aussi commencer à aborder le principe des économies, mais surtout sur du court terme, car les enfants ne se projettent pas encore, et les sommes sont si modestes que l'utilisation est quasi immédiate.

De 12 à 15 ans: apprendre à économiser

L'entrée au collège marque le début du chemin vers l'indépendance et, avec elle, un besoin d'argent plus important qui est naturel. Cette étape est un bon moment pour basculer de l'argent de poche hebdomadaire à une somme mensuelle. Cela permet à l'enfant d'apprendre à maîtriser ses dépenses et recettes du mois, même si les parents subviennent toujours aux besoins. C'est également la première étape vers la notion de salaire, et cela permet à l'enfant d'économiser durant un temps plus long. Plutôt qu'économiser, on commence à épargner. Et dès 12 ans, les parents peuvent ouvrir un livret d'épargne jeune.

De 16 à 18 ans: la transition vers l'autonomie

Le lycée est souvent la dernière – ou l'avant-dernière – étape avant que les enfants ne quittent le cocon familial. Il s'agit donc d'un moment primordial dans leur éducation à l'argent. À cet âge, ils sont aussi nombreux à posséder une carte bleue sans autorisation de découvert, qui leur permet de s'initier à la gestion de leur argent lorsqu'il est dématérialisé et au suivi de leurs dépenses via des applications bancaires. C'est à ce moment-là qu'il est primordial d'insister sur la notion de budget mensuel et de leur faire comprendre l'importance d'épargner pour des projets de long terme plus ambitieux, comme le passage du permis ou des vacances entre amis. Ce moment de transition est celui où les jeunes apprennent à être véritablement autonomes et à gérer leur épargne.

Les bases de l'autonomie

Pour pouvoir gérer son argent, il faut en avoir. D'où l'intérêt, pour les parents, d'apprendre à leurs enfants la valeur de l'épargne le plus tôt possible. Et de leur ouvrir un livret jeune, voire une assurance-vie. Il ne faut pas hésiter à parler argent dès l'enfance, pour que l'évolution soit la plus fluide possible. Le ministère de l'Éducation a ainsi mis en place le programme Educfi (Éducation économique, budgétaire et financière), accessible aux élèves de quatrième, aux élèves de SEGPA et de troisième prépa-métiers, à tous les élèves de CAP et de seconde professionnelle sur la base du volontariat des professeurs pour initier les enfants à l'école. Pédagogie, échange et continuité sont les maîtres mots pour faire de son enfant un épargnant et un consommateur autonome.

De 19 à 24 ans: gérer son budget et consolider son épargne

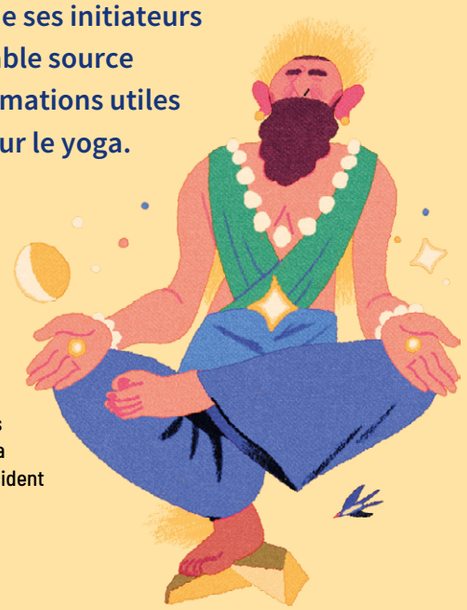
Une fois que les enfants ont quitté le cadre familial pour partir étudier, la notion d'argent de poche disparaît et devient une allocation mensuelle qui doit leur permettre de subvenir seuls à leurs besoins, c'est-à-dire payer le loyer, se nourrir, gérer les loisirs, etc. L'étudiant doit pouvoir identifier ses frais fixes et variables, tout en épargnant régulièrement. Un modèle peut être intéressant à transmettre : la règle des 20-30-50. Le principe est que 50 % du revenu mensuel doit être dédié aux charges fixes, 30 % au budget complémentaire et 20 % épargnés sur un livret en début de mois. L'idéal étant d'avoir de côté au moins trois fois son budget principal, pour les coups durs. Il en va de même pour les alternants et les jeunes actifs, qui partiront plus confiants dans la vie avec un matelas de sécurité. ●

Yoga, qui es-tu ?

SUJET PROPOSÉ PAR LES SOCIÉTAIRES • Vous! par Macif

Ultra-tendance en France ces dernières années, le yoga s'invite partout, en salle de sport comme à l'extérieur, en visio sur Internet ou dans les bureaux des entreprises. D'après la plupart de ses initiateurs et de ses adeptes, cette pratique est une incroyable source de bien-être physique et mental. Voici sept informations utiles et amusantes pour (presque) tout comprendre sur le yoga.

Par Pauline Ducousso – Illustrations Gianluca Foli



1 • D'où vient le yoga ?

Combinant exercices physiques et mentaux, le yoga est destiné à atteindre un bien-être. Comme son nom l'indique en sanskrit – yoga signifie unir –, cette pratique connecte le corps, l'esprit et la respiration. Il faut remonter à plus de 5 000 ans, bien avant la lutte et la course à pied, pour trouver les racines du yoga en Inde. Après les védas – textes sacrés qui ont explicité la symbolique du yoga –, l'auteur Patanjali codifia plus tard les principes fondateurs dans ses *Yoga Sutra*. Débarqué en Occident au XXe siècle, le yoga a connu un succès fulgurant dès les années 1960.

2 • Des postures en veux-tu en voilà

Qui dit yoga dit entre autres bien-être physique. Pyramide, guerrier, sage, cobra, pince, chameau… Tous ces noms curieux sont bel et bien ceux de postures de yoga qui viennent renforcer et tonifier les muscles et soulager les douleurs tout en travaillant la souplesse et l'équilibre. Une séance débutera souvent par une « salutation au soleil », enchaînement de postures fondamentales de la pratique. Pour se challenger, on peut se lancer dans des postures comme celles du pont ou de la chandelle (tête en bas), du corbeau ou du scorpion (flexion du bas du dos en équilibre sur les avant-bras). Pas toujours évident un samedi à 8 heures du matin… Après ces acrobaties, rien de mieux que les positions de l'enfant, du pigeon ou du crocodile allongé ventre contre le sol pour étirer les muscles et se détendre.

3 • Ne pas oublier de respirer

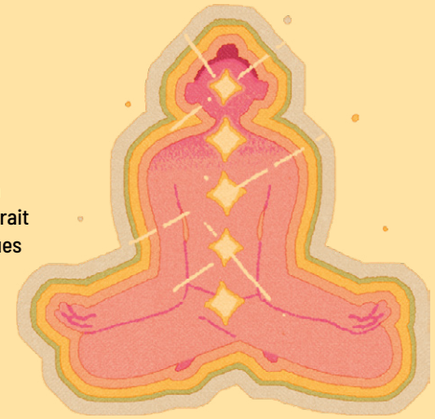
Prendre conscience et contrôler sa respiration est primordial pour accompagner la réalisation des postures. Selon les yogistes, la respiration, lien entre le corps et le plexus solaire, aiderait à diffuser l'énergie dans le corps, libérerait les tensions, équilibrerait le système nerveux, améliorerait le bien-être physique et mental et purifierait le corps. Parmi les techniques les plus étonnantes : la méthode *bhastrikâ,* qui consiste en une respiration abdominale rigoureuse et rythmée. Un peu comme un soufflet de cheminée. Mais sans la fumée !

4 • Un instant pour méditer

Épuisé par le surmenage et le stress du quotidien ? La méditation, composante clé du yoga, aiderait à apaiser votre esprit et à le libérer des pensées parasites et négatives. On profite de ce moment pour s'ancrer dans l'instant présent, se concentrer sur l'essentiel et se recentrer sur soi. Résultats attendus : une créativité et une concentration qui seraient reboostées et un regain de confiance en soi. N'imaginez pas méditer assis en tailleur pendant d'interminables heures. Il suffit de s'allonger dans la posture du *cadavre* (drôle de nom !), de se détendre, de respirer profondément et de lâcher prise. Seuls les maîtres yogis sauront a priori atteindre un état de conscience suprême et une « libération ». Mais réussir à méditer 5 minutes est déjà un exploit !

5 • Des chants pour harmoniser les chakras

Ne soyez pas surpris si un cours de yoga démarre avec le doux chant commun *Om*. Ce célèbre mantra – vibration sonore qui aide à concentrer l'esprit – élèverait spirituellement et unifierait les chakras. Les chakras ? Des centres énergétiques qui connectent le corps avec la conscience et l'esprit et qui feraient circuler l'énergie vitale. Les sept principaux chakras sont reliés à une partie du corps spécifique longeant la colonne vertébrale (tête, gorge, cœur, etc.).



6 • Différentes pratiques

Il existe plusieurs grands types de yoga pratiqués en Occident, parmi une centaine d'autres. Le hatha, forme de yoga la plus classique, se concentre sur le maintien de postures et la respiration, tandis que l'ashtanga est une pratique dynamique synchronisant la respiration avec le mouvement. Le vinyasa se focalise lui sur un enchaînement rythmé et libre de postures. Pour un yoga doux axé sur la relaxation et la méditation, mieux vaut opter pour le yin. À l'inverse, le bikram – yoga actif pratiqué dans une salle chauffée à 40 °C – éliminerait les toxines, encore faut-il apprécier de se faire rôtir les muscles. Les plus curieux s'essaieront au yoga aérien, suspendu dans un hamac, ou au sup yoga sur un stand up paddle sur l'eau.

7 • Vivre yoga

Pour un grand nombre de ses pratiquants, le yoga est bien plus qu'une simple pratique : c'est une philosophie de vie et un art de vivre. Emprunter la voie du yogi est une démarche spirituelle qui apporterait selon eux une paix intérieure et une sérénité dans le quotidien. Un yogi aspire à un mode de vie simple, sain et axé sur la bonne santé mentale et physique. Ainsi, une alimentation saine et naturelle – ou même végétarienne – ne pourrait qu'améliorer votre bien-être. ●

Don et engagement

SUJET PROPOSÉ PAR LES SOCIÉTAIRES • Vous! par Macif

On les dit parfois égoïstes et déconnectés des réalités du monde, pourtant les enfants de la « Gen Z », c'est-à-dire la génération née à l'aube des années 2000, ont leur propre vision de la générosité et de l'engagement. Au point qu'ils ont développé de nouvelles solutions pour donner et multiplier les collectes de fonds fructueuses grâce au digital. Enquête.

Place à la générosité Z

Par Ana Boyrie
Illustration Jérôme Mireault

« 3,5 millions d'euros récoltés. Respect à vous.

Quand on se retrouve unis comme ça pour la bonne cause, c'est juste magnifique. Vous êtes des monstres. » C'est sur ces paroles enjouées postées sur Instagram que le streamer *(celui qui diffuse et propose son contenu en ligne, en direct ou en différé léger, ndr)* français AmineMaTue a réagi, le 20 janvier dernier, à la clôture de l'événement Stream for Humanity. Un marathon caritatif de trois jours, diffusé sur Twitch (service de diffusion en direct de vidéos, populaire dans le domaine des jeux vidéo, de la retransmission de compétitions esport ou d'événements divers), ayant pour objectif de récolter des dons pour les victimes de conflits armés au bénéfice de l'association Médecins sans frontières. Pour la première édition de cette collecte de fonds, c'est plus de 26 streamers qui se sont réunis sur la plateforme, dont quelques grands noms du web comme Squeezie, deuxième youtubeur de France, et Inoxtag, dont le documentaire sur l'Everest a été la vidéo la plus vue de 2024 sur YouTube en France. Aussi spectaculaire qu'elle puisse paraître, cette collecte est loin d'être un cas isolé. Ces dernières années, ce genre de mobilisations en ligne — touchant des participants ayant une moyenne d'âge ne dépassant pas 30 ans — se multiplient. L'un des plus importants étant le ZEvent, rassemblement de stars du web français créé en 2016, qui, lors de sa dernière édition, a récolté plus de 10 millions d'euros au profit de cinq associations luttant contre la précarité.

Preuve d'une bascule dans l'univers du don où les seniors ont longtemps été les plus généreux ? Pas complètement : les plus de 70 ans sont encore et toujours les plus gros donateurs (33 % contre 4 % pour les moins de 30 ans). Mais si les gens âgés restent les premiers à dégainer le chéquier, ils ne sont plus les seuls. Selon le dernier bilan dressé en 2023 par l'association Recherches et Solidarités sur la générosité des Français, les 18-27 ans sont ceux qui consentent « l'effort de don » le plus important. En effet, les dons aux associations de cette tranche d'âge représentent 2,5 % de leur revenu annuel moyen. Et pour ce qui est des bénéficiaires, toujours selon Recherches et Solidarités, trois causes semblent les mobiliser par ordre de priorité – la pauvreté et l'alimentation, l'écologie et les animaux, et l'enfance.

Un engagement protéiforme

Si les « digital natives » s'engagent davantage que les « boomers » *(nés entre 1946 et 1964, ndr),* la génération X *(nés entre 1965 et 1979, ndr)* ou les « millenials » *(nés entre 1980 et 1994, ndr),* c'est justement parce qu'ils maîtrisent – comme leur nom l'indique – le numérique sur le bout des doigts. « *Le vecteur digital est énorme pour la solidarité,* confirme Élisabeth Soulié, anthropologue et auteure de *La Génération Z aux rayons X* (2020). *Grâce au numérique, cette jeune génération a massivement recours aux "microdons". Chacun peut mettre un peu, et au bout du compte, ça a un impact extrêmement important.* » La mutation ne s'arrête pas là : ces quinze dernières d'années, le nombre de portails de collecte en ligne a explosé, les réseaux sociaux Facebook, Instagram ou encore TikTok ont lancé les « donation stickers » (« autocollants de don », en français) permettant aux utilisateurs d'effectuer des collectes de fonds personnelles, et même les ONG ont adapté leurs quêtes de terrain pour que le don par carte bancaire soit possible… Zoom, la plateforme de visioconférence, a elle aussi rejoint l'aventure caritative en proposant d'ajouter un bouton de don dans ses réunions virtuelles. Bref, aujourd'hui, grâce aux outils numériques, s'engager ou faire un don n'a jamais été aussi facile. « *En 2023, la part du don en ligne représente 30 % dans la collecte de dons ponctuels (contre 20 % en 2019),* indique Pauline Héry, chargée de plaidoyer chez France Générosités. *Et selon notre baromètre "image et notoriété", 52 % des 25-34 ans déclarent avoir participé à des cagnottes en ligne pour des associations ou fondations.* » Bien qu'ils soient souvent considérés comme immatures et naïfs, comme le souligne la journaliste Salomé Saqué dans son livre *Sois jeune et tais-toi !,* force est de constater que les 12-27 ans ne sont pas sans courage lorsqu'il s'agit de se retrousser les manches pour agir. Partout dans le monde, jeunes hommes et jeunes femmes se bougent pour que ce dernier tourne plus rond : Greta Thunberg, Camille Étienne et tant d'autres. La liste est longue. L'engagement prend aussi bien des formes. À défaut de pouvoir donner son argent, Tim Deguette préfère donner son temps aux associations, comme bénévole lors de maraudes. Originaire de Lille, cet étudiant en alternance à l'agence de marketing Isoskèle a récemment fait parler de lui, après avoir lancé « Solly », la première carte de paiement pour les sans-abri qui permet de dématérialiser les dons directement depuis son smartphone. « *L'idée, c'est d'empêcher l'habituelle phrase* "désolé, je n'ai pas de monnaie"*, tout en redonnant confiance aux donateurs,* raconte-t-il. *Car après sondage, on s'est rendu compte que 70 % des Français avaient une crainte sur la destination de leur don, considérant qu'il pouvait payer l'une des quatre addictions : alcool, tabac, drogue et jeu d'argent.* » À seulement 22 ans, ce jeune entrepreneur a ouvert en avril 2024 une campagne de financement participatif pour « Solly ». Ses trois objectifs : récolter 15 000 euros, trouver 500 donateurs et obtenir trois parutions médiatiques. Après seulement 39 jours de campagne, le projet récolte près de 80 000 euros, rassemble 1 400 donateurs et apparaît déjà dans une trentaine de médias.

> ***« C'est une génération qui ne se projette quasiment plus. Pour elle, l'expérience l'emporte sur la possession. Elle va privilégier le temps présent, s'engager et rester fidèle à son engagement tant que ça la nourrit émotionnellement. »***
>
> **Élisabeth Soulié**

Génération altruiste

« *On a souvent considéré la Gen Z comme égoïste, alors qu'en réalité, elle est très altruiste,* constate l'anthropologue Elisabeth Soulié. *Elle est sortie de l'individualisme pour aller vers le collectif.* » Ainsi, la participation bénévole des jeunes est aujourd'hui à son plus haut niveau depuis 2016. Pauline Héry, de France Générosités, confirme que 29 % des 16-24 ans déclarent avoir une activité bénévole. « *C'est une génération qui ne se projette quasiment plus,* explique Élisabeth Soulié. *Pour elle, l'expérience l'emporte sur la possession. Elle va donc privilégier le temps présent, elle va s'engager et rester fidèle à son engagement tant que ça la nourrit émotionnellement.* » L'anthropologue parle d'une nouvelle solidarité « *hyper-personnalisée* » : je m'engage parce que cette cause me concerne, parce que le fait de pouvoir agir participe à l'intelligence du monde. « *Cette génération fait aussi le pari du relationnel,* poursuit-elle. *Face au grand défi qui l'attend, elle se dit :* "Seule, je ne peux rien faire, c'est ensemble qu'on y arrivera." »

C'est aussi ce qui pousse les influenceurs à s'engager. À l'instar d'Arkunir qui, fort de son million d'abonnés sur le réseau X (ex-Twitter), a lancé le 18 novembre dernier un appel à réaliser le record d'Europe de don du sang. Promesse tenue, puisqu'en seulement quatre jours, Florian Gripon de son vrai nom est parvenu à réunir plus de 4 000 donateurs. Et ce n'était pas la première fois que l'influenceur de 22 ans usait de sa popularité pour servir une bonne cause. En 2021, il avait déjà récolté 47 500 euros pour la Fondation 30 millions d'amis, en faisant le tour du monde sur Google Maps dans un live Twitch de 48 heures. De quoi donner des idées aux ONG traditionnelles qui, pour toucher une cible plus jeune, n'hésitent plus à faire appel aux créateurs de contenu. Le 20 janvier dernier, par exemple, l'Unicef a annoncé la nomination de l'influenceuse Paola Locatelli (2 millions d'abonnés sur Instagram) en tant qu'ambassadrice. « *Ce sont de vrais porte-parole,* estime Tim Deguette. *Aujourd'hui, si Squeezie ou Léna Situations décident de donner, leur communauté va donner.* » ●

1 500 podcasts pour appeler au don

Inspiré du Téléthon et du ZEvent, le Podcasthon a fait son retour pour une troisième édition du 15 au 21 mars 2025. Durant cette période, des milliers d'animateurs de podcasts francophones (et anglophones) ont diffusé un épisode inédit dédié à une association. « *Les podcasteurs ont raconté les actions menées par l'organisme caritatif de leur choix, quels sont ses enjeux, et ont invité leurs auditeurs à s'engager à leur tour, que ce soit en relayant l'info, en donnant de leur temps ou de l'argent* », explique Jérémie Mani, cofondateur de l'association Altruwe, à l'origine de l'événement. « *Ça permet de toucher un nouveau bassin de population, notamment les jeunes, dont les écoutes sont en hausse de 10 % pour les 12-24 ans.* »

Sur l'île d'Oléron, les rêves d'océan prennent l'eau

« C'est pas l'homme qui prend la mer, c'est la mer qui prend l'homme. » À Oléron, les célèbres paroles de Renaud résonnent chaque jour un peu plus fort à mesure que **s'accentuent l'érosion des côtes et les risques de submersion.** Habitations menacées, protections éphémères, factures exorbitantes : que faire face à cette eau qui n'en finit plus de monter et de menacer le littoral ? Reportage sur place.

Par Barnabé Bictin
Photos Brian Reynaud

Un bout de jardin fleuri de quelques fusains, l'odeur des deux pins parasols qui ondulent juste au-dessus du petit portail, et puis l'océan. Gris, immense, à perte de vue. Depuis sa terrasse, Dany Aigoin désigne cet incroyable panorama qui l'a fait chavirer : *« Quand je suis arrivée là pour la première fois, j'ai été subjuguée, je suis tombée aussitôt amoureuse de cet endroit. »* C'était en 2003, et son mari Olivier, avocat à Saintes, n'a guère eu besoin, lui non plus, d'arguments supplémentaires pour ranger au placard ses envies de cabriolet et s'offrir cette résidence secondaire avec fenêtre sur mer, à La Brée-les-Bains, une petite commune de 700 habitants installée sur la côte nord-est de l'île d'Oléron (Charente-Maritime). Vingt ans plus tard, il voudrait encore croire qu'il a eu raison de succomber ainsi : *« Une vue pareille, ça fait rêver, non ? »* Pourtant, depuis, l'idylle a comme tourné au cauchemar. Année après année, voilà que les vagues se rapprochent dangereusement et n'hésitent plus à s'inviter directement à l'intérieur de la propriété, les soirs de grosses tempêtes. Menaçant à terme son existence même, et emportant avec elles les promesses d'une retraite heureuse, en bord de mer. *« On ne dort plus tranquille, c'est la panique dès qu'un coup de vent est annoncé… »,* confie Dany d'une voix éplorée.

Pour prendre la mesure de l'érosion qui guette, il n'y a qu'à descendre sur la plage de la Passe blanche, en contrebas. Ici, tout indique l'inlassable travail de la houle, qui ne cesse de grignoter du terrain sur le front de mer. Le « trait de côte » n'y a jamais aussi bien porté son nom, littéralement matérialisé par cette ligne qui se creuse dans le calcaire, à même la dune. *« Par endroits, ça a déjà reculé d'une dizaine de mètres,* rapporte le couple. *Avant, il y avait ici des terrasses, qui ont été emportées par la mer… »* Et remplacées, depuis, par des panneaux qui alertent : « Danger », « Risque d'éboulement ». Alors, pour tenter de protéger la petite falaise sur laquelle trône encore majestueusement leur demeure, les époux Aigoin ont investi 30 000 euros de leur poche pour installer un gabion *(un casier rempli de pierre, ndr),* il y a une dizaine d'années. Les cages métalliques, chargées de 26 tonnes de pierres, forment un mur de plus de 2 mètres qui fait office de bouclier au ressac. Las, à mesure que le roulis de la mer continue d'avancer, l'édifice menace à présent de s'effondrer et de rendre la facture toujours plus salée : *« Nous sommes à bout, c'est un combat de tous les jours »,* se lamente Dany, emmitouflée dans son manteau en fourrure. Ce n'est pas de gaieté de cœur qu'elle songe parfois à se résoudre à l'idée de vendre la propriété. Mais là non plus, elle ne se fait plus guère d'illusions : *« Trouverait-on encore seulement des gens intéressés ? »*

Certainement pas Paul, en tout cas. Le patron des Chenapans, tout premier restaurant à la sortie du pont de près de 3 kilomètres – le plus long de France – qui relie le continent à l'extrémité sud de l'île, s'est fait une raison : *« Je n'irais pas acheter une maison sur la côte, c'est devenu un attrape-pigeon : dans quelques années, ce ne sera plus habitable ! »* Pompier volontaire en dehors de ses services, il est bien placé pour observer les stigmates de l'érosion sur la centaine de kilomètres de côte qui borde l'île, surnommée « la lumineuse » par l'écrivain Pierre Loti : *« Partout, ça se casse la gueule »,* prévient le trentenaire. Autre exemple sur la côte ouest, la plus sauvage, prisée des 350 000 touristes qu'accueille l'île au cœur de la saison estivale : çà et là, les souches d'arbres avalés par la mer, comme les ruines d'asphalte, vestiges d'anciennes routes ensevelies par les flots, témoignent des effets impitoyables de la montée des eaux. *« Un nouveau terrain de jeu pour les archéologues ! »,* ironise Michel, venu avec Olaf, son boxer, profiter du doux soleil d'hiver pour faire son jogging hebdomadaire. Ancien hématologue, le retraité fait partie des 22 000 habitants à l'année de l'île, et, comme la plupart d'entre eux, il se sent bien impuissant devant le désastre. *« À chaque grande marée, les gens lèvent les yeux au ciel, mais on n'a que nos yeux pour pleurer, à la fin… »*

Si Oléron prend aujourd'hui ces airs de carte postale en voie de disparition, c'est parce que *« l'érosion y est la plus forte d'Europe »,* rappelle Adrien Privat, pour le compte du Conservatoire du littoral. Avec une partie substantielle de son territoire située sous le niveau de la mer, alors même que le golfe de Gascogne reste particulièrement soumis aux tempêtes, l'île s'avère d'autant plus exposée au risque de submersion. De quoi raviver le traumatisme de la tempête Xynthia, qui avait durement frappé Oléron avec un mort et d'importantes inondations.

> *« À chaque grande marée, les gens lèvent les yeux au ciel, mais on n'a que nos yeux pour pleurer, à la fin… »*

En 2022, l'État français a ainsi inscrit deux communes de l'île parmi les 126 prioritaires, considérées comme les plus vulnérables aux risques littoraux – elles sont désormais 242. Car l'île d'Oléron est loin d'être un cas isolé. Des Hauts-de-France à la Corse en passant par les Landes ou, à un degré moindre, la Côte d'Azur, aucun littoral ne semble épargné par le fléau. À Treffiagat, dans le pays bigouden (Finistère), le déchirement est le même depuis que les pouvoirs publics ont annoncé racheter sept maisons menacées de submersion afin de les détruire. Pendant des années, la collectivité a tout entrepris pour renforcer les systèmes d'endiguement – enrochement, brise-lames, pieux – en vain. Coût des travaux : 1 million d'euros en dix ans. *« Un gouffre sans fond et un pansement sur une jambe de bois, car la mer est plus forte que nous. Les modèles prouvent que, de façon inexorable, elle finira par rentrer »,* rapportait à l'AFP, en janvier dernier, le président de la communauté de communes pour justifier cette décision, *« la seule solution pour protéger les riverains ».* Ce cas n'est pas sans rappeler celui du Signal sur la plage de Soulac-sur-Mer (Gironde), cet immeuble démoli en février 2023 et devenu malgré lui l'un des symboles de l'érosion côtière.

D'après le ministère de la Transition écologique, ce sont aujourd'hui 1,5 million de personnes qui sont exposées au risque de submersion marine en France. Et le phénomène s'accélère. Selon une étude parue en 2021 dans la revue scientifique *Nature Communications,* les heures de débordement côtier auraient augmenté de près de 50 % au cours des 20 dernières années, à l'échelle mondiale. Le coupable est connu : si l'érosion n'a

rien de nouveau en tant que phénomène naturel, son ampleur se trouve aujourd'hui largement accentuée par le changement climatique et ses corollaires, l'élévation du niveau des mers et l'augmentation de l'intensité des tempêtes. *« Ce double effet accroît la fréquence des niveaux marins extrêmes, qui participent directement des grands aléas sur le littoral que sont l'érosion et la submersion,* éclaire le professeur Éric Chaumillon, spécialiste en géomorphologie marine à l'université de La Rochelle. *Autrement dit, le recul du trait de côte s'amplifie de façon mécanique sous l'effet de la hausse des températures. »* Alors que le niveau moyen de l'océan pourrait, selon le scénario le moins optimiste du GIEC, s'élever de près d'un mètre d'ici à 2100, les dernières projections du CEREMA (le Centre d'études et d'expertise sur les risques, l'environnement, la mobilité et l'aménagement) en matière d'érosion côtière, publiées au printemps 2024, ont jeté comme un pavé dans la marée : à la même échéance, le recul du trait de côte pourrait ainsi atteindre plus de 500 000 hectares en France.

Alors, que faire ? À Oléron, on n'en est pas encore à racheter – et à quels prix, du reste ? – les 300 maisons menacées de submersion pour les détruire, mais Joseph Huot a parfaitement conscience de la nécessaire révolution dans les politiques d'aménagement : *« Dans les années d'après-guerre, on a urbanisé le littoral à tout va en se croyant tout permis. Mais aujourd'hui, il faut admettre que ce genre de restaurant n'aurait plus le droit d'être construit »,* explique le vice-président délégué au littoral de la communauté de communes de l'île d'Oléron, en prenant à témoin un commerce installé, les pieds dans le sable, du côté de la plage de la Rémigeasse. Lui-même se souvient, petit, de ces concours de *« roulés-boulés depuis le sommet des dunes »,* désormais formellement interdits à ses petits-enfants. À la place, des ganivelles *(clôtures formées de lattes de bois, ndr)* encadrent à présent les 1 500 m³ de sable récemment déplacés là pour renforcer la dune. Parmi les mesures à court terme dont disposent les pouvoirs publics, le réensablement est l'une des solutions dites « douces », au regard des impressionnants cordons de roche qui fleurissent ailleurs – fortifications qui donnent parfois l'impression de vouloir imiter le célèbre fort Boyard qu'on aperçoit au loin. Mais cela reste un palliatif imparfait, reconnaît l'élu oléronais : *« Ça ne dure jamais bien longtemps, ça peut disparaître à la prochaine grande marée. Il faut constamment faire et refaire : c'est un vrai travail de Sisyphe. »*

« Ça ne dure jamais bien longtemps, ça peut disparaître à la prochaine grande marée. Il faut constamment faire et refaire : c'est un vrai travail de Sisyphe. »

La dernière option, nettement moins gourmande en énergie et en argent public, consiste à *« ne rien faire »* et à laisser la mer remporter ce combat perdu d'avance. Comme à la pointe de Gatseau, tout au sud de l'île, où l'érosion est la plus forte sur l'île, atteignant parfois jusqu'à 50 mètres par an. Une philosophie de l'acceptation qui n'est pas tout à fait du goût des époux Aigoin, forcément. Pour faire entendre leurs voix, ils ont créé Galione, un regroupement d'associations qui tente d'interpeller les pouvoirs publics. Car pour l'heure, les travaux engagés pour lutter contre l'érosion ne peuvent prétendre au soutien financier du « fonds Barnier » (le FPRNM, le Fonds de prévention des risques naturels majeurs). Une *« absurdité »* qui ulcère Dany : *« Se protéger contre l'érosion, c'est aussi se protéger contre la submersion, ce qui concerne de plus en plus de gens ! Pourquoi devrait-on être les seuls à en subir la charge ? »* Peut-être parce que le malheur des uns semble encore devoir faire le « bonheur » de certains ? Bernard, 77 ans, n'a en tout cas pas trouvé mieux que l'humour lorsqu'il a appris que sa maison, achetée en 2013 du côté du Château-d'Oléron, à environ 4 kilomètres de la plage, était désormais classée en zone rouge pour les risques de submersion : *« J'ai dit à mon épouse :* "Voilà, tu vois, tu vas finir par l'avoir, ta maison avec vue sur mer." » ●

« Notre littoral va être redessiné dans les décennies à venir. » **Bertrand Delignon**

Pour **Bertrand Delignon**, directeur assurance dommages Macif, la montée des eaux, accompagnée par des phénomènes d'érosion et de submersion du littoral, est devenue **un enjeu de société majeur.** Et chacun, assureur, pouvoirs publics, assurés, doit prendre sa part face au problème.

Pour mieux comprendre l'impact des submersions marines, découvrez notre podcast *Aléas*

Les phénomènes d'érosion et de submersion du littoral et leurs conséquences en matière de recul du trait de côte[1] sont-ils devenus des sujets de préoccupation majeurs en 2025 pour les assureurs français ?
Oui, et pas seulement pour les assureurs, mais aussi pour les élus et pour les habitants des littoraux déjà affectés. De nombreuses études, notamment des pouvoirs publics, soulignent l'urgence d'une mobilisation générale, car les effets du dérèglement climatique sont déjà visibles sur nos côtes. Pour s'en convaincre, il suffit d'observer l'impact des tempêtes hivernales et des fortes pluies ces dernières années pour en constater les dommages. La projection de ce recul du trait de côte est sans appel, notre littoral va être redessiné dans les décennies à venir, c'est une certitude. Cette mobilisation générale doit être accompagnée d'une plus grande communication envers les populations exposées et d'une meilleure connaissance de ces risques d'érosion et de submersion.

L'importance du phénomène est-elle aujourd'hui de nature à remettre en cause la possibilité d'assurer certains territoires ?
Avant de parler d'assurabilité, la capacité d'assurer les logements, il faut aborder le sujet délicat de l'habitabilité de ces territoires et prendre le problème dans le bon ordre. Pour le dire simplement : l'urbanisation du littoral et l'artificialisation des sols doivent être freinées, car certaines zones côtières deviendront inhabitables dans 30 ou 40 ans. La question de la protection du bien ne se posera donc plus. Le sujet central concerne donc l'aménagement du territoire. Des exemples emblématiques, tel l'immeuble Le Signal à Soulac-sur-Mer en Gironde, construit en 1967 et détruit en 2023, montrent à quel point une stratégie court-termiste peut s'avérer catastrophique pour les habitants concernés. Cet aménagement du territoire nécessite de la coordination, des financements et du courage politique. S'agissant plus précisément de l'assurance, il faut également de la pédagogie pour expliquer que, lorsqu'une tempête provoque une submersion du littoral, telle Xynthia, cet événement est éligible au régime d'indemnisation des catastrophes naturelles. A contrario d'une tempête, qui reste un événement aléatoire et ponctuel, l'érosion est un phénomène lent sur un temps plus long, parfois accéléré par un événement particulier, et qui ne relève pas du régime de catastrophes naturelles. Cette non-assurabilité nécessite de sensibiliser les propriétaires ou futurs acquéreurs de ces biens à ce risque d'érosion.

Où tous ces enjeux se font-ils aujourd'hui les plus menaçants, en France ?
Le recul du trait de côte n'est pas sélectif, et tout le littoral est exposé, c'est l'enseignement d'une étude récente du Cerema[2] sur la projection en 2050 et 2100 de ce phénomène. Les impacts sur la population sont plus forts sur les littoraux fortement urbanisés, comme le sud-est de la France où la densité de population est élevée. Les chambres régionales des comptes se sont emparées de ce sujet et tirent, à tour de rôle, la sonnette d'alarme. La dernière en date, celle de la région PACA, résume bien la situation : *« La prévention et la gestion des risques littoraux exercée par l'État au moyen de plans de prévention ne sont pas suffisantes pour répondre aux enjeux de submersion marine et d'érosion du trait de côte. »* Mais même pour les territoires à densité de population faible, à l'exemple des îles des côtes charentaises, les enjeux sont également forts. La tempête Xynthia de 2010 nous a dramatiquement rappelé que la politique de prévention et son corollaire sur le financement des ouvrages de protection du littoral sont cruciaux, mais force est de constater qu'aujourd'hui, l'action publique n'est pas à la hauteur des enjeux de vulnérabilité.

© @DARRI

L'érosion reste malgré tout le parent pauvre en matière d'indemnisation, puisqu'elle n'est pas éligible au régime de catastrophes naturelles et ne peut donc pas prétendre au fonds Barnier, dédié à la prévention des catastrophes naturelles.
Il y a une explication très simple à cela : lorsque ce fonds de prévention a été créé en 1995, le législateur a considéré que les périls éligibles étaient les catastrophes soudaines, qui mettaient en jeu des vies humaines. Le recul du trait de côte, lui, est ce que j'appelle un « risque à bas bruit ». C'est un phénomène beaucoup plus lent, même s'il peut être accéléré en cas de tempête intense. Aujourd'hui, plusieurs réflexions sont engagées pour trouver de nouvelles modalités de financement, la question de la création d'un fonds dédié à la gestion de l'érosion étant notamment en discussion avec le législateur, à la suite de la publication de divers rapports ces dernières années, dont le rapport de mission Langreney sur l'assurabilité des risques climatiques. Ces sujets restent très complexes, et la solution première n'est pas assurantielle au sens indemnitaire. Les assureurs prennent cependant leur part, notamment en participant à l'adaptation de notre économie, en favorisant les investissements décarbonés, en privilégiant la réparation verte des dommages ou en finançant la recherche académique sur ces phénomènes. Autant d'initiatives qui permettent de mieux comprendre la genèse de ces dérèglements, de réduire notre empreinte carbone et de freiner le dérèglement climatique.

Autrement dit, tout le monde doit faire sa part face au problème ?
Exactement, parce que cette problématique pose les questions de la transition, de l'accompagnement et de l'adaptation. Au cœur de ces sujets, ce sont nos modes de vie et le rapport à notre environnement qui doivent être questionnés, c'est précisément à travers un aménagement du territoire responsable que se trouve la clé, et nous sommes tous concernés. Il faut également s'appuyer sur des dispositifs existants, telle la loi littoral dont il faut renforcer les contrôles pour la faire respecter. Si on parle d'érosion – comme de sécheresse ou d'inondation, du reste –, on n'évoque pas encore assez les impacts de l'artificialisation et de l'imperméabilisation des sols, qui entraînent des phénomènes de ruissellement. Ce sont là des enjeux qui touchent directement notre façon de penser l'urbanisme. J'en reviens à l'exemple du Signal. À l'époque, en 1967, cela apparaissait comme le summum du modernisme de bétonner le littoral. Aujourd'hui, il y a donc tout un travail de pédagogie et de sensibilisation à mener afin de ne pas reproduire les mêmes erreurs qu'hier, au risque de générer les mêmes désordres, demain. ●

[1] Le recul du trait de côte est le déplacement vers l'intérieur des terres de la limite entre le domaine marin et le domaine continental.
[2] Le Centre d'études et d'expertise sur les risques, l'environnement, la mobilité et l'aménagement (Cerema) apporte son concours à l'élaboration, à la mise en œuvre et à l'évaluation des politiques publiques en matière d'aménagement durable, d'urbanisme, de transition écologique et de cohésion des territoires.

• *OMBRE ET SOLEIL*, WINSLOW HOMER, 1872

© SEPIA TIMES/UNIVERSAL IMAGES GROUP VIA GETTY IMAGES

Temps libre

À chacun ses envies !

SUJET PROPOSÉ PAR LES SOCIÉTAIRES • Vous! par Macif

Les doigts de pied en éventail au bord de la piscine, voilà le cliché traditionnel de vacances réussies. En réalité, chacun a sa vision du temps libre et de la manière de l'occuper. Sportives, tranquilles, solidaires, en solitaire, en groupe, au bout du monde, à la maison, avec ou sans budget : il y a mille façons de profiter de ses congés. Témoignages.

« Partir en vacances avec une bande de copains suppose d'avoir l'esprit collectif. »

© DR

Martine Damy

68 ans

« Je pars en vacances en bande depuis toujours. Avant, nous étions une douzaine ou une vingtaine de copains, aujourd'hui c'est plutôt des petits groupes de 3 ou 4 personnes. Le plus souvent, le but est de découvrir la France à vélo en faisant des haltes dans des campings, des gîtes ou des petits hôtels. Il y a toujours une personne en charge du parcours, et une autre qui gère les dépenses collectives, sinon on ne s'en sort pas. Pour que le séjour se passe bien, il est important que tout le monde ait un esprit collectif et respecte la dynamique de groupe. C'est-à-dire qu'il faut parfois renoncer à l'envie de faire un petit détour ou de s'arrêter dans une brocante. Cela passe aussi par le fait de faire réviser son matériel avant de partir pour ne pas retarder tout le monde. Mais surtout, il ne faut pas avoir peur de l'imprévu. S'il nous arrive de mal manger ou de mal dormir, on doit malgré tout rester d'humeur égale pour maintenir une bonne ambiance au sein du groupe. Ce qui prime, c'est l'intérêt général et la solidarité, pas les volontés individuelles. C'est pourquoi tout le monde n'a pas le profil pour voyager de cette manière. Et, de mon côté, je ne pourrais pas partir avec n'importe qui. J'ai besoin de partager les mêmes valeurs fondamentales de tolérance et d'ouverture. » ●

Céline Levain

40 ans

« Quand je pars avec mon copain, on s'offre plutôt des vacances tout confort. Mais quand je voyage seule, que ce soit en France ou à l'étranger, j'aime le faire avec un petit budget, comme lorsque j'étais étudiante. Je privilégie les trajets en avion avec des compagnies low cost, en prenant un minimum de bagages pour limiter le prix du billet. Je voyage aussi en bus, notamment de nuit, ce qui me permet d'économiser une nuit d'hôtel. Et puis j'utilise des applications de covoiturage. Grâce à ce mode de transport, j'ai traversé la Lituanie, la Lettonie et l'Estonie pour quelques dizaines d'euros. J'ai aussi des bons plans pour dormir chez l'habitant gratuitement ou à moindres frais, comme le couchsurfing *(littéralement surfer de canapé en canapé, pour profiter d'hébergement gratuit chez des particuliers lors de voyages),* les échanges de services, le gardiennage de maisons et d'animaux de compagnie ou encore les plateformes d'échanges de logements entre particuliers. Il m'est aussi arrivé de louer une voiture et d'y dormir dans mon duvet. Je l'ai fait au Danemark, en été, près des fjords, par exemple. Je séjourne parfois dans des auberges de jeunesse ou des petits campings de montagne pas chers. Quand je fais de la randonnée, je bivouaque et je passe la nuit dans mon hamac. Pour les repas, je fais des petites courses et je fréquente des restaurants universitaires qui proposent des menus à partir de 5 euros. Le secret, c'est de prendre son temps et de bien préparer son voyage. Mon petit budget ne m'a jamais empêchée de voyager. » ●

« Avoir un petit budget ne m'a jamais empêchée de voyager. »

Eva Tapiero

41 ans

« J'ai commencé à voyager seule après une rupture amoureuse, en 2011. Je suis partie seule en Croatie pendant 15 jours et j'ai adoré ça ! C'était merveilleux, j'ai fait de nombreuses rencontres, et ce périple m'a offert un sentiment de joie et de liberté. Voyager seule permet d'acquérir une meilleure connaissance de soi. Cette expérience m'a tellement plu que, plus tard, j'ai fait un road trip de 8 mois en solitaire qui m'a menée en Thaïlande, en Australie, en Argentine, au Chili, au Pérou, en Bolivie et en Colombie. Je me suis parfois sentie seule au monde, mais c'est important d'éprouver cette sensation. À Bariloche, en Patagonie, je suis partie en randonnée et je me suis perdue alors qu'un orage commençait à gronder. Je n'avais pas de vêtement de pluie, et ma bouteille d'eau était vide. Personne ne savait où j'étais, et je n'avais aucun moyen de contacter qui que ce soit. J'ai réussi à ne pas paniquer, j'ai mis mon pull dans un sac en plastique pour conserver un vêtement chaud au sec et j'ai finalement retrouvé mon chemin. J'ai retenu de cette expérience que, lorsqu'on voyage seule, il faut toujours prévenir quelqu'un de l'endroit où on va. Et si je dois donner deux autres conseils aux personnes qui ont envie de se lancer, c'est de profiter de cette liberté pour se laisser happer par l'imprévu, et de bien préparer son budget, car voyager en solitaire coûte parfois un peu plus cher. » ●

« En voyageant seule, je fais beaucoup de rencontres. »

© DR

Adrien Loquesol

36 ans

« J'ai voyagé en Amérique latine pendant 13 mois en effectuant des missions d'entraide. Je suis d'une nature très active, je ne pourrais pas me contenter de faire la grasse matinée, d'aller à la plage et de boire des cocktails. Je ne voulais pas uniquement "consommer" des sites touristiques, mais profiter de belles choses grâce au woofing, ce principe de travail bénévole en échange de logement dans des fermes écologiques, et au volontariat pour rester actif, apprendre des choses et me sentir utile. À Ushuaïa, en Argentine, j'ai vécu chez une dame à laquelle j'ai rendu des services de jardinage. En Bolivie, j'ai travaillé dans des refuges pour animaux sauvages. Notamment dans la forêt amazonienne, dans une association spécialisée dans la sauvegarde des pumas. J'ai aussi participé à un chantier d'écoconstruction au Pérou, travaillé dans la permaculture et passé du temps dans une communauté quechua en Équateur. Voyager de cette manière m'a permis de rencontrer des gens que je n'aurais jamais croisés autrement. Au Pérou, j'ai vécu dans une communauté religieuse qui avait un élevage de cochons d'Inde et de chèvres. Même chose au Chili, où je participais beaucoup à la cuisine. Le volontariat en voyage est une expérience que j'ai envie de continuer à vivre, mais dorénavant sur de plus courtes durées. » ●

« J'aime voyager en étant utile. »

Aude Dupouy

44 ans

« Lors du confinement, en 2020, nous nous sommes rendu compte que nous étions très bien à la maison. Depuis, nous aimons rester chez nous pendant les vacances. Mais, il faut reconnaître que notre logement s'y prête et que tout le monde n'a pas cette chance. Nos enfants ont chacun leur chambre et nous disposons d'un jardin. Rester chez nous pendant les congés a un double avantage : c'est économique et bien plus reposant, car cela nous évite tout le stress lié à l'organisation, aux réservations et à la préparation des bagages. Nous prenons le temps de cuisiner, de faire des jeux de société en famille, de bouquiner, de jouer de la musique… autant de choses auxquelles nous ne pouvons consacrer que peu de temps le reste de l'année. C'est aussi l'occasion de bien profiter de l'espace extérieur, de jardiner, de cuisiner à la plancha, de pratiquer des jeux de plein air. Nous en profitons aussi pour recevoir les amis et la famille. Et nous réalisons des petites virées dans les campagnes alentour ou à l'île d'Oléron, qui ne se trouve qu'à un peu plus d'une heure de chez nous. Mais il y a tout de même un piège avec les vacances à la maison : on est souvent tentés d'effectuer des petits travaux ou de se lancer dans de grands rangements. C'est pourquoi nous nous fixons des limites. À chaque vacance, nous décidons de réserver une journée à ces tâches et de nous reposer le reste du temps. » ●

« Les vacances à la maison, c'est moins de stress. »

© DR

Logement

Chacun cherche son nid

P. 29
Tribune
Le logement, un sujet multiple

P. 30
Devenir propriétaire en 2025

P. 34
À chacun son « nid »

P. 38
Quatrième âge : les alternatives aux Ehpad

P. 42
Sondage
Logement et enjeux climatiques, une évolution encore contrastée

La France qui se réinvente

P. 54
SCOP-TI, l'aventure d'une vie

P. 59
Trois initiatives qui font bouger la France

P. 60
Blieux s'offre sa tournée générale

Tribune

Le logement est un sujet multiple.

D'abord dans ses formes. Qu'il soit permanent, mobile ou précaire, le logement héberge, rythme et marque nos vies.

C'est aussi un prisme pour comprendre, au-delà de notre rapport à l'usage ou à la propriété du logement, ce qu'est notre relation à ceux qui y vivent, aux autres et plus largement notre façon d'être en société. C'est le cas notamment des nouvelles façons d'habiter, où le logement se fait trait d'union entre les âges. L'habitat devient alors intergénérationnel. Il fait cohabiter en un même lieu des personnes d'âges différents que leurs besoins font se rejoindre, et permet de rompre l'isolement et la solitude.

C'est pourquoi ce dossier s'ouvre en premier lieu sur des témoignages divers, de tous univers, âges et régions qui racontent la manière originale dont ils ont choisi de vivre et d'envisager leur habitat.

Ils y évoquent aussi la question cruciale de l'accès au logement et, face aux inégalités croissantes dans un contexte économique complexe, le recours à des solutions alternatives de financement, dont la coacquisition, le régime du bail solidaire ou l'habitat participatif.

Lieu de repli, de protection, l'assureur que nous sommes ne peut ignorer que le logement, comme ses habitants, sont exposés à des fragilités nouvelles, notamment liées à la transition climatique. Canicules et tempêtes plus fréquentes, inondations et vulnérabilité de certains habitats ou encore ressources naturelles qui se raréfient : faire évoluer son habitat devient nécessaire. Entre solutions innovantes et gestes simples, notre dossier vous ouvre à quelques idées pour rendre sa maison à la fois plus durable et plus confortable.

S'il est lieu de vie, il est aussi lieu où une majorité de Français souhaiteraient vieillir sans toujours pouvoir le faire, entre problématiques de pouvoir d'achat, d'état de santé, de perte d'autonomie ou de dépendances. Là aussi des solutions émergent, que ce soit au travers de l'aménagement du logement ou de dispositifs permettant, notamment via la prévention, d'anticiper ces situations de vie.

Mais en toute chose, le mutualiste que je suis retiendra un fait.

Qu'il soit lieu de vie ou de répit, le logement est aussi lieu de solidarité et d'entraide, de construction de notre rapport à l'autre et aux autres. C'est le cas, par exemple, de la solidarité intrafamiliale qui conduit des parents à accueillir de nouveau leurs enfants en situation de précarité, ou à l'inverse d'adultes aidants hébergeant leurs parents aidés. Plus globalement, il existe, de par le monde et dans le passé, de nombreux systèmes pour ne laisser personne au bord du chemin, au-dehors de ce qui fait société.
Un évident trait d'union avec l'essence même du mutualisme, fait lui aussi de liens et d'interactions de solidarité entre les individus.

Face aux transitions (et le pluriel est important), nous avons des réponses à apporter. Pouvoir d'achat, santé, écoanxiété, les préoccupations exprimées par les Français percutent et se répercutent aussi sur la question du logement. Des solutions existent, ce dossier en témoigne.

Jean-Louis Grosse-Delasalle,
Président de la Macif

Devenir propriétaire en 2025

Quelles nouvelles stratégies de financement ?

Face aux inégalités croissantes dans l'accès à la propriété, les Français se tournent vers des solutions alternatives de financement, comme la coacquisition, le régime du bail solidaire ou l'habitat participatif. Des phénomènes qui restent marginaux, mais qui ouvrent d'autres voies, sans forcément de solutions miracles.

Par Victoire Radenne • Illustration Oriane Safré-Proust

Notre éclairage avec trois experts du logement :

Clara Wolf
Cheffe des études économiques au sein du ministère du Logement

Pierre Madec
Économiste à l'Observatoire français des conjonctures économiques (OFCE), spécialiste du logement

Cécile Delache
Cofondatrice de l'association Habitat participatif en Nord, qui réside dans un habitat participatif à Villeneuve-d'Ascq depuis 33 ans

Accède-t-on aussi facilement à la propriété aujourd'hui qu'au début des années 2000 ?
Clara Wolf : En apparence, le taux de propriété en France est stable depuis plus de 20 ans. En 2023, 57,2 % des ménages étaient propriétaires de leur résidence principale en France hors Mayotte, ce qui représente environ 6 ménages sur 10[1]. Au début des années 2000, nous étions à 56 % de ménages propriétaires. Mais ce que ces chiffres ne traduisent pas, c'est l'inégalité croissante dans l'accès à la propriété pour les jeunes ménages modestes (22-44 ans). 32 % de ces jeunes ménages étaient propriétaires en 1973. En 2013, ils ne sont plus que 16 %.

Comment expliquer le recul de l'accès à la propriété pour ces jeunes ménages modestes ?
Pierre Madec : La crise du logement est multifactorielle. Il y a le vieillissement de la population d'abord, qui pèse sur la quantité de logements disponibles sur le marché. Il faut ajouter à cela d'autres facteurs conjoncturels, comme la hausse des prix de l'immobilier, et plus récemment la hausse du taux moyen des crédits ou encore la durée des prêts accordés. Mais l'une des explications principales est l'évolution des structures familiales, notamment l'explosion des familles monoparentales. Sur les 8 millions de familles avec enfants de moins de 18 ans, 1,9 million sont des familles monoparentales, soit 23 % en 2020. Cette part a fortement augmenté depuis 1990 où elle s'élevait à 12 %[2]. Et quand un couple avec un enfant divorce, il leur faut trouver deux fois le même logement dans la même ville. Une mission quasi impossible, notamment dans les grandes métropoles qui concentrent l'emploi, les services publics et les écoles.

Dans un rapport rédigé par l'Institut national des études démographiques (Ined), sur les inégalités d'accès à la propriété au sein des jeunes en France[3], on apprend que les dons familiaux ont un rôle important dans le creusement des inégalités. Pouvez-vous développer ?
Pierre Madec : Les couples et familles modestes sont le plus souvent eux-mêmes issus de classes sociales modestes, et sont donc moins aidés par leurs parents pour accéder à la propriété. Ces 20 dernières années, face à l'augmentation des prix de l'immobilier, l'héritage a eu de plus en plus de poids dans l'accession à la propriété. En 2017, un quart des nouveaux propriétaires bénéficient d'une aide financière de leur famille, à hauteur d'un sixième du total de l'apport[4]. Mais, logiquement, moins on possède, moins on peut donner à ses enfants.

Dans la région Provence-Alpes-Côte d'Azur, seuls 50 % des ménages locataires pourraient acheter un logement[5]. La difficulté à investir dans la pierre s'illustre-t-elle de la même manière partout dans l'Hexagone ?
Pierre Madec : Une forte tension s'observe dans les zones touristiques, notamment du fait de l'augmentation des résidences secondaires qui réduit l'offre de résidences principales, et la concurrence des plateformes de tourisme qui font flamber les prix. Il est également très difficile d'accéder à la propriété dans les grandes métropoles, notamment à Paris intra muros et sa petite couronne, pour une raison évidente du prix de l'immobilier. Dans la capitale, pour acheter un 40 m2, il faut pouvoir déclarer 90 000 euros de revenus annuels (soit 7 500 euros par mois)[6]. C'est une somme importante, le problème est là.

Si l'accès à la propriété continue majoritairement à se faire par le biais du prêt immobilier (83 % des achats de biens en 1984, 89 % en 2013[7]), il existe désormais d'autres stratégies de financement. Quelles sont-elles ?
Clara Wolf : L'achat immobilier sous le régime du bail réel solidaire (BRS) permet aux ménages modestes d'accéder à la propriété à des prix réduits. C'est un dispositif lancé par le gouvernement en 2016, qui permet l'acquisition des murs, mais pas du terrain. Autrement dit, vous achetez uniquement le logement, et vous louez à un faible coût le terrain à un organisme agréé par l'État. Encore modestes, les logements achetés via ce dispositif s'établissent à 600 en 2022, 850 depuis le lancement du dispositif. En complément, des prêts aidés comme le prêt à taux zéro (PTZ) viennent souvent alléger la charge financière des ménages, permettant de limiter l'apport initial et d'étaler les remboursements.

Que pensez-vous des start-up qui proposent la coacquisition, dont le principe consiste à partager la propriété d'un logement avec un investisseur ou une société spécialisée ?
Pierre Madec : Le problème de ces services, disponibles uniquement dans les grandes villes, est qu'ils augmentent la capacité d'achat dans des zones où les biens immobiliers prennent rapidement de la valeur et se revendent facilement. Cela contribue à faire grimper les prix encore davantage. Ces solutions privées, sur le long terme, n'aident pas vraiment les ménages modestes à accéder à la propriété. Ce qui pourrait davantage solvabiliser les ménages, c'est la régulation sur le prix des logements neufs ou sur les meublés touristiques !

La crise du logement est multifactorielle : vieillissement de la population, hausse des prix de l'immobilier, hausse du taux moyen des crédits, durée des prêts, explosion des familles monoparentales…

Pierre Madec

En 2019, environ 5 000 logements étaient proposés en leasing immobilier. En quoi cela consiste-t-il ? Est-ce intéressant ?
Pierre Madec : Appelé location-vente ou location-accession, ce système de location avec option d'achat permet à des ménages, souvent sans apport initial, de tester leur capacité à devenir propriétaires. Le locataire doit choisir entre deux modalités de paiement : soit payer un loyer plus élevé comprenant le prix d'achat du bien, soit payer un loyer normal pour ensuite payer le prix d'achat du bien dans son intégralité à la fin du contrat. Mais attention : les frais supplémentaires, comme ceux liés à la gestion du contrat de location-accession, peuvent alourdir la facture et prendre l'allure d'une course en avant pour les ménages modestes.

Bien qu'encore marginal, le choix de l'habitat participatif connaît une évolution constante en France. En 2024, on recense plus de 1 172 projets d'habitats participatifs, une évolution de 15 % par an entre 2021 et 2024[8]. D'où vient ce modèle ?
Cécile Delache : Inspiré des modèles développés aux États-Unis à la fin des années 1960 puis importé en Europe, l'habitat participatif repose sur la propriété collective du foncier et permet à des groupes de personnes de partager le poids de la propriété dans un mode de vie écologique et communautaire. Ce modèle attire particulièrement les jeunes ménages et les jeunes retraités plutôt soucieux de leur impact écologique, car il s'inscrit dans une vision plus large de la société : limiter l'artificialisation des sols, mutualiser les espaces et les équipements et réduire sa consommation globale. Gare aux fantasmes cependant : l'apport pour un habitat participatif n'est pas nécessairement plus accessible que pour une propriété classique. Ce qui réduit les coûts, c'est son fonctionnement, notamment l'absence de syndic. Mais quelques freins moraux subsistent encore dans la société française, tant du côté des particuliers que des banques, encore frileuses pour accorder des prêts pour ce type de projet immobilier. Par ailleurs, l'habitat participatif demande surtout de trouver des partenaires de vie au-delà de son couple, ce qui n'est pas toujours chose aisée. ●

[1] *Le parc de logements au 1er janvier 2024* | Insee, septembre 2024

[2] *Ménage – Famille – Tableaux de l'économie française* | Insee

[3] *Inégalités d'accès à la propriété et de richesse immobilière au sein des jeunes en France, 1973-2013* | Carole Bonnet, Bertrand Garbinti, Sébastien Grobon | Ined

[4] *L'accès à la propriété en recul depuis la crise de 2008 – Les conditions de logement en France* | Insee

[5] *Seule la moitié des ménages locataires pourraient acheter un logement adapté à leur composition familiale* | Insee Analyses Provence-Alpes-Côte d'Azur

[6] *Un bon salaire ne suffit plus pour devenir propriétaire à Paris : il faut gagner presque 100 000 € brut annuel pour s'acheter un 40 m².* www.wearevirgil.com/presse-communiques/salaire-suffit-plus

[7] *L'accès à la propriété en recul depuis la crise de 2008 – Les conditions de logement en France* | Insee

[8] *Bilan & Chiffres 2024 : une synthèse chiffrée sur les tendances et évolutions de l'habitat participatif entre 2021 et 2024* | Habitat Participatif France

À chacun son «nid»!

Le logement aussi se réinvente, ou en tout cas la manière de le concevoir. Des Français de tous univers, âges et régions racontent la manière originale dont ils ont choisi de vivre et d'envisager leur habitat.

Par Constance Decorde • Illustration Oriane Safré-Proust

1 • En pleine nature, un réveil écologique et social

« Je viens de la ville, mais j'ai choisi de vivre au fin fond de la campagne. »

Jeanne, 36 ans, est passée d'une vie urbaine en Angleterre à un village de 200 habitants au fin fond de l'Ardèche. Mais c'est un choix qu'elle ne regrette absolument pas.

« J'étais heureuse de ma vie en ville : je travaillais à la stratégie marketing d'une grande entreprise, j'habitais au cœur de Londres, je sortais beaucoup et profitais d'une offre culturelle foisonnante. Mais depuis quelque temps déjà, je voulais changer de vie. J'avais envie de moins consommer, de donner plus de sens à mon travail. Puis le Covid est arrivé, et c'est à ce moment-là que j'ai franchi le cap et que j'ai donné corps à un rêve d'ado : devenir boulangère. De fil en aiguille, j'ai trouvé un poste de boulangère dans une société coopérative, avec cuisson au four à bois et pétrissage à la main de farines de variété paysanne. C'est ainsi que, depuis 2 ans, j'ai déménagé en Ardèche, en moyenne montagne, dans un village de 200 habitants. Mon logement fait partie d'un ancien corps de ferme qui a été divisé en quatre. C'est plus rustique qu'à Londres ! Pour le chauffage, par exemple, je dois acheter du bois ou le couper moi-même, faire du feu dans la cheminée et entretenir le foyer. Pourtant, tous les clichés que j'avais en tête sur la vie à la campagne se sont révélés faux : non, on ne s'ennuie pas à mourir, il se passe même toujours plein de choses. Non, je ne me sens pas isolée, tout le monde se connaît ici et il y a beaucoup d'entraide. Mais, malheureusement oui, à la campagne aussi, il est parfois difficile de se loger. Ce qui est paradoxal, c'est que je n'ai pas beaucoup plus d'espace ici qu'à Londres, et que mon logement est tout aussi mitoyen avec d'autres. Et alors que je pensais avoir une vie plus écologique, je dois utiliser ma voiture tout le temps. J'ai d'ailleurs passé mon permis, qu'en bonne citadine, je n'avais pas ! Quand j'y pense, je prends conscience que je ne suis pas partie à la campagne parce que j'en avais marre de la ville, mais que c'est surtout lié à un réveil écologique et social. Aujourd'hui, je suis très heureuse d'avoir pris cette décision. »

2 • Vivre en colocation

« J'ai 40 ans, mais je vis dans une colocation, et ce choix a restauré mon équilibre. »

À 40 ans, Anne, intermittente, habite avec trois colocataires dans un appartement en banlieue parisienne.

« À la suite de mon divorce, je me suis retrouvée face à une réalité brutale : je ne pouvais plus assumer seule le loyer de l'appartement où j'avais vécu ces quinze dernières années. L'idée de retourner chez mes parents ou de déménager trop loin de mon cercle social était en revanche inconcevable. La colocation, au départ un pis-aller, s'est imposée et finalement pérennisée. En poussant la porte de ce nouvel appartement, partagé avec deux trentenaires et une quinquagénaire, j'ai rapidement découvert que cette solution avait d'autres avantages qu'uniquement économique. Il faut reconnaître que j'y suis allée un peu à reculons, inquiète de ne plus avoir de chez-moi. Mais très vite, j'ai retrouvé un cocon et des personnes qui m'écoutaient. Grâce à cette cohabitation, j'ai rencontré une sorte de nouvelle famille. On aime cuisiner ensemble le soir ou le week-end, regarder des séries en les commentant, ou juste discuter tous ensemble après une longue journée. J'adore ces moments où tout le monde partage ses petites victoires et ses galères. Pour autant, pour que cela fonctionne, il est nécessaire qu'il y ait en même temps un véritable respect des espaces privés. Longtemps, j'ai associé dans mon esprit "indépendance" avec "solitude". Mais, cette nouvelle vie en colocation m'a montré qu'on peut être pleinement soi-même tout en étant entourée. Ce mode de vie a aussi changé mon rapport à la vie et au temps qui passe. Je ne ressens plus la pression d'avoir à cocher des cases : (re)mariage, achat d'un bien, enfants… En colocation, on vit un peu hors des conventions, et c'est libérateur. »

• Découvrez le fonctionnement des colocations solidaires de l'association Caracol qui facilitent un mode de vie engagé et écologique.
https://caracol-colocation.fr

3 • Retaper une ruine

« J'ai acheté une ruine que je retape moi-même pour me loger moins cher et vivre heureux. »

Lucie et Hugo, un couple de 28 ans originaire de Charente-Maritime, ont acheté il y a deux ans un vieux corps de ferme pour construire ensemble la vie dont ils rêvaient.

« On ne rêvait pas d'être propriétaires, se souvient Lucie, et de toute manière, nous n'avions que très peu de moyens. En revanche, nous avons toujours rêvé de retaper une vieille maison. Lorsque nous avons acheté cet ancien corps de ferme du Cantal, ce n'était qu'un amas de pierres à moitié effondré, envahi par la végétation. Ce n'était même pas une maison habitable. Certains murs ne tenaient plus que par miracle, il n'y avait ni toit ni fenêtres. Bref, tout était à faire. Mais, pour nous qui étions à la recherche d'une vie plus simple et moins chère, ce défi ne nous a pas fait peur. Comme nous l'avons acheté très peu cher, nous avons pu utiliser le reste de nos économies pour nous procurer des matériaux écologiques : un toit en tuiles refait à l'ancienne, des murs isolés en chanvre et chaux, et des fenêtres en bois local fabriquées sur mesure. Pendant plus de deux ans, chaque week-end, nous avons déblayé, monté des murs et des cloisons, fait de la peinture, souvent aidés par des amis et des voisins séduits par notre projet. C'était éprouvant, d'autant qu'au départ, on n'y connaissait rien en travaux, mais voir cette ruine se transformer de jour en jour en une maison chaleureuse et vivante nous a motivés. Aujourd'hui, la maison – qui n'est pas encore terminée – prend forme : un grand cantou (une cheminée) trône au milieu du salon avec, à côté, un fauteuil qui invite à la lecture et à la contemplation du plateau du Cézallier que l'on voit par la baie vitrée. On vit avec peu, mais on se sent bien. Cette maison, c'est plus qu'un toit : c'est un choix de vie. »

4 • La mer comme refuge

« J'ai choisi de vivre dans un bateau qui est devenu ma maison. »

Jean-Pierre, 64 ans, vit à bord de son voilier de 6 mètres amarré dans un petit port breton. Après avoir perdu sa femme il y a six ans, il s'est lancé dans la transformation de son bateau de plaisance en maison.

« Depuis que je suis ado, j'ai toujours pratiqué la voile. À la mort de ma femme, je ne me voyais pas continuer à habiter notre logement commun en cœur de bourg. Sur l'eau, je me sentais mieux. Ce choix, tout d'abord émotionnel, a aussi été financier. Je me suis vite rendu compte que, seul avec ma petite retraite, je n'avais pas les moyens de rester dans notre ancien appartement. L'idée de tout vendre pour m'installer sur le bateau a fini par s'imposer. J'ai alors transformé le cockpit en petit salon, aménagé un coin cuisine et isolé les cabines pour l'hiver. Je dois reconnaître qu'au début, cette nouvelle vie n'a pas été simple : entre les longs travaux pour rendre le bateau habitable, l'apprentissage des désagréments de la vie à quai – comme réussir à supporter le bruit des gens qui passent –, j'ai parfois failli renoncer, mais avec de la patience, j'ai fini par apprécier ce mode de vie. Les hivers sont rudes et tout prend plus de temps. Mais chaque matin, je me réveille face à la mer, et ça n'a pas de prix. Aujourd'hui, malgré mon veuvage, j'ai retrouvé un semblant de bonheur. Je continue d'explorer les environs à la voile et partage parfois un café avec d'autres marins solitaires. C'est une vie plutôt simple, mais elle a quand même du sens. »

Comment allons-nous cohabiter demain ?
Une fiction pour mieux comprendre

Logement et 4e âge

Quelles alternatives aux Ehpad ?

Vieillir chez soi et éviter l'Ehpad, tel serait le souhait d'une majorité de Français. Une volonté qui se heurte parfois à des contraintes de santé et de mobilité. Mais entre le maintien à domicile et l'Ehpad, d'autres solutions s'offrent désormais aux seniors.

Par Gérome Darmendrail • Illustration Oriane Safré-Proust

Irène a 73 ans.

Cela ne fait pas si longtemps qu'elle est à la retraite, et elle ne se considère pas encore tout à fait comme *« une vieille »*, néanmoins les quatre étages qu'elle doit monter quotidiennement pour rentrer chez elle commencent à la faire réfléchir. Pourra-t-elle continuer à les grimper aussi facilement dans les années à venir ? Devra-t-elle vendre son appartement pour aller s'installer ailleurs ? *« Mais pour aller où ? »*, s'inquiète-t-elle. Elle n'a pas d'enfant, et ses frères et sœurs, plus âgés qu'elle, vivent à la campagne. *« Ils sont loin de tout, il n'y a pas de médecins. Pour en voir, il faut une voiture et je ne conduis pas… »* Alors, elle envisage la possibilité de partir vivre dans une maison de retraite, une solution qui ne l'enchante guère. Dans l'idéal, et comme une majorité de Français, elle aimerait finir ses jours chez elle. En 2022, une étude Ifop démontrait que 94 % des plus de 50 ans aspiraient à vieillir chez eux, et qu'en matière de structures d'hébergement pour seniors, 91 % des répondants connaissaient essentiellement les maisons de retraite médicalisées, connues sous le nom d'Ehpad (Établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes), mais en avaient une image négative. La même année, une enquête Harris Interactive révélait que 92 % des Français pensaient que rester le plus longtemps possible chez eux leur permettrait de vivre une *« vieillesse satisfaisante »*[1].

Vieillir chez soi, changer de chez-soi

Une volonté à laquelle les pouvoirs publics tentent de répondre, comme le souligne Luc Broussy, président de France Silver Eco et directeur général de Planète Grise, une structure spécialisée dans les politiques du vieillissement. *« Même si on est très en retard sur ce sujet au regard d'autres pays européens, le mantra des politiques publiques désormais, c'est de faire en sorte que les gens puissent rester le plus longtemps à domicile »*, indique ce spécialiste de la silver économie *(l'économie du troisième âge, ndr)*, à l'origine de la création de MaPrimeAdapt', une aide gouvernementale mise en place en janvier 2024 et reconduite en 2025, destinée aux personnes en situation de handicap ou en perte d'autonomie. *« Une allocation permettant aux seniors qui le souhaitent de financer des travaux d'adaptation chez eux »*, résume-t-il. Car vieillir chez soi, cela se prépare. Rampe d'accès, mobilier et équipements de la maison adaptés, suppression des câbles au sol et des multiprises, barre de maintien dans la salle de bains et les toilettes, baignoire à porte, volets roulants électriques, surfaces antidérapantes, voire revêtements de sols détecteurs de chutes, système de téléassistance, lit médicalisé… Nombreux peuvent être les aménagements à effectuer dans un logement pour y vieillir en toute sécurité. Mais parfois, *« vieillir chez soi nécessite de changer de chez-soi »*, considère Luc Broussy, qui cite l'exemple de personnes qui auraient perdu leur conjoint, vivraient dans une habitation avec jardin ou escaliers, et dont les enfants ne seraient pas à proximité. *« On parle de gens qui ont entre 80 et 85 ans, qui ne sont pas encore en situation d'avoir besoin d'un Ehpad, parce qu'ils sont autonomes, mais qui ont besoin d'une alternative au logement traditionnel. On peut être isolé mais autonome, fragile mais autonome. »*

Un temps d'adaptation

C'est le cas de Christine, âgée de 80 ans, qui s'est installée il y a un an dans une résidence services seniors. Veuve, vivant seule dans une grande maison dans le Pays basque intérieur, elle s'y est décidée après deux crises cardiaques successives. *« Ma fille, qui vit en région parisienne, a eu très peur. Elle m'a dit :* "Tu laisses tomber la maison, tu viens !" *Elle s'est occupée de me trouver quelque chose de très bien à côté de chez elle. J'ai un trois-pièces avec un petit jardin, où j'ai fait venir mes meubles et mon chat. L'entretien est pris en charge. Je peux manger chez moi ou aller au restaurant de la résidence. C'est surveillé la nuit, donc pas besoin de fermer sa porte à clé, mais on est libre de sortir quand on veut, ce qui est important. Je ne me rends pas compte que je suis dans un établissement pour personnes âgées. »* Mais après 60 ans passés dans la même maison, le changement ne fut pas si simple. *« Ça a été très dur de partir. En 48 heures, j'ai tout quitté… J'ai fait une dépression. J'avais l'impression d'être complètement déracinée. Je ne suis pas seule dans ce cas. Tout le monde ici a laissé tomber une belle maison. Pourtant, on n'est pas à plaindre. Il faut un petit temps d'adaptation. Moi, ce sont les fleurs qui m'ont remonté le moral. Je m'en fais livrer régulièrement. »*

Solution intermédiaire entre la maison et l'Ehpad, les résidences services seniors, équivalent privé des résidences autonomie, sont en pleine croissance. En 2016, on en comptait 540 en France, aujourd'hui plus de 1 200[2]. Elles sont pourtant loin d'être les seules alternatives. Ces dernières années, l'accroissement de l'espérance de vie, conjuguée avec la mauvaise image des Ehpad, a vu émerger d'autres modèles de logement ayant pour objectif de maintenir l'autonomie tout en évitant l'isolement. Habitats inclusifs, partagés ou regroupés, colocations entre seniors, béguinages, les nuances sont parfois ténues entre ces initiatives promues par des particuliers, des associations ou des prestataires privés, mais toutes se rejoignent autour d'une même idée : proposer à la fois des espaces de vie

Vieillir chez soi, cela se prépare : rampe d'accès, équipements de la maison adaptés, barre de maintien dans la salle de bains, volets roulants électriques, lit médicalisé…

privatifs (chambres, appartements, petites maisons) et collectifs (cuisine, jardin, salon, salle de jeux…), voire des services partagés (animateur, auxiliaire de vie, garde de nuit…). Une manière d'avoir un chez-soi tout en pouvant compter sur les autres. Une tendance inéluctable selon Aurélie Aulagnon, consultante en gérontologie, qui vient de rédiger un rapport pour la Fondation de France sur l'habitat partagé. *« En vieillissant, on a besoin les uns des autres, d'entraide. C'est valable dans toutes les sociétés. »* Elle estime pour sa part que les initiatives les plus intéressantes pour ce type d'habitats partagés restent celles qui mélangent les générations. *« De plus en plus de gens qui ont 50-60 ans se disent : on va s'acheter un immeuble à plusieurs pour vieillir tous ensemble. Le problème, c'est qu'ils tombent tous dépendants en même temps. On a besoin d'être avec des personnes différentes. »*

L'essor de l'intergénérationnel

Apparues dans les années 2010, les résidences intergénérationnelles sont également en plein essor (autour de 500 selon Luc Broussy), souvent portées par des bailleurs sociaux qui réservent des logements pour des familles avec enfants, des jeunes actifs et des personnes seules et dépendantes, en proposant là encore des espaces communs incitant les habitants à se croiser. *« Il y a en général ce qu'on appelle un projet de vie sociale et partagée,* explique Aurélie Aulagnon, *avec des temps collectifs autour du jardin, de la cuisine, qui fait que les gens apprennent à vivre ensemble et à s'entraider. L'intergénérationnel, c'est simplement du vivre-ensemble. »* Dans le même ordre idée s'est aussi développé le concept de colocation intergénérationnelle, qui offre l'avantage de pouvoir rester dans son domicile historique. Le principe : des personnes âgées louent à un prix modeste, voire modique, une chambre à de jeunes gens de moins de 30 ans, lesquels s'engagent, en contrepartie, à leur tenir compagnie, voire à leur rendre des petits services type courses ou aide informatique. Un accord *« gagnant-gagnant »*, d'après Sabine Mosser, responsable chez Ensemble2Générations, une association qui met en relation seniors et étudiants. *« Les seniors connaissent un regain de vitalité,* assure-t-elle. *Les échanges avec les jeunes participent à entretenir un dialogue, et les jeunes, eux, trouvent un logement et se sentent utiles. »* À en croire les retours d'expérience recueillis par l'association, ce type de cohabitation repousserait en moyenne l'âge d'entrée en Ehpad de trois ans. Une alternative que développe aussi le réseau associatif Cohabilis depuis 2004.

De façon générale, on rentre de plus en plus tard en Ehpad. Et en moins bon état. *« L'état physique et psychique des arrivants se dégrade de plus en plus,* observe Luc Broussy. *Les Ehpad ressemblent aux unités de soins de longue durée qu'on avait dans les hôpitaux et qui ont été largement supprimées. Ce sont désormais des lieux de fin de vie. »* Sans véritable alternative à partir d'un certain point. *« Quand vous avez un parent qui n'est plus en mesure de rester chez lui, qui est très dépendant, qui ne peut pas payer des salariés qui seraient là 24 h/24 pour lui et que vous ne pouvez pas le garder à la maison, il n'y a plus que l'Ehpad. Maintenant, la question est : comment transformer les Ehpad pour qu'ils soient désirables pour la génération de baby-boomers qui va arriver sur le marché en 2030 ? On a tout intérêt à les faire évoluer. »* ●

[1] *Du bien vivre au bien vieillir* | Toluna & Harris Interactive pour les zooms de L'Observatoire Cetelem, novembre 2022.
[2] *Le marché des résidences services seniors - Les stratégies pour accroître le taux d'occupation et s'adapter aux attentes de la silver génération* | https://www.xerfi.com/presentationetude/le-marche-des-residences-seniors_BAT53

SONDAGE

Les Français, leur logement et les enjeux climatiques : une lente révolution en marche

Sondage OpinionWay pour la Macif • Illustration Oriane Safré-Proust

Où en est l'adaptation des logements des Français face à la transition climatique ? La Macif a voulu connaître les pratiques et les intentions des Français en la matière. Première conclusion : si la majorité des logements des Français comporte d'ores et déjà des équipements en lien avec l'adaptation aux changements climatiques, le nombre de ces équipements reste limité. Mais les choses évoluent positivement !

En matière d'adaptation des logements à la nouvelle donne climatique, les évolutions s'inscrivent nécessairement dans le temps long, parce que les travaux, les matériaux et la main-d'œuvre ont un coût, parce que les déménagements s'anticipent et s'organisent, mais aussi parce que les aléas de l'existence, les opportunités, personnelles ou professionnelles, font parfois évoluer les choix de vie.

Notre étude, menée avec OpinionWay, montre que les plus jeunes (18-35 ans) sont particulièrement sensibilisés à la nécessité de vivre dans un environnement adapté aux changements en cours. Ils sont plus de la moitié chez les jeunes parents à indiquer être prêts à déménager pour cette raison (et même 1 sur 6 chez les 18-24 ans). Si cette classe d'âge en a l'envie, elle n'en a toutefois pas nécessairement encore les moyens.

L'étude montre que ce sont plutôt les plus de 65 ans, en logement individuel et CSP+, qui sont les plus à même d'adapter leur maison avec des équipements ad hoc. Sans surprise, les locataires, jeunes ou pas, urbains ou ruraux, sont moins concernés par l'équipement des logements, même si à 69 %, ils bénéficient néanmoins déjà de double ou triple vitrage chez eux. En revanche, seuls 27 % indiquent profiter d'une isolation thermique (contre 54 % pour les propriétaires).

Autre enseignement de cette étude, les Franciliens envisagent plus que le reste de la population française de déménager dans les franges périurbaines, voire rurales, confirmant ainsi ce que d'autres enquêtes montrent depuis quelques années. Reste à savoir si cette intention est liée aux conditions climatiques ou, plus largement, au souhait d'une meilleure qualité de vie.

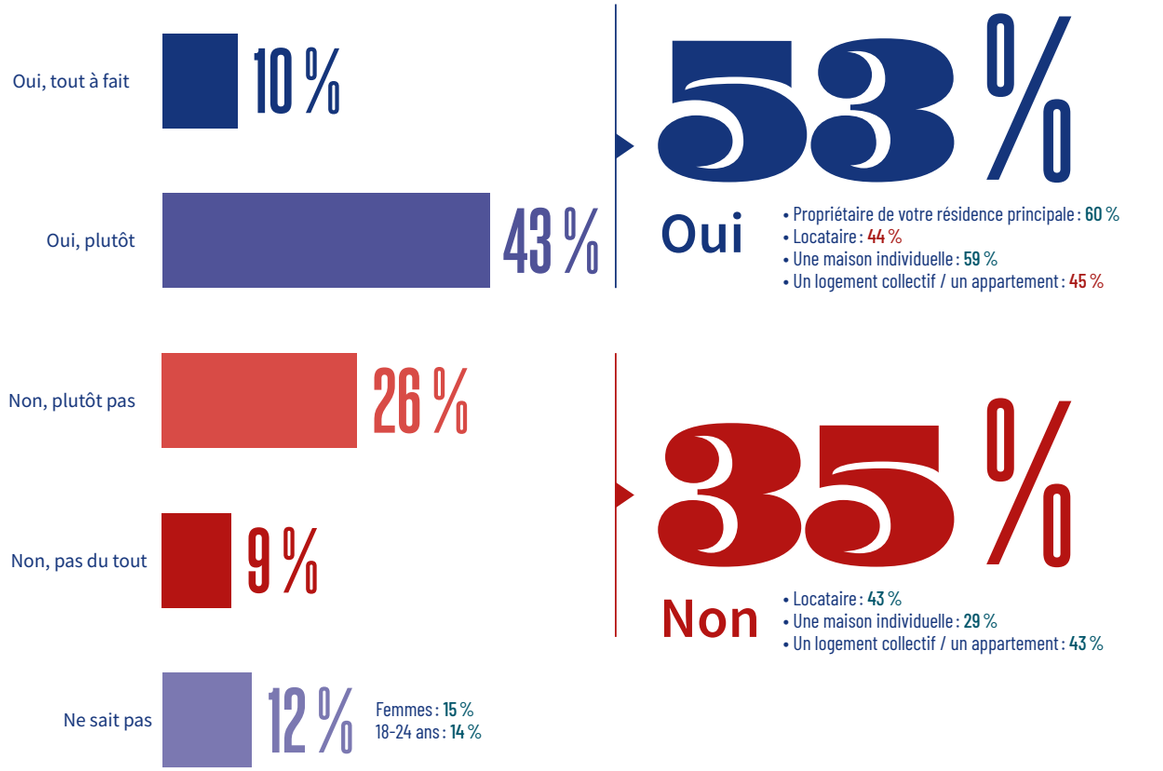
Il se confirme donc que, si nos concitoyens sont de plus en plus conscients des enjeux climatiques et de la nécessaire évolution de leur habitat, ils arbitrent leurs actions en fonction des considérations financières. Plus sensible encore à cette problématique, la jeune génération pourrait toutefois dans les années à venir accélérer les changements, tant dans les logements neufs que via l'écorénovation des habitations anciennes.

Étude exclusive Macif/OpinonWay sur un échantillon de 1 007 personnes, représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus. L'échantillon a été constitué selon la méthode des quotas, au regard des critères de sexe, d'âge, de catégorie socioprofessionnelle, de catégorie d'agglomération et de région de résidence.

L'adaptation des logements des Français au changement climatique n'est pas complète et pose la question de leur connaissance du sujet.

Plus de la moitié des Français estiment leur logement bien adapté

Tout d'abord, votre logement est-il, selon vous, adapté au changement climatique ?



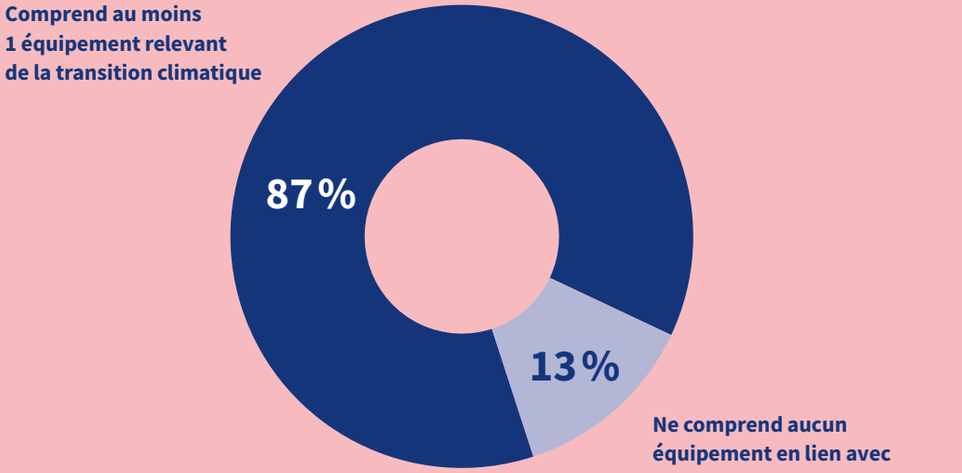
© DR

La grande majorité des foyers français déclare que leur logement dispose d'ores et déjà d'au moins 1 équipement en lien avec la transition climatique.

Transition climatique, les foyers français au rendez-vous

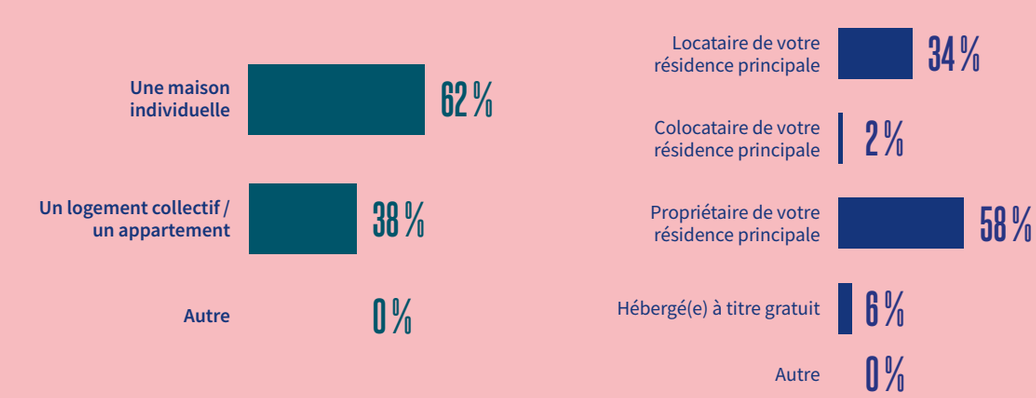
Votre logement dispose-t-il des équipements suivants en lien avec le changement climatique ?

Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100 %



Usages et typologie des logements des personnes sondées

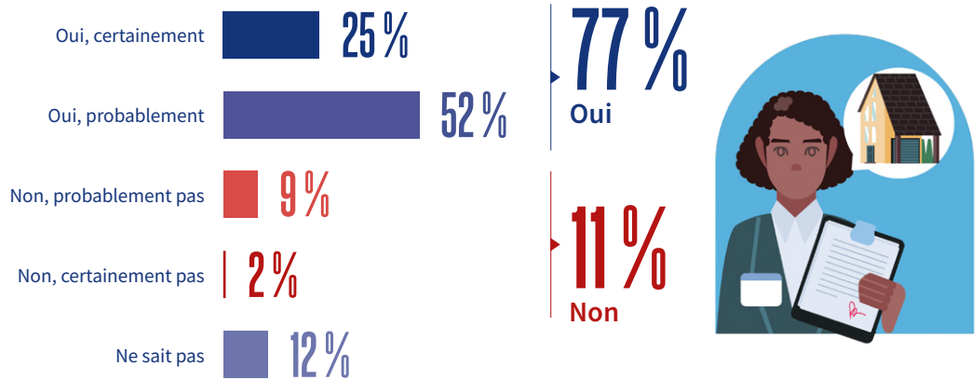
Habitation



Une majorité de Français prennent en compte les enjeux climatiques comme critère de choix en matière d'acquisition immobilière.

Les enjeux climatiques essentiels pour choisir un nouveau logement…

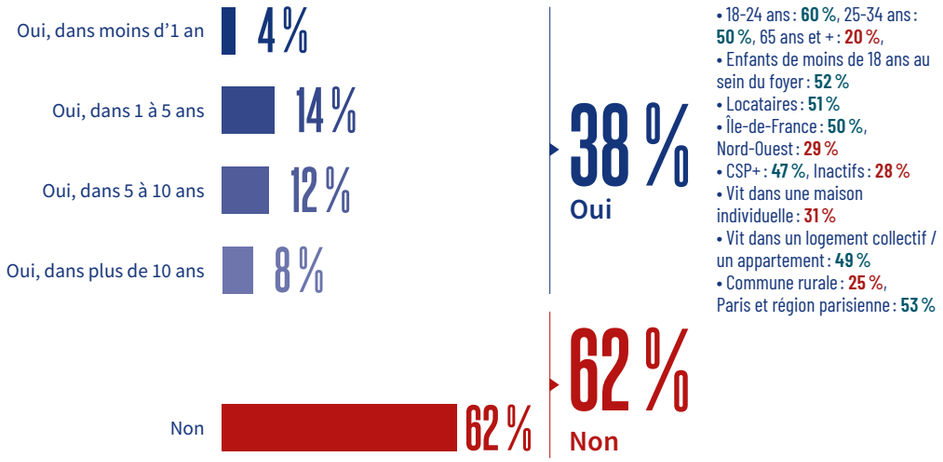
Si vous deviez demain acquérir un nouveau bien immobilier pour y résider, prendriez-vous comme critère de choix la question du changement climatique ?



Si l'évolution du climat n'affecte pas significativement l'intention des Français de déménager à court terme, ce constat pourrait évoluer à moyen terme.

… Mais pas de nécessité de déménager néanmoins

L'évolution du climat pourrait-elle vous amener à déménager ?



- 18-24 ans : **60 %**, 25-34 ans : **50 %**, 65 ans et + : **20 %**,
- Enfants de moins de 18 ans au sein du foyer : **52 %**
- Locataires : **51 %**
- Île-de-France : **50 %**, Nord-Ouest : **29 %**
- CSP+ : **47 %**, Inactifs : **28 %**
- Vit dans une maison individuelle : **31 %**
- Vit dans un logement collectif / un appartement : **49 %**
- Commune rurale : **25 %**, Paris et région parisienne : **53 %**

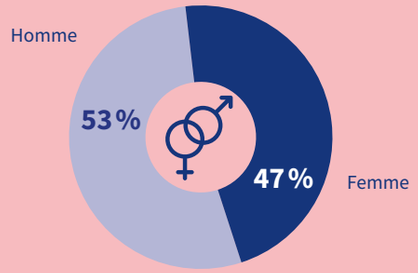
© DR

Profil type des Français prévoyant de (ré)aménager leur logement pour qu'il soit plus adapté à la transition climatique

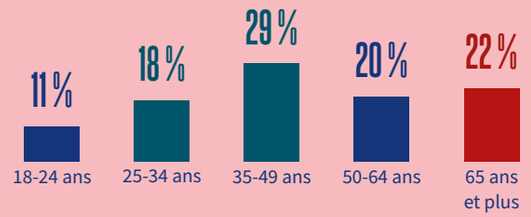
242 au total prévoient de (ré)aménager leur logement

Un profil légèrement plus masculin, plus jeune, et plus CSP+ que la moyenne des Français

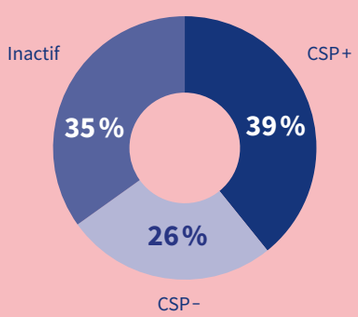
Sexe



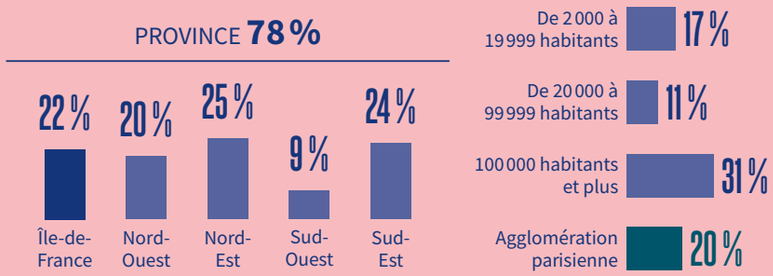
Âge



Activité professionnelle



Lieu de résidence



Les assureurs légitimes sur le sujet

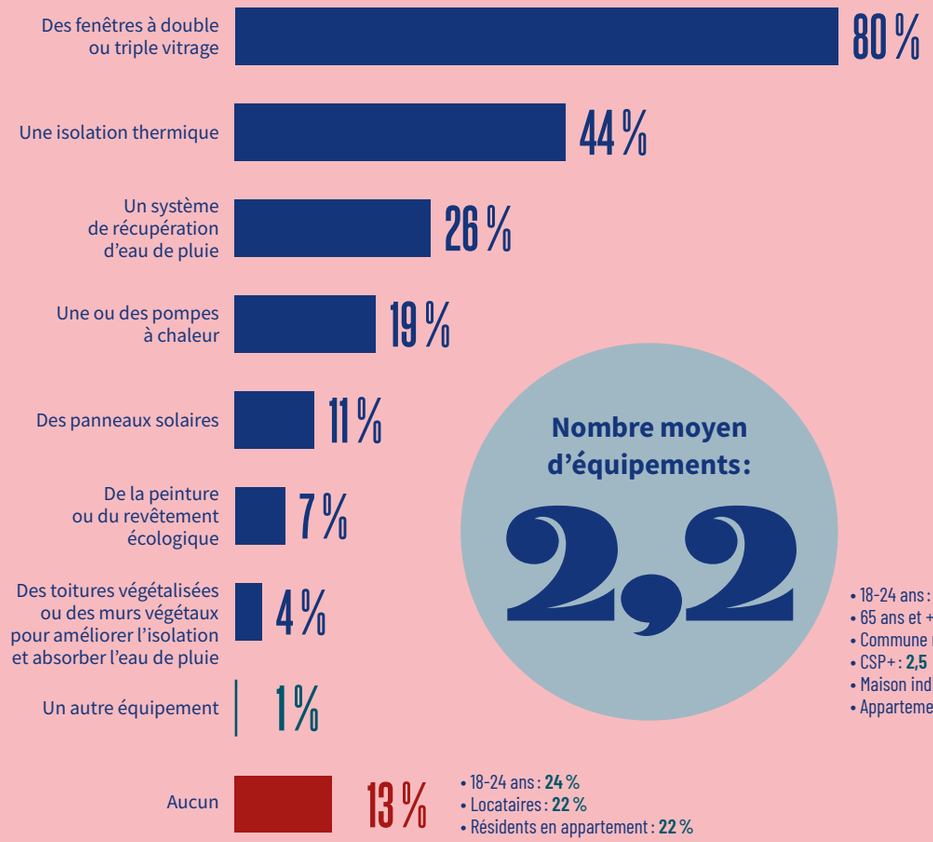
Si les entreprises spécialisées et les autorités publiques sont perçues comme les meilleurs interlocuteurs pour accompagner les Français dans la transition climatique, les assureurs bénéficient d'une certaine légitimité et devancent les associations et les banques. Plus de 1 Français sur 2 pense que son assureur pourrait être une force de conseil sur l'adaptabilité de son logement, et 6 sur 10 se disent prêts à utiliser des matériaux de seconde main pour le rénover.

Le nombre de ces équipements est toutefois peu élevé en moyenne et traduit des différences entre les Français en fonction de leur âge, de leur situation professionnelle, de leur type de logement et de leur zone d'habitation.

Au moins deux équipements par foyer, mais de grandes disparités

Votre logement dispose-t-il des équipements suivants en lien avec le changement climatique ?

Plusieurs réponses possibles, total supérieur à 100 %.



Comment adapter sa maison aux changements climatiques ?

Si 77 % des habitations françaises sont équipées en moyenne de deux équipements pour s'adapter au changement climatique, on constate, grâce aux résultats de l'enquête Macif/OpinionWay, que les chiffres varient énormément selon les types de logement, les zones d'habitation, l'âge et la situation professionnelle des occupants. Ainsi, 24 % des logements des 18-24 ans et 22 % des locataires et résidents en appartement ne possèdent aucun équipement. Il reste beaucoup à faire. Tour d'horizon des solutions pour faire évoluer son habitat et le rendre plus durable et confortable.

Par Gérome Darmendrail

Bien isoler sa maison

Garder la chaleur en hiver et la fraîcheur en été, cela passe avant tout par une bonne isolation. Si poser des panneaux à l'extérieur ou à l'intérieur de ses murs peut présenter des contraintes esthétiques ou de perte de place, il est en revanche plus simple et judicieux d'isoler les combles de sa maison avec des matériaux biosourcés type laine de bois ou ouate de cellulose — 25 à 30 % des pertes thermiques se produisent par le toit. Des fenêtres avec un double ou triple vitrage sont également indispensables, derrière lesquelles on pourra installer des rideaux thermiques, à la fois efficaces contre le chaud et le froid. Avec 80 % des logements français équipés d'après le sondage Macif/OpinionWay, et même 85 % des maisons individuelles, les fenêtres à double ou triple vitrage sont l'équipement d'isolation le plus fréquent. De même, 54 % des maisons individuelles (mais seulement 27 % de logement collectif ou appartement) ont déjà effectué des travaux d'isolation thermique.

Améliorer son système de chauffage

D'après l'Agence de la transition écologique, le chauffage représenterait environ 66 % de nos dépenses en énergie. Plusieurs solutions écologiques existent afin d'optimiser ce poste. Utiliser une pompe à chaleur, comme 19 % des habitations françaises selon OpinionWay, permet d'exploiter les ressources naturelles disponibles comme l'air, l'eau ou le sol. Quant aux panneaux solaires thermiques, qui convertissent l'énergie solaire en chaleur utilisable, seules 11 % des maisons en sont équipées. Parmi les autres solutions, il existe aussi les radiateurs à basse température, qui contribuent à diffuser la chaleur de manière plus homogène et efficace dans les pièces de la maison. Il est également conseillé de bien aérer sa maison. Les activités quotidiennes créent de l'humidité, et l'air humide est plus difficile à chauffer que l'air sec.

Installer des panneaux photovoltaïques

Faire des économies tout en étant plus écoresponsable, c'est la promesse des panneaux photovoltaïques, qui permettent de capter l'énergie du soleil pour produire sa propre électricité, et la stocker si l'on possède une batterie. En plus de réduire la facture énergétique, ces installations bénéficient d'incitations fiscales et d'aides qui les rendent particulièrement attractives. Avec un bon ensoleillement, une maison équipée de panneaux photovoltaïques peut couvrir l'intégralité de ses besoins énergétiques. Comme le révèle le sondage Macif/OpinionWay, seuls 11 % des Français en possèdent à ce jour.

Miser sur la domotique

Ensemble de technologies permettant de rendre sa maison « intelligente » et de la contrôler à distance, la domotique est souvent vue sous l'angle de la sécurité et du confort. Elle peut être surtout une alliée pour adapter sa maison aux défis climatiques. Par exemple avec une station météo connectée, intégrée au système domotique de votre logement, qui pourra, en fonction des conditions climatiques, ajuster la température, l'éclairage, la ventilation, l'ouverture des volets ou l'arrosage automatique de votre jardin.

Récupérer l'eau de pluie

Alors que les épisodes de sécheresse deviennent plus répandus, installer un système de récupération d'eau de pluie constitue une option pratique et écologique. Cette eau pourra être utilisée pour l'irrigation du jardin, le lavage des sols, ou même pour alimenter les toilettes, réduisant ainsi le gaspillage d'eau potable. Les kits de récupération sont désormais accessibles et faciles à installer, et permettent de réduire la facture d'eau tout en contribuant à la gestion des ressources naturelles. 26 % des Français en sont déjà équipés. Tandis que 4 % seulement des logements sont pourvus de toiture végétalisée ou de murs végétaux qui améliorent l'isolation et absorbent l'eau de pluie.

« Une petite cantine pour les gens qui n'ont rien »

SUJET PROPOSÉ PAR LES SOCIÉTAIRES · Vous! par Macif

Président bénévole des Restaurants du cœur, Patrice Douret fait partie de la génération qui a suivi avec admiration le parcours de cette association lancée par Coluche en 1985, avant de la rejoindre. À l'occasion du quarantième anniversaire des Restos, il revient en images sur les étapes marquantes de son histoire et l'évolution de ses missions.

Propos recueillis par Alexis Bernier

© MICHEL GUIGNE / AFP

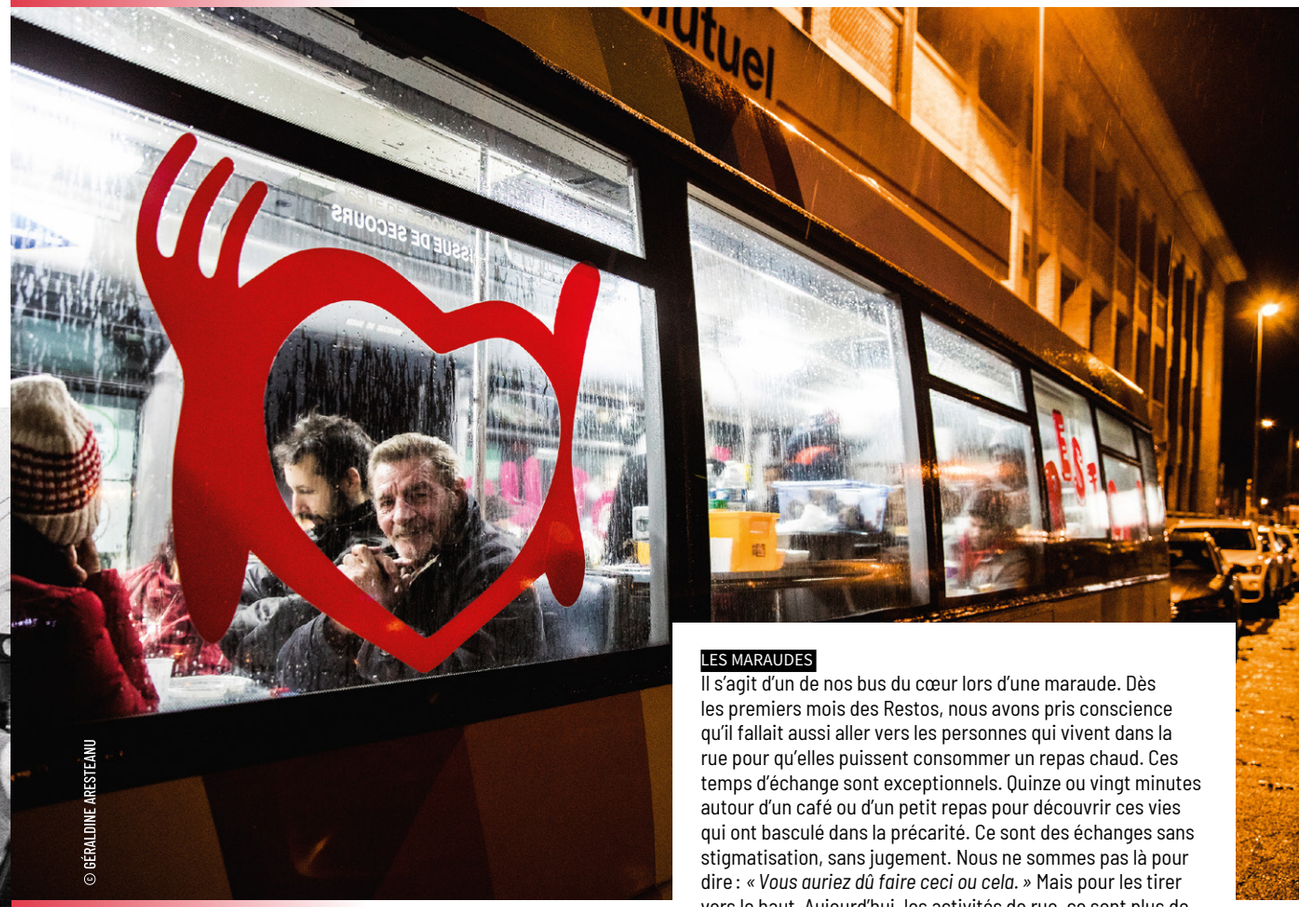
COLUCHE

L'image date de notre première campagne. Si vous la regardez bien, il n'y a que des gens qui sourient. Tous sont heureux d'être dans l'action aux côtés de Coluche. Être sérieux sans se prendre au sérieux et redonner le sourire à des gens dont le quotidien n'est pas simple reste un de nos principes essentiels. N'oublions pas que les Restos sont nés d'une idée toute simple : *« Et si on essayait de créer une petite cantine pour les gens qui n'ont rien. »* Une idée qui a fait du chemin. Le premier hiver, 8,5 millions de repas ont été distribués. Aujourd'hui, c'est 163 millions. C'étaient 5 000 bénévoles, aujourd'hui 75 000. En 40 ans, nous n'avons jamais cessé de nous adapter aux besoins des personnes accueillies.

© TONY FRANCK

LES ENFOIRÉS

C'est une image emblématique de ces grandes soirées de dons pour lesquelles les stars de la chanson se mobilisent depuis 1989 et qui, l'an dernier, ont permis de financer près de 12 millions de repas. En 1986, Coluche a pensé qu'il avait besoin d'un hymne pour les Restos. Il est allé voir Jean-Jacques Goldman, après un concert, pour lui dire : *« J'ai besoin d'une chanson. Il n'y a que toi qui peux l'écrire, tu es le meilleur. »* Goldman lui a simplement répondu : *« OK, je te le fais pour quand ? La semaine prochaine ? »* Les Enfoirés sont une belle histoire qui perdure. En janvier dernier, plus d'une cinquantaine d'artistes nous ont accompagnés durant sept concerts. Ils étaient cinq lors de la première édition : Sardou, Goldman, Hallyday, Sanson et Mitchell.



© GÉRALDINE ARESTEANU

LES MARAUDES

Il s'agit d'un de nos bus du cœur lors d'une maraude. Dès les premiers mois des Restos, nous avons pris conscience qu'il fallait aussi aller vers les personnes qui vivent dans la rue pour qu'elles puissent consommer un repas chaud. Ces temps d'échange sont exceptionnels. Quinze ou vingt minutes autour d'un café ou d'un petit repas pour découvrir ces vies qui ont basculé dans la précarité. Ce sont des échanges sans stigmatisation, sans jugement. Nous ne sommes pas là pour dire : *« Vous auriez dû faire ceci ou cela. »* Mais pour les tirer vers le haut. Aujourd'hui, les activités de rue, ce sont plus de 2 millions de contacts chaque année. Ce qui nous effraie le plus, c'est de rencontrer autant de familles avec enfants et de travailleurs précaires à la rue.

LA LOI COLUCHE DE 1989

On voit ici Véronique Colucci lors d'un colloque des Restos. Son rôle a été essentiel après la disparition de Michel, notamment durant les discussions autour de la loi de 1989, qui permet de défiscaliser les dons jusqu'à 75 % pour les particuliers. Ce dispositif légal a un important effet générateur de dons. Coluche ne l'a malheureusement pas connu de son vivant, mais il l'a amorcé en 1986, convaincu qu'il fallait que les gens qui donnent soient aussi récompensés. François Mitterrand, alors président de la République, et Michel Charasse, ministre du Budget à l'époque, ont beaucoup aidé Véronique pour faire aboutir le projet de loi.

www.restosducoeur.org

© RESTOS DU CŒUR

LES VESTIAIRES DU CŒUR
Les Restos ont aussi mis en place les Vestiaires du cœur, autour du don de vêtements. C'est une économie pour les foyers modestes qui leur permet de dégager un peu d'argent pour d'autres activités. Les vêtements avant de les donner, il faut les trier, les laver… c'est une grosse gestion, mais nous avons beaucoup de demandes. Quand on parle des Restos, on pense alimentation. Mais il y a aussi ces activités d'accompagnement, qui ne sont pas les plus connues, et sont tout aussi importantes. Ce sont des loisirs, de l'aide à l'insertion, de l'accompagnement budgétaire ou scolaire, et même ce qu'on appelle les activités d'estime de soi, comme les soins esthétiques.

LES CHANTIERS D'INSERTION
C'est un de nos chantiers d'insertion, et je le connais bien, car il n'est pas loin de chez moi dans le quartier de la Savine au nord de Marseille. On en a une centaine en France, que ce soit autour d'activités de maraîchage ou de logistique. Il s'agit d'accueillir des personnes très éloignées de l'emploi pour les remobiliser et leur redonner le goût du travail et des horaires. Ces personnes sont employées en CDDI (contrat à durée déterminée d'insertion) et rémunérées. L'État nous soutient, et ces contrats sont très encadrés. Évidemment, les légumes et fruits cultivés, sans intrants chimiques, sont ensuite utilisés par les Restos.

« Tout est parti d'une "petite idée", un beau jour de septembre. Tout le monde l'a entendue. Parce que c'était Coluche. Mais sans l'engagement spontané d'une poignée d'entreprises et de quelques milliers de bénévoles, les Restos n'auraient jamais pu exister. Près de 40 ans plus tard, c'est toujours la force de l'engagement qui nous permet de venir en aide aux plus démunis. Merci pour votre fidélité. »

Romain Colucci

© RESTOS DU CŒUR

© RESTOS DU CŒUR

LES ATELIERS
Voici un atelier d'inclusion numérique. Souvent, ils sont montés à partir de dons d'ordinateurs qui sont ensuite rénovés dans un de nos chantiers d'insertion. On y fait à la fois de la formation pour lutter contre la fracture numérique, mais également de l'accès aux droits. Il s'agit de donner à des gens qui n'ont pas d'équipement les moyens de contacter les caisses de retraite, par exemple, mais aussi de constituer avec nous des dossiers de microcrédit, pour acheter une voiture, par exemple, et ainsi pouvoir plus facilement retrouver un emploi.

LA PETITE ENFANCE
En 2024, nous avons accueilli 128 000 bébés. Ils sont devenus une priorité, d'autant qu'ils étaient seulement 110 000 en 2022. Il faut imaginer ce que représente le volume de couches ou de pots de bébé nécessaires. La jeunesse est un véritable enjeu aujourd'hui, nous souhaitons aider ces mamans seules en les accompagnant pour l'alimentation, l'hygiène, les différents besoins matériels, l'accompagnement à la parentalité… Ces bébés seront les ados de demain, et si on peut faire en sorte de les aider, on aura tout gagné. On y met énormément de moyens et d'énergie, mais on a besoin de l'aide de tous.

© SYLVIE GROSBOIS

Macif et Restos, des partenaires historiques
À leur demande, la Macif s'est rapprochée des Restos du cœur dès 1985 en établissant un contrat destiné à couvrir les activités de l'association. En 2015, la Macif est également devenue partenaire de la collecte nationale des Restos. Et depuis 2017, une partie des intérêts générés par le livret d'épargne solidaire Macif leur est reversée.
Une collaboration discrète basée sur le soutien à l'engagement bénévole cher à la Macif.

SCOP-TI, l'aventure d'une vie

L'été dernier, le modèle de la reprise d'une société par ses salariés sous la forme d'une Scop est revenu dans l'actualité avec le cas Duralex, cette fabrique de verres qui a tant marqué notre enfance. Ce type d'aventure industrielle et collective, non sans risques, existe depuis de nombreuses années. Et lorsqu'elle parvient à pérenniser l'activité, c'est une source de grande satisfaction. Preuve en est avec le cas emblématique de la SCOP-TI, près de Marseille. Reportage.

Par Vincent Berthe • Photos Marius Windels

Après une décennie qui n'a pas toujours été de tout repos, Olivier Leberquier émet un souhait, celui d'assister à une AG annuelle *« où l'on annoncerait des résultats nets positifs. Pour le moment, je n'ai pas encore eu cette joie »*, avoue-t-il. Le président du conseil d'administration de la SCOP-TI (Société coopérative ouvrière provençale de thés et infusions) y a pourtant cru l'année dernière. L'histoire aurait été belle pour les 10 ans de cette société coopérative de thés et d'infusions. La presse nationale, venue célébrer l'anniversaire de cette usine symbole de la lutte syndicale, avait même annoncé la bonne nouvelle un tantinet trop tôt. *« Avec un chiffre d'affaires en augmentation de 30 %, on a tutoyé la rentabilité, mais des coûts supplémentaires en fin d'année nous ont fait rater de très peu le coche. »* Celui qui n'aime pas le terme de « patron » et préfère celui de « coopérateur » parle de chiffres sans crainte. Une transparence des comptes dont il aurait aimé être témoin quand il était délégué CGT de cette même usine lorsqu'elle s'appelait Fralib. Ce goût pour le militantisme est un atavisme familial. *« Mon père m'a toujours dit que la première chose à faire, une fois embauché, était de se syndiquer »*, se souvient-il,

sourire aux lèvres. Technicien de maintenance chez Fralib (Française d'alimentation et de boissons), propriété de la multinationale britannique Unilever, son premier mandat syndical date d'il y a 35 ans. Depuis, il n'a jamais lâché, a lutté contre la fermeture de l'usine du Havre (Seine-Maritime) en 1998, puis a déménagé à Gémenos (Bouches-du-Rhône) pour garder son boulot et s'est retrouvé en première ligne quand, en 2010, Unilever a eu pour projet de délocaliser l'activité en Pologne. Ils sont alors 182 salariés à sortir quotidiennement des machines des sachets de thé Lipton et d'infusion Éléphant. La lutte va durer quatre années ou, plus précisément, 1 336 jours d'occupation d'usine. Suspensions de salaire, caisse de solidarité, batailles judiciaires à répétition, visite de candidats à la présidentielle et d'une myriade de médias, promesses ou pressions politiques en fonction du contexte… Les ex-Fralib passent par nombre d'émotions jusqu'à ce jour de 2014 où le géant de l'agroalimentaire finit par céder. Sur les 76 employés restants après les années de lutte, 46 décident de conserver leur CDI pour se lancer dans l'aventure de la Scop.

« On n'apprend pas ça en école de commerce »

La Scop pour « société coopérative de production ». Dit autrement, il s'agit d'une entreprise qui appartient à ses salariés ou ex-salariés, appelés coopérateurs. En France, actuellement, leur nombre avoisine les 2 500 pour plus de 60 000 salariés. *« On n'est pas le modèle dominant, car on n'apprend pas ça en école de commerce,* ironise Olivier Leberquier. *Mais malgré ce déficit de connaissance, de plus en plus se créent. »* Concernant la SCOP-TI (Société coopérative ouvrière provençale de thés et infusions), ils étaient 58 associés majoritaires au départ avec chacun un droit de vote égal, quel que soit l'apport donné (de 3 000 à 11 000 euros max actuellement). La joie de la victoire passée, il a fallu repartir quasiment de zéro : remettre les machines aux normes, reconstruire tout le système informatique, élaborer une stratégie marketing et… faire le deuil de la marque Éléphant – créée à Marseille à la fin du XIX[e] siècle – que les salariés espéraient conserver. S'ils ont obtenu près de 3 millions d'euros d'Unilever à la suite de l'accord de fin de conflit, la multinationale n'avait pas l'intention de leur faire ce cadeau. Place donc à la marque « 1336 » en référence à leurs jours de lutte. Joli sur le papier, plus compliqué dans la réalité. Le prédécesseur d'Olivier Leberquier, Gérard Cazorla, qui fut le premier président de SCOP-TI, confirme : *« À l'époque, on faisait un volume de 3 000 tonnes par an ; aujourd'hui, on tourne autour de 300, dont 40 tonnes sur notre propre marque. »* Une brusque baisse de régime due en partie, selon eux, à la perte du logo à grandes oreilles si connu du grand public. Heureusement, les achats dans les cercles militants ainsi que l'activité de conditionnement pour d'autres marques ont permis à la nouvelle société de ne pas sombrer. *« Quand tu pars d'un chiffre d'affaires nul avec autant de CDI, tu bouffes inévitablement du capital, raison pour laquelle nous ne sommes pas encore bénéficiaires depuis le début de la commercialisation en 2015 »,* acte Gérard Cazorla. Et ce, sans compter que les 58 nouveaux patrons avaient décidé de changer totalement de stratégie industrielle : fini les plantes venues du diable Vauvert, place au bio et aux circuits courts pour la marque maison. *« Ni arômes artificiels ni pesticides, on fait de la qualité à prix abordable »,* martèle le directeur commercial Michel Schmesser. Qui admet dans la foulée les doutes des débuts : *« On n'y allait pas la fleur au fusil, il faut oser quand tu repars de zéro. »*

« On n'a jamais viré personne, sinon je me serais barré »

Pas mal d'hivers et de printemps sont passés depuis, et les apprentis coopérateurs ont dû faire avec l'économie de marché. Et ils sont toujours là. *« Souffler nos dix bougies, tout en sachant qu'Unilever espérait que ça capote le plus vite possible, est une belle satisfaction »,* reconnaît Olivier Leberquier. Et d'ajouter fièrement : *« Sur les 76 salariés qui ont lutté, 35 ont pu faire valoir leur retraite à taux plein alors que nous aurions dû tous pointer à Pôle emploi* (aujourd'hui France Travail, ndr) *en 2011. »* Gérard Cazorla renchérit : *« On n'a jamais fait appel à l'intérim, car on est contre le travail précaire, on a supprimé le travail de nuit et celui du week-end, on a mis en place une politique salariale juste et on n'a jamais viré personne, sinon je*

« On n'a jamais fait appel à l'intérim, car on est contre le travail précaire, on a supprimé le travail de nuit et de week-end, on a mis en place une politique salariale juste. »

Gérard Cazorla

« Si vous voulez bien dormir, mieux vaut ne pas faire de commerce. C'est un combat constant. »

Michel Schmesser

me serais barré. » Comme Olivier Leberquier, à la suite du lancement de la Scop, il a repris le chemin des études pour obtenir un DESS (Diplôme d'études supérieures spécialisées, équivalent de l'actuel Master 2) dirigeant d'entreprise d'économie sociale et solidaire. Il reconnaît que *« passer de l'autre côté »* l'a un peu chamboulé, même si toutes les décisions stratégiques sont actées en assemblée générale à la majorité. Ce qui le chiffonne actuellement est leur dépendance à la grande distribution. *« C'est le nerf de la guerre,* acte-t-il, *car notre usine est surdimensionnée pour fournir juste les épiceries bios. »* Si le secteur ne les a pas snobés au début, il a – depuis le Covid, puis la crise inflationniste – changé son fusil d'épaule en privilégiant davantage ses marques de distributeur. *« Or, ce sont les petits qui en pâtissent en premier,* regrette Olivier Leberquier, *car les grands groupes ont toujours de la place pour leurs produits en rayonnage. C'est un rapport de force qui nous nuit. »* Michel Schmesser ne dit pas autre chose : *« Si vous voulez bien dormir, mieux vaut ne pas faire de commerce. C'est un combat constant. Le souci est que la situation s'est aggravée, et nous aurions besoin d'une piqûre de rappel, que la grande distribution comme les consommateurs se souviennent de notre histoire collective et nous aident. »*

« La Scop, ce n'est pas le monde des Bisounours »

Rim Hidri était, à l'origine, opératrice sur ligne de production. Depuis la Scop, elle s'est mise aux chiffres et aux tableaux Excel. Une experte-comptable qui se rend régulièrement dans l'usine l'a formée bénévolement. La polyvalence est de mise depuis le départ d'Unilever, et il n'est pas rare que celles et ceux, en haut dans les bureaux, descendent filer un coup de main au niveau du parc de machines quand il s'agit de livrer à temps. *« C'est notre gagne-pain, et cette usine représente nos combats »,* acte sommairement Rim Hidri, qui reconnaît *« être sortie de sa zone de confort, ressentir plus de pression qu'à l'époque où ils n'étaient que simples salariés. »* Ces longs mois de lutte auraient néanmoins créé, selon la plupart, des *« liens particuliers, une résilience et une intelligence collective renforcée »*. Pour autant, Olivier Leberquier reconnaît sans mal que tout le monde n'est pas au même niveau d'implication. *« Certains se contentent de faire leurs heures et ne veulent pas s'emmerder,* recadre-t-il. *La Scop, ce n'est pas le monde des Bisounours. Il n'y a pas que des Che Guevara, et cela n'a rien de malsain, nous ne sommes pas des clones. »* Même son de cloche chez Rim Hidri qui avoue, tout de même, avoir plus de mal à l'accepter : *« Celles et ceux qui en font moins que les autres se tirent une balle dans le pied »,* même s'il s'agit d'une *« minorité »*. Embauchée en 2021 et toute récente coopératrice, Anne Rouprich, responsable qualité au laboratoire, apprécie, elle, une liberté dans le travail et une attention à l'autre bien plus grande que dans une entreprise classique. Tout juste constate-t-elle logiquement des processus de décision *« plus lourds »* liés au système collégial. À ses côtés, Gérard Cazorla opine du chef : *« Faire fonctionner une démocratie, c'est toujours un peu plus compliqué. »* Il ne nie pas d'ailleurs les moments de tension ponctuels ni même une forme d'usure liée à la fragilité économique et à l'absence de toute augmentation salariale. À ce titre, depuis le début de l'aventure, le treizième mois leur passe constamment sous le nez : décision prise chaque année en AG par les salariés eux-mêmes. Lorsqu'on évoque ces soucis du quotidien, Rim Hidri répond, elle, *« devoir de réussite »,* tant, estime-t-elle, leur parcours en inspire d'autres depuis. Et de compléter sans une once de pathos : *« C'est le projet de ma vie, jamais je n'aurais eu une telle autre opportunité de m'émanciper et de me valoriser autant. »* ●

3 initiatives qui font bouger la France

Halte à la sinistrose ! Contrairement aux idées reçues, tout ne va pas mal en France. Démonstration avec trois projets singuliers, parmi des centaines d'autres, qui, dans leur domaine, apportent des solutions originales.

Par Victoire Radenne

COHABILIS

Le réseau associatif qui promeut la cohabitation intergénérationnelle

Cohabilis est né en 2004, d'un double constat : celui de la crise du logement qui frappe les étudiants et de l'isolement des personnes âgées. À travers plus de 50 structures partout en France, Cohabilis tente depuis d'y répondre en mettant en relation des jeunes en recherche d'un logement pas cher et des personnes âgées disposant d'une chambre libre.

Si cette solution de cohabitation, souvent en échange d'un loyer modéré ou de services rendus, répond au problème de solitude du troisième âge et au besoin d'accès au logement des jeunes, elle a d'autres vertus. *« Au-delà d'un accès à un logement plus confortable - les personnes âgées sont souvent propriétaires de grands espaces -, Cohabilis réduit l'artificialisation des sols. Si on réunit 40 binômes, on évite la construction de 40 studios dans une ville. Et on sait à quel point le bâti est émetteur de CO_2 »,* plaide Joachim Pasquet, directeur du réseau national. Par ailleurs, comme environ un tiers des jeunes accompagnés par Cohabilis sont d'origine étrangère, la cohabitation intergénérationnelle permet également de briser la chaîne des préjugés racistes que certains seniors nourrissent dans un premier temps. *« On est à chaque fois étonnés de découvrir la manière dont la méfiance mutuelle se transforme rapidement en invitation à partager des vacances au bled pour rencontrer la famille »,* conclut en souriant Joachim Pasquet.

CLUBHOUSE

Une communauté qui laisse la maladie à l'extérieur

Ce ClubHouse-là ne renvoie pas au monde du sport, mais bien à des lieux d'accueil et de convivialité qui viennent en aide à des personnes souffrant de troubles psychiques. En d'autres termes, un lieu d'activités de jour non médicalisé, créé pour et avec des personnes fragilisées par des troubles bipolaires, schizophréniques ou de dépression sévère.

Le tout premier ClubHouse a vu le jour à New York, en 1947. Depuis, une centaine a fleuri dans le monde, répartis dans 35 pays. Ainsi, depuis 2023, celui de Bastia accueille une dizaine de personnes par jour. Ici, l'atmosphère se veut différente de celle de l'hôpital, on n'y rencontre aucune blouse blanche. *« À l'origine, cet espace a été créé par des patients eux-mêmes en rémission, en partant du constat que pour ceux qui étaient médicalement stabilisés, il manquait une passerelle favorisant le retour à la vie sociale et professionnelle »,* raconte Jean-Yves Bonifay, directeur du ClubHouse. *« L'une des forces de notre structure, c'est qu'on laisse la maladie à l'extérieur. On commence par boire un café ensemble en discutant de ce qu'on a fait la veille, puis on se répartit les activités de la journée »,* poursuit-il. Assurer l'accueil du public, répondre au téléphone, préparer le repas, aller chercher le pain, puis au détour d'une conversation, évoquer la suite sans trop se mettre de pression… *« L'idée est de reprendre confiance en soi dans un cadre informel en construisant de nouvelles habitudes, afin d'être mieux armé ensuite pour se remettre en action »,* complète Jean-Yves Bonifay. D'ailleurs, depuis son lancement, les résultats du ClubHouse de Bastia sont encourageants : la structure affiche 50 % de réinsertion professionnelle !

LES PETITS DÉBROUILLARDS

L'association qui milite pour une appropriation sociale des sciences

L'aventure des Petits Débrouillards commence à la fin des années 1970, quand un directeur de presse canadien, Félix Maltais, lance une chronique de vulgarisation scientifique destinée au jeune public.

Le Petit Débrouillard connaît un tel succès qu'il sera adapté en magazines, en livres illustrés et, enfin, en démonstrations d'expériences scientifiques en public sur le terrain. En 1985, l'idée traverse l'Atlantique pour s'implanter en France sous la forme d'un réseau associatif porté par les valeurs de l'éducation populaire. Dans les quartiers populaires ou les bourgs ruraux, les 3 000 animateurs du réseau apprennent aux enfants à découvrir les propriétés physiques de l'eau, à comprendre le principe du son… bref, à démystifier la science dans l'espoir de projeter les jeunes qui disposent de peu de capital culturel dans des filières et professions scientifiques. Désormais, Les Petits Débrouillards font partie d'un vaste réseau d'associations présentes dans 13 régions au sein de 60 antennes locales. Cela représente plus d'une centaine de volontaires et 200 salariés. *« Un maillage humain indispensable, car plus que jamais, nous devons transmettre l'esprit critique et la rationalité aux enfants. Si on étudie, par exemple, les raisons pour lesquelles on ne pourra jamais vivre sur Mars, on comprend que c'est peut-être un peu bête d'y investir 50 milliards, comme projette de le faire Elon Musk »,* assure François Deroo, directeur du réseau Les Petits Débrouillards.

Blieux s'offre sa tournée générale

Le rôle social d'un café n'est plus à prouver, et d'autant plus quand il est le seul à des kilomètres à la ronde. Alors que fait-on quand celui-ci baisse définitivement le rideau ? À Blieux, petit village provençal encaissé, on a décidé de réinjecter collectivement un bon « shoot » de convivialité. Bienvenue au Cabas !

Par Vincent Berthe • Photos Marius Windels

Lucienne a fermé et il n'y a même pas eu de fête. Juste du vague à l'âme. Un siècle pourtant que l'établissement existait, qu'il était un point de rencontre évident dans ce petit village de tradition pastorale. Le patelin dont l'accès se fait via une route qui ne rejoint rien, excepté un autre hameau plus loin, est au cœur d'un cirque naturel magnifique. C'est la première chose qui frappe le visiteur : vue garantie, isolement compris. Blieux, commune des Alpes-de-Haute-Provence, où les grandes villes du coin ont pour nom Castellane et Digne-les-Bains, a donc perdu sa seule et unique tenancière en 2018. Cette dernière, 94 ans, s'est résignée à lâcher son comptoir après 56 ans de bons et loyaux services. Et pas de gaieté de cœur. Ses héritiers, après son décès en 2022, n'ont ni voulu vendre ni voulu reprendre. Fin de l'histoire. Et Blieux, qui tourne à une soixantaine d'habitants depuis des décennies, n'eut plus que le gîte du village pour se réconforter. Bien, mais insuffisant. « *Lorsque nous nous sommes rassemblés, c'était en tête de liste de nos souhaits : le retour d'un café et d'une épicerie* », confirme d'emblée Vincent.

« Ce projet nous a tous rapprochés les uns des autres, quels que soient nos âges et nos parcours respectifs. »

Vincent, habitant de Blieux

La vertu démocratique du post-it

Ce dernier est ce que l'on appelle un « néo-rural ». Et ici, il n'est pas seul. De la douzaine de « jeunes » du village, dit autrement entre 25 et 35 ans, aucun – excepté une – n'est originaire de Blieux. Ils viennent d'un peu partout, ont tous débarqué il y a un peu moins d'une dizaine d'années et travaillent pour la plupart dans l'agriculture. Originaire de Bretagne, Vincent bosse, lui, dans l'assainissement écologique. Les grands-parents de Mahé, sa femme, sont à Blieux depuis les années 1970. En débarquant ici en 2019, le couple n'a donc pas été totalement dépaysé : ils connaissaient le cadre idyllique été comme hiver, et les contraintes d'un tel isolement. En août 2020, ce sont eux, avec le soutien de la « jeunesse », qui invitent l'ensemble du village à se retrouver dans un restaurant des environs. Une cinquantaine répond présent. Le sujet de la discussion est simple : que veut-on pour le village ? Outre la constitution d'un groupe WhatsApp pour des coups de main ponctuels et d'une boucle de mails concernant le covoiturage, c'est surtout le retour d'un troquet que l'on découvre écrit sur des petits bouts de papier de couleur. Le post-it, cet incontournable de toute réunion participative.

Taillage de pierres, charpente, maçonnerie et… recherche de sous

La majorité s'étant exprimée, voilà le temps du travail pour les plus motivés. Ils sont une quinzaine de toutes générations à se creuser les méninges pour mener à bien le projet. La rumeur veut qu'une vieille maison de berger, plus vraiment habitée, est à vendre au centre du village. Belle, mais vétuste. Abordable donc. La création d'une SCI (Société civile immobilière) à but non lucratif est lancée, ils sont 35 à mettre entre 500 et 1 000 euros pour finaliser l'achat en 2021. Ce qui n'est pas rien, insiste Vincent, dans une région où les salaires sont plus bas que la moyenne nationale, et le taux de chômage bien plus haut. *« Parmi nous, il y en a quelques-uns au RSA depuis plusieurs années, qui vivent de petits boulots et ont le frigo vide en fin de mois,* précise-t-il. *Mais ils n'ont pas hésité. C'est quand même super fort de voir ça. »* Autres contributeurs plus étonnants, des familles suisses ou néerlandaises présentes chaque été. La maison acquise, il reste même de quoi refaire la toiture. Pour ce qui est des grands travaux à l'intérieur, tout le monde se retrousse les manches. Vincent raconte : *« On a bénéficié d'une bonne complémentarité : l'un est tailleur de pierres, un autre maçon, un autre s'y connaissait en charpente, et moi, j'étais un peu le geek qui allait chercher des subventions à droite et à gauche, auprès notamment des fondations d'entreprises. »*

Trucs de bobo forcément chers

L'inauguration du Cabas – pour « café associatif blieuxois autogéré et solidaire » – a lieu un beau soir d'été 2023 : tapas, troupe de cirque sur la place du village et joie qui irradie les 200 personnes présentes. *« Un moment inoubliable,* souligne un autre Vincent, *la concrétisation de cet élan de solidarité, ce projet nous a tous rapprochés les uns des autres et quels que soient nos âges et nos parcours respectifs. »* Ce Vincent-là est, lui, opticien à Digne-les-Bains. Crocs-chaussettes aux pieds, la trentaine, il s'est installé ici avec sa famille – qui s'est agrandie récemment – il y a trois ans. Avant, il vivait à Lyon avec sa femme et était ingénieur biomédical. À la suite d'un voyage à vélo à travers l'Europe, il a perdu toute envie de vivre en ville, a démissionné pour s'occuper d'un restau dans le coin. *« Quand on débarque dans une région où l'on ne connaît pas grand monde, c'est le boulot parfait »*, rit-il. Avec la naissance de ses enfants, il a arrêté, mais cette expérience lui a permis d'avoir un regard avisé pour choisir le matériel adéquat pour faire du Cabas un vrai bar. Un café donc, mais aussi une épicerie, juste en dessous. Dans cette petite pièce ouverte 24 h sur 24, où se trouvent aussi des toilettes sèches, des produits majoritairement bios et en circuit court que l'on paie en laissant de l'argent dans une petite boîte ou avec sa CB. Bref, c'est un libre-service basé sur la confiance totale en la probité de chacun. *« C'est du dépannage et l'on ne marge quasiment pas »*, précise le premier Vincent qui se remémore, amusé, que l'origine des produits a fait un peu grincer des dents au départ : *« C'était un petit choc culturel pour certains qui ont traduit ça par "trucs de bobo forcément chers". »* Des clichés vite dissipés.

Un village sur lequel on « flashe comme une bête »

Le café, lui, est ouvert le vendredi en fin de journée, et le dimanche midi. Forcément, un peu plus l'été. Ils sont une dizaine de bénévoles à faire tourner la boutique. Parmi eux, l'énergique Marianne, la soixantaine à peine passée, ergothérapeute de profession, belge de naissance, niçoise pendant 20 années et toute récente blieuxoise *(« La première fois que j'ai vu le village, j'ai flashé ! »)*. Ce dimanche-là, c'est elle qui est aux fourneaux. Le menu ? Curry thaï, fondant choco et verre de vin pour 12 euros. Quant aux rires à la pelle de celle qui surveille son faitout derrière le comptoir, c'est gratuit. *« Si tu ne fais rien à la retraite, tu t'ennuies, tu déprimes,* commente-t-elle entre deux services. *Alors, dès que les gamins se sont lancés, j'y suis allée direct. »* Juste en face, sur la terrasse en pierres sèches flambant neuve après un mois de chantier participatif, ils sont quatre à déguster au soleil la cuisine de Marianne. Quatre « anciens » du village, les jeunes mangeant plutôt à l'intérieur pour surveiller leur progéniture qui chahute joyeusement au premier étage. Ils s'appellent François, Catherine, Geneviève et Marie-Hélène, la doyenne du village, 84 ans. Entre les années 1950 et 1970, eux aussi furent en leur temps des « néo-ruraux », eux aussi ont dû un temps subir la méfiance provisoire des gens du cru et eux aussi ressentent *« ce vide comblé »* avec le Cabas, ce facilitateur de convivialité. Raison pour laquelle ils manquent rarement à l'appel.

Un quart du village en mode curry thaï

Avec ses 16 réservations de la journée, sans compter les convives de dernière minute, Marianne peut s'enorgueillir. *« Vu le nombre que nous sommes, c'est un quart de Blieux réuni cet après-midi, pas mal, non ? »*, s'exclame-t-elle ravie. L'été, il arrive qu'elle serve des compatriotes en villégiature, et même des Canadiens ou des Japonais. Après l'agriculture, la deuxième activité du village, fort d'un grand nombre de chemins de randonnée, est le tourisme. *« On voit même des Porsche à Blieux, c'est n'importe quoi »*, cingle Aleth qui, après manger, en profite pour régler sa cotisation à l'association. À côté d'elle, accoudé au zinc, Martin – un enfant du pays – évoque, lui, les villages aux alentours qui n'ont pas leur chance. *« Le Cabas va forcément les inspirer, d'autres cafés associatifs vont finir par se monter »*, veut-il croire. Car ce genre d'endroit ne sert pas qu'aux apéros, au repas du dimanche ou au marché de Noël artisanal… Son rôle est parfois plus subtil, plus profond. En septembre l'année dernière, il y eut un décès dans le village, quelqu'un qui n'avait pas encore l'âge. Cela a été extrêmement brutal, difficilement acceptable. Tous se sont retrouvés au Cabas, à la demande de la femme du défunt, pour sécher leurs larmes. ●

Adresse mail du Cabas : contact@le-cabas.org
Site : le-cabas.org/

Le temps de l'échange

P.65
Rencontre
Dialogue entre les aventuriers Jean-Louis Étienne et Charlie Dalin

P.70
Portfolio
Mont Blanc : l'ascension de l'espoir

Face à face

Jean-Louis Étienne
(explorateur)

Charlie Dalin
(skipper)

© STEVEN ROUSSEL / DISOBEY. / MACIF

« L'océan Austral est un océan de tempêtes »

Le premier vient de gagner le Vendée Globe. Il récupère à Concarneau, rentre d'une semaine de vacances au ski en famille et supervise la réfection de son voilier Imoca *Macif Santé Prévoyance* pour sa remise à l'eau en mai. Le second travaille depuis son bureau parisien sur son projet *Polar Pod*, une expédition en Antarctique sur un navire vertical de 100 mètres de hauteur. Échange entre **Charlie Dalin** et **Jean-Louis Étienne,** deux aventuriers partageant de nombreuses passions et engagements autour des océans, du bateau et du climat.

Propos recueillis par Maxime Marchon

Jean-Louis, est-ce que vous avez pu suivre les exploits de Charlie et du bateau dont vous êtes le parrain, l'Imoca *Macif Santé-Prévoyance*, durant ce Vendée Globe ?

Jean-Louis Étienne : J'ai visité le bateau avant son départ quand il était à Concarneau. J'étais vraiment surpris de découvrir la cabine depuis laquelle il manœuvre le bateau et je me suis dit : *« Mais il ne voit même pas la mer devant ! »* C'est un véritable cosmonaute des mers dans sa nacelle. Quand je pensais à Charlie durant la course, je pensais aux secousses, au bruit et à la vitesse. C'est une aventure extraordinaire, mais il n'y a pas d'arrêt possible ni de moment pour souffler, sinon la course est perdue.

Charlie Dalin : C'est exactement ça. En traversant tous les océans du monde, un peu à la manière d'un cosmonaute, j'ai perdu beaucoup de masse musculaire des jambes, plus que sur mon premier Vendée où j'avais de plus grands déplacements à faire sur le bateau. Cette fois, tout avait été conçu pour limiter au maximum les déplacements, afin de garder toute l'énergie disponible pour les manœuvres et limiter les risques de chute. J'essayais de rester le plus statique possible sur mon siège ou alors dans la bannette où je dors, qui est à 50 cm de ma table à cartes. Et de mon siège de table à cartes, j'ai 1,50 mètre à faire pour atteindre ma colonne de winch qui règle mes voiles. Quant aux secousses, c'est un peu comme des turbulences dans un avion, mais multipliées par dix. Et ça dure des jours. Le siège de la table à cartes est monté sur suspension. Pareil pour ma bannette. Il a fallu trois prototypes pour obtenir un matelas performant dans l'absorption des chocs et la dissipation de leurs énergies. Cette intensité fait que j'ai eu le sentiment de subir une distorsion du temps. L'impression que les jours passaient deux à trois fois plus vite que sur terre. Quand j'ai franchi la ligne d'arrivée, j'avais le sentiment d'être seulement parti durant 48 heures.

Vous avez mis 64 jours en réalité. C'est un jour de plus que le temps qu'a mis Jean-Louis pour atteindre le pôle Nord en solitaire en 1986. Y a-t-il des points communs entre ces deux exploits ?

JLE : En suivant son arrivée en ce temps record, ma propre histoire m'est revenue. Au pôle Nord, après 63 jours, je n'avais rendez-vous avec rien. Il n'y a pas de panneau : « Ici c'est le pôle Nord. » Il n'y avait pas non plus de GPS à l'époque. Mon arrivée au pôle Nord, je l'ai décidée un jour, vers 2 heures du matin. Tout d'un coup, ce fut un soulagement énorme. Je parlais au traîneau, je parlais à la glace, je parlais à mon réchaud, c'était mystique, cet isolement total. En voyant l'arrivée de Charlie et la manière dont il était envahi, alors que son cerveau était encore dans une intensité solitaire, je me suis demandé s'il arrivait à en profiter.

© VINCENT CURUTCHET / ALEA

CD : C'est une transition brutale en effet. Mais j'avais pu profiter de mes dernières heures seul sur le bateau. Je savais qu'à l'arrivée, j'allais être pris dans un tourbillon que je ne maîtriserais pas. Jean-Louis parlait de quelque chose de mystique, moi qui suis plutôt quelqu'un de très cartésien en temps normal, je me suis laissé aller à parler au bateau, à remercier les océans, à remercier Neptune. C'est une tradition chez les marins, quand on passe l'équateur, il faut faire une offrande. C'est quelque chose que je n'avais pas fait lors de mon premier Vendée Globe, car j'avais eu des problèmes de foils. Cette fois-ci, j'ai offert une petite bouteille de calvados à Neptune. J'ai remercié l'océan Indien quand je l'ai quitté, et refait une offrande à Neptune en repassant l'équateur.

Vous vous êtes rencontrés pour le baptême du bateau à Lorient en septembre 2023. Ce jour-là, Charlie, vous aviez dit : *« On peut parler bateau avec Jean-Louis. Il comprend. J'aimerais bien le recroiser pour parler un peu plus. »* Vous aimeriez parler de quoi avec lui ?

CD : J'ai beaucoup suivi les aventures de Jean-Louis quand j'étais enfant. Ça me fait quelque chose d'échanger avec lui. J'ai rêvé devant les reportages télévisés de ses explorations. Jean-Louis, si tu devais écrire une définition du mot aventure pour le dictionnaire, laquelle serait-elle ?

JLE : Je dirais que l'aventure, c'est inventer sa vie. Un exemple : quand je suis rentré de la course autour du monde sur *Pen Duick VI* avec Éric Tabarly, j'avais 33 ans et des mèches encore blondes. J'étais médecin, interne en chirurgie à ce moment-là, et un laboratoire pharmaceutique m'avait demandé de faire des conférences. Une dizaine de médecins sont venus me voir à la fin de la première pour me dire : *« Tu as fait le bon choix, nous, on a une clientèle, on est installés, on a machin, mais… »* La même chose s'est passée à la deuxième conférence, puis à la troisième. Je savais que ma vie n'était pas faite pour eux. Je roule en 403, je dors souvent dans ma bagnole, je n'ai pas un rond… En revanche, je partage quand même l'exploration avec ces médecins. Je leur ai dit : *« On a appris l'allopathie* (médecine traditionnelle, ndr) *dans les facultés françaises, allez en Chine, allez au Japon, allez voir, allez chercher d'autres manières de soigner… »* L'aventure est à la portée de chacun. Mais ça demande du temps, du travail, de la persévérance, pour résister à la tentation de l'abandon.

Charlie, dans une interview au magazine *Society*, vous racontiez être capable de dire à partir d'une simple photo de quel océan il s'agit. Comment reconnaît-on l'océan Austral, où personne ne navigue hormis vous, les marins du Vendée Globe, et les équipages de missions scientifiques comme celles du *Polar Pod* de Jean-Louis ?

JLE : Il y a deux océans polaires. L'Arctique, on l'a évoqué tout à l'heure, c'est un océan

gelé recouvert par la banquise, et on y marche sur un chaos de glace. Et au sud, il y a l'océan Austral, qui entoure le continent antarctique, où Charlie était il n'y a pas longtemps. C'est ce qu'on appelle les 40es rugissants, les 50es hurlants. Cet océan est en mouvement permanent, brassé par le courant circumpolaire antarctique, poussé par ces forts vents d'ouest, assez constants. Un océan rarement fréquenté, difficile d'accès, loin des routes maritimes.

CD : Si vous prenez un globe terrestre à la maison, et que vous le tournez du côté du Pacifique, on ne voit que du bleu. On se sent comme au milieu d'un désert, pas de sable, mais d'eau. Quand on va sur les sites qui répertorient les positions des navires, de ce côté-là du globe, il n'y a personne. La densité est proche de zéro. Quand on navigue dans cette zone, les humains les plus proches sont les astronautes de l'ISS.

JLE : Ils sont à 400 kilomètres, ça fait à peine 300 milles.

CD : L'homme n'est pas fait pour vivre dans ce milieu. Mais la plateforme *Polar Pod*, sur laquelle Jean-Louis travaille, sera un parfait refuge.

« L'aventure est à la portée de chacun. Mais ça demande de la persévérance, pour résister à la tentation de l'abandon. »

Jean-Louis Étienne

Justement, Jean-Louis, quelles données comptez-vous récolter et analyser avec *Polar Pod* ?

JLE : On sait très peu de choses sur l'océan Austral, car c'est un océan de tempêtes. J'ai travaillé à concevoir un navire permettant de s'y aventurer avec de bonnes conditions de sécurité et de confort. Le principe, c'est de rester en hauteur pour échapper à la surface, puisque c'est la zone de conflit, là où le vent et la mer se rencontrent. Si on veut être stable, il faut un flotteur vertical qui descende très profond. Grâce aux essais que l'on a effectués dans des bassins à vagues, on sait que le *Polar Pod* est très stable dans la grosse mer. Avec ce navire vertical de 100 mètres de haut, j'ai construit un projet d'exploration de l'océan Austral autour de quatre domaines de recherche. D'une part, les échanges de gaz carbonique entre l'atmosphère et l'océan. On mesure le CO_2 en haut dans l'air, à la surface et en profondeur. L'océan absorbe 30 % de nos émissions de gaz carbonique, et l'océan Austral à lui seul en absorberait la moitié. C'est-à-dire 15 % du CO_2 mondial. C'est le principal puits de carbone océanique. Deuxièmement, *Polar Pod* est un navire autonome, avançant avec le courant circumpolaire, et fonctionnant avec l'énergie de six éoliennes. Il est donc silencieux et permettra, grâce à des micros sous-marins, de dresser un inventaire acoustique de la faune. Nous ferons également des analyses de la qualité de l'eau. On sait déjà qu'on y trouvera des microplastiques et des composés organochlorés, comme des pesticides. La dernière mission nous est confiée par les agences spatiales, l'ESA, le CNES et la NASA : valider la lecture de la mesure des satellites, notamment sur la couleur de l'océan. Car si on la valide, on pourra dans le futur suivre avec beaucoup plus de précision l'activité biologique – et donc la vie de cet océan Austral – à partir des satellites.

En tant qu'architecte naval de formation, Charlie, comment appréhendez-vous un navire vertical comme celui imaginé par Jean-Louis avec *Polar Pod* ?

CD : C'est assez particulier, j'ai du mal à l'imaginer. Même si cette exploration se déroulera dans les environnements dans lesquels j'ai évolué durant le Vendée Globe, ce sera une expérience totalement différente. Avancer au gré des courants, ça doit être quelque chose… Tout comme le fait d'être à la merci des tempêtes. Avec l'Imoca, on a la chance d'aller suffisamment vite pour se placer « où on veut » par rapport à une tempête.

JLE : Il fallait que le *Polar Pod* puisse affronter la vague cinquantennale. C'est une vague qui, d'après les modèles statistiques, revient tous les 50 ans. Elle mesure 38 mètres du creux à la crête, c'est un immeuble de 13 étages. Pour lui résister, il fallait que le *Polar Pod* ait un « pilonnement », c'est-à-dire un mouvement de haut en bas, qui soit loin de la fréquence de la houle de l'océan Austral. La houle de l'océan Austral est entre 20 et 22 secondes, le *Polar Pod,* lui, a une fréquence de pilonnement de 60 secondes. On ne pourra donc pas entrer en résonance avec la houle. Mais, il y a aussi les mouvements brusques qui peuvent rendre la vie à bord inconfortable ou dangereuse. Pour les éviter, des calculs de répartition de charges ont été faits. Charlie, je ne sais pas quelles sont les tiennes, mais le calcul des accélérations en haut de la nacelle de *Polar Pod,* c'est 0,3 g. C'est-à-dire les secousses que l'on ressent lorsqu'on se déplace dans le TGV. Il a fallu aussi étudier la résistance des matériaux, parce qu'ils vont travailler. Charlie, est-ce que tu as une idée de la hauteur de la plus grosse vague que tu aies vue dans ta carrière ?

CD : C'est difficile à dire. On doit être à 9 mètres peut-être, juste sous les 10 mètres. Je pense que le gars qui a rencontré la vague de 38 mètres n'est pas revenu.

JLE : Non, c'est sûr. C'est quand même rarissime comme phénomène.

Charlie, quels changements avez-vous pu constater sur les conditions océaniques entre vos deux Vendée Globe, et notamment la pollution ?

CD : Quatre ans d'écart, ça reste très macro dans l'évolution globale des choses, mais malgré tout, j'ai été surpris par la quantité de sargasses *(algues brunes, ndr)* à la sortie du Pot-au-Noir *(la zone de convergence intertropicale, ndr)*. C'est le marqueur flagrant de pollution auquel j'ai été confronté sur ce Vendée Globe. Elles se forment avec tous les engrais, pesticides et autres déchets agricoles rejetés par les différents fleuves – que ce soit l'Amazone ou le grand fleuve Congo – et ont tendance à asphyxier l'Atlantique. On en trouve de grands bancs qui font parfois la taille de plusieurs terrains de foot. Je n'ai pas beaucoup croisé de plastique sur ce Vendée Globe-là, mais il y a quatre ans, dans le golfe de Gascogne, un seau en plastique a atterri sur le pont du bateau.

© STEVEN ROUSSEL / DISOBEY. / MACIF

© NICOLAS GAGNON

Vue d'artiste de la station *Polar Pod*

Cette année, sur le Vendée Globe, un travail a été fait sur les bateaux pour éviter les collisions entre foils et cétacés. Pouvez-vous en dire un peu plus ?

CD : Depuis mon premier Imoca, on a installé ce qu'on appelle un « pingeur » au bout de la quille. C'est comme un haut-parleur plongé à 4,50 mètres sous l'eau, qui envoie des sons sur différentes fréquences pour prévenir tous les mammifères marins de l'arrivée du bateau. Aujourd'hui, de gros travaux sont faits pour avoir comme des sonars qui regarderaient vers l'avant du bateau. La grosse difficulté, c'est qu'on est proche de l'interface air-mer. Un radar en surface, c'est facile, un sonar qui envoie des ondes sous la mer, c'est simple, mais un système qui marche à l'entre-deux, ça, c'est compliqué. J'espère qu'on aura bientôt une solution. En attendant, l'autre nouveauté de ce Vendée Globe a été la création de zones interdites à la navigation, des zones potentiellement plus denses en mammifères marins. Dans les Açores ou autour des Canaries, par exemple.

JLE : J'ai une dernière question technique. J'ai vu ton bateau, c'est le top de la technologie. Maintenant que tu en connais chaque centimètre carré, est-ce qu'il reste encore des améliorations techniques à lui apporter ?

CD : Oui, bien sûr, on y travaille avec l'équipe, il y a encore moyen de progresser, j'ai déjà quelques petites idées, sur les formes de coque, les voiles, l'ergonomie. Le champ des possibles est encore vaste et large, mais je ne peux pas trop en dire, on nous écoute… *(Rires.)* ●

Portfolio

l'ascension de l'espoir

Le 3 juillet 2024, huit femmes atteintes du cancer ont gravi le mont Blanc. Toutes étaient membres de l'association Les PrinSEINSes, dont la vocation est de soutenir et d'apporter de l'espoir aux femmes touchées par cette maladie. Promoteur de projets solidaires, Julien Viroulaud a accompagné cette escalade de la résilience. Il nous fait le récit en images de cette aventure pas comme les autres.

Propos recueillis par Victor Legrand • Photos Coline Beal

« Tout est parti d'une rencontre en 2023 avec Isabelle, qui fait partie de l'association Les PrinSEINSes, avec laquelle elle souhaitait organiser une randonnée pour oublier et dépasser la maladie. Très vite, nous avons compris que ce n'était pas une simple randonnée en montagne qu'il fallait faire, mais carrément gravir un sommet de plus de 4 000 mètres. Une ascension qui nécessite de la volonté individuelle et le dépassement de soi, mais surtout le sens du collectif, car il faut la plupart du temps marcher en cordée. Justement, porter un message de résilience et de combativité passe forcément par le collectif.

Parmi plusieurs sommets, Isabelle a choisi le mont Blanc. Avec elle, sept autres femmes – Jessica, Valérie, Mélanie, Vérose, Christine, Florence et Léa, âgées de 36 à 60 ans –, également membres de l'association PrinSEINSes et ayant subi à elles toutes plus de 50 opérations sous anesthésie, ont composé la cordée. Ensemble, nous nous sommes préparés un an pour cela. Au programme : des entraînements sportifs hebdomadaires avec deux préparateurs physiques, des sorties de randonnées pédestres, de l'escalade, de la spéléologie et même de la descente en rappel. Douze mois semés

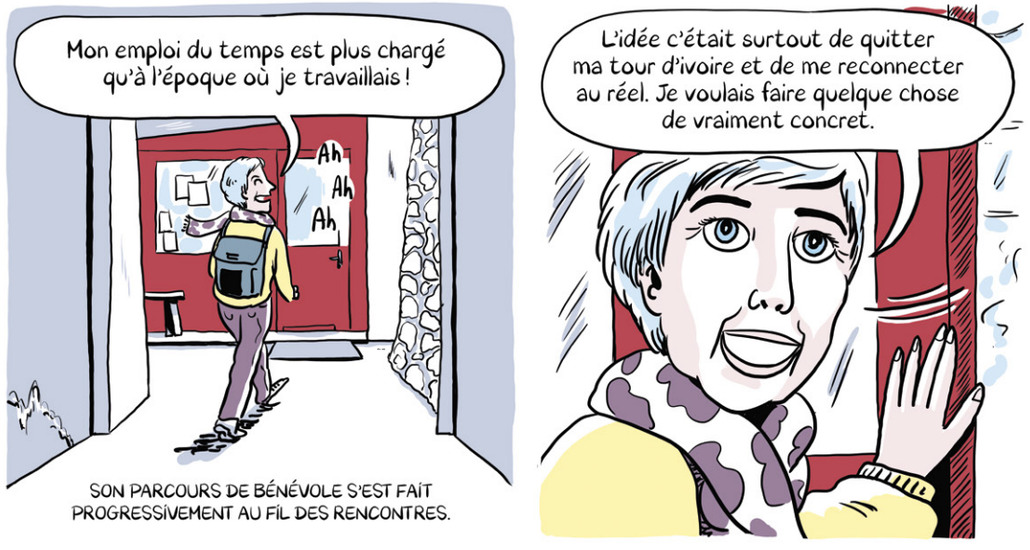
d'embûches. Le plus difficile a été lorsqu'Isabelle, qui avait déjà essuyé quatre cancers, a appris, dix jours avant le départ pour les Alpes, qu'elle faisait une nouvelle récidive. Elle n'a donc pas pu faire l'ascension, mais elle est venue avec nous, accompagnée par les guides, les coachs sportifs, un médecin et une kiné. Tous ensemble, nous avons gravi le mont Blanc le 3 juillet 2024 ; deux des huit membres de l'association ont atteint 4 300 mètres. L'objectif de cette escalade ? Pas uniquement d'atteindre le sommet, mais surtout de porter un message : le combat vaut toujours la peine d'être livré, même quand on pense qu'il est perdu. » ●

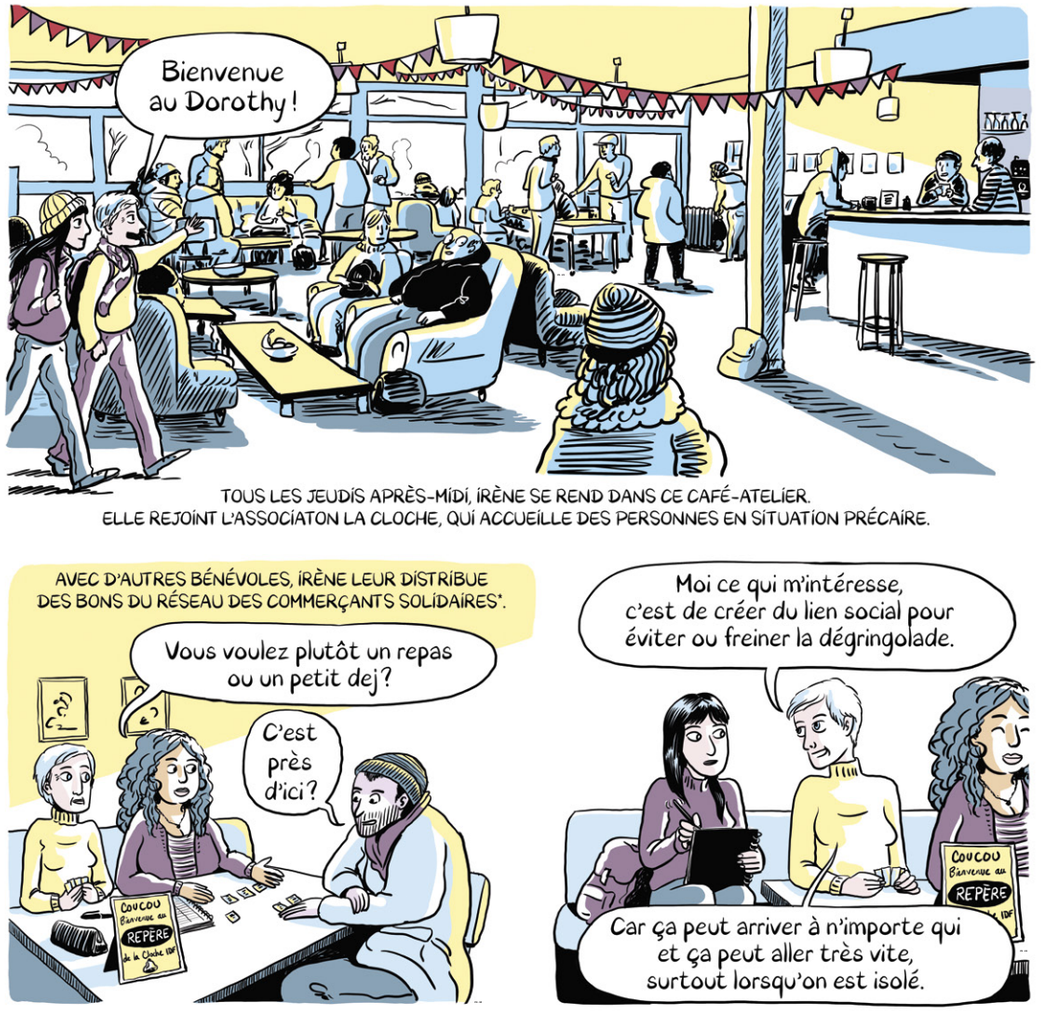
Irène, bénévole au grand cœur

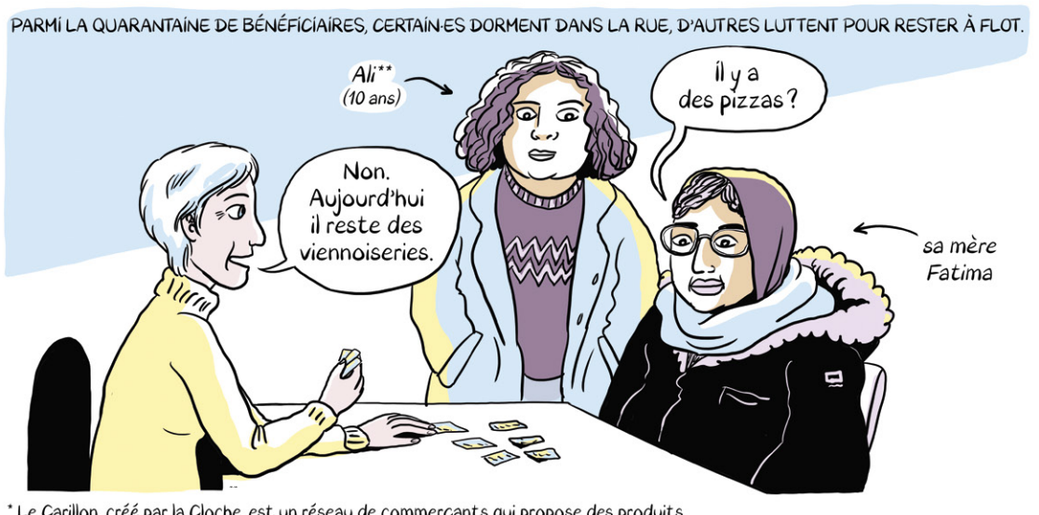
Par Marie Dubois

Après des années d'activité, **Irène** a refusé de rester oisive et a décidé de consacrer sa retraite aux autres. Bénévole dans de multiples associations, on la retrouve à Paris lors de l'un de ses après-midi au café atelier de l'association La Cloche.

SUJET PROPOSÉ PAR LES SOCIÉTAIRES • Vous! par Macif







* Le Carillon, créé par la Cloche, est un réseau de commerçants qui propose des produits ou services gratuits aux personnes en situation précaire. (www.lacloche.org)

** Certains prénoms ont été modifiés.

On n'est pas là pour régler leurs problèmes de logements ou autres. Il y a d'autres organismes pour ça.

Trop joli.

Ici, c'est surtout un espace où ils se reposent...

une oasis de quelques instants.

Nina, Bénévole
étudiante à Sciences-Po

On fait des jeux, mais surtout on discute ensemble.

Chaque échange, c'est de l'humanité brute. Ça m'enrchit beaucoup.

C'est la première fois que je joue à ce jeu.

Et c'est un enfant de 10 ans qui m'apprend !

Rachid

T'as vu, tu me rends intelligent.

L'AMBIANCE EST DÉTENDUE ET LE CONTACT FACILE.

Hey ! Sur ton dessin, j'ai l'air vieux... ok gentil mais vieux !

Ma mère n'a pas de moustache !

Et là, c'est moi ça ?

Nan mais... ce sont juste des croquis rapides.

Et toi Rachid, pourquoi tu es venu ici ?

J'étais en dépression. Venir ici c'était pour moi un moyen de soin. Ça a mis du temps mais ça a fonctionné.

Au lieu de rester à l'appart, on vient ici pour... respirer !

On s'aide entre nous et ça rebooste l'égo.

POUR LES HABITUÉ·ES, CES MOMENTS D'ÉCHANGES SONT TRÈS PRÉCIEUX.

On vient pour briser la solitude. Dans la rue, tu portes plein de masques pour ne pas que «ça se voit». Là, on se lâche. On peut être qui on est, comme on est.

On n'a pas tous la même histoire mais on se comprend.

Hayat

Abdel

On se respecte.

Nora

Grâce à La Cloche, j'ai beaucoup évolué. La confiance en soi, c'est le plus dur à retrouver.

Venir ici, ça me transforme !

D'habitude, on ne fait que dire pardon, pardon, pardon...

tout le temps : PARDON !

Et si vous nous racontiez à votre tour votre histoire ?

Partagez votre témoignage en scannant ce QR code !

Passez à l'action solidaire avec Diffuz !

Pour joindre la Macif

Besoin de précisions sur votre contrat, sur la déclaration ou le suivi d'un sinistre en cours ou un besoin d'assurance ?
Je téléphone à la Macif :
09 69 39 49 49 (appel non surtaxé)
Du lundi au vendredi 8 h-20 h. Le samedi 9 h-17 h

J'écris à la Macif : MACIF - Service Client Contrat CS 50000 - 79079 Niort Cedex 9.
Et par Internet : macif.fr ou application mobile

Je rencontre mon conseiller : pour connaître l'agence la plus proche de chez vous

L'assistance

Besoin d'assistance en cas de panne, de vol ou d'accident ?
(service accessible selon le contrat Macif souscrit)
En France : 0 800 774 774 Service & appel gratuits
À l'étranger : + 33 5 49 774 774
(coût selon pays et opérateur)
Macif assistance, 24 h/24, 7 j/7

Personnes sourdes et malentendantes

Sourdline ESPACE SOURD Pour les personnes sourdes et malentendantes, nos services téléphoniques sont accessibles en LSF, LfPC ou tchat sur macif.fr / rubrique « Aide et contacts » / « Contacter Sourdline »

Assistance
Service d'assistance accessible pour les personnes sourdes et malentendantes en LSF, LfPC ou tchat sur macif.fr / rubrique « Aide et contacts »
par SMS au 06 71 17 27 77 - 24 h/24, 7 j/7

Personnes aveugles ou malvoyantes

HandiCaPZéro Les personnes aveugles ou malvoyantes bénéficient gratuitement de documents adaptés en caractères agrandis, braille et CD audio, sur macif.fr / rubrique « Aide et contacts » ou auprès de HandiCaPZéro.
0 800 39 39 51 Service & appel gratuits

Engagez-vous !

En soumettant un projet associatif à la Fondation Macif
fondation-macif.org

En relevant ou en proposant un défi solidaire via Diffuz, le réseau des actions bénévoles
diffuz.com

Les réseaux sociaux

- **Facebook :** @macifassurances
- **Instagram :** @macifassurances
- **Linkedin :** @macif
- **Tiktok :** @macifassurances
- **YouTube :** @macifassurances

Satisfaction client

La Macif vous écoute et votre avis compte

4,6/5 de satisfaction des sociétaires en 2024

*Source : Avis clients recueillis par le biais d'enquêtes réalisées à la suite d'un passage en agence ou d'un appel téléphonique, en cumul de l'année 2024.

Le magazine *Vous ! par Macif* a fait l'objet d'une attention particulière en matière d'écoconception.

PEFC 10-31-1141

Les papiers intérieurs et de couverture sont issus de forêts gérées durablement et certifiés par la chaîne de contrôle PEFC. Le papier intérieur contient 62 % de fibres d'origine recyclées. Le grammage (57 g) est volontairement limité. Les encres utilisées sont « blanches » à teneurs réduites en substances pétrolifères et sans alcool, permettant le recyclage sans restriction de réutilisation des fibres.

Imaye Graphic est certifié PEFC et ISO 14001 (management environnemental), labellisé RSE EcoVadis Gold et Imprim'vert. Il est signataire du pacte mondial des Nations unies.

Vous ne souhaitez plus recevoir votre magazine en format papier ? Vous pourrez toujours le consulter sous format numérique.

Pas envie de conserver votre magazine une fois lu ? N'oubliez pas de le recycler !

Vous ! par Macif

Magazine édité par la Macif.
17/21, place Étienne-Pernet, 75015, Paris

Directeur de la publication : Jean-Philippe Dogneton
Directeur éditorial : Alban Gonord
Directeur de la rédaction : Philippe Moucherat
Comité de rédaction : Christelle Boudet-Zanon, Rémi Cerdan, Anne Cosset, Laure Delair, Bertrand Delignon, Laure Duquesne, Catherine Le Gac, Philippe Moucherat, Catherine Paccioni, Claude Verne, Stanislas Watine

Rédaction So Press
Édition : Éric Karnbauer
Rédacteur en chef : Alexis Bernier
Journalistes : Vincent Berthe, Barnabé Bictin, Ana Boyrie, Hélène Brunet-Rivaillon, Caroline Chambon, Élisa Covo, Gérome Darmendrail, Constance Decorde, Pauline Ducousso, Antoine Gailhanou, Victor Legrand, Maxime Marchon, Victoire Radenne
Direction artistique : Xavier Pouleau
Secrétaire de rédaction : Benoît Carretier
Correction-révision : Julie Canterranne

Rédaction Macif
Responsable du Pôle Brand activations & Social média : Jonathan Rodriguez
Responsable de la stratégie éditoriale : Julie Protière
Rédacteur en chef : Stéphane Mauran

Coordinateur éditorial
Daniel Pasquereau

Illustration de couverture
Xavier Pouleau

Illustrateurs
Tom Goyon, Gianluca Foli, Marie Dubois, Jérôme Mireault, Oriane Safré-Proust

Photographes
Ludovic Étienne, Brian Reynaud, Marius Windels, Steven Roussel, Vincent Curutchet, Coline Beal

Impression
Agir Graphic
96 boulevard Henri-Becquerel, BP 52207
Zone industrielle des Touches, 53000 Laval. Certifié ISO 14001

ISSN : 3003-7727

MACIF - MUTUELLE ASSURANCE DES COMMERÇANTS ET INDUSTRIELS DE FRANCE ET DES CADRES ET SALARIÉS DE L'INDUSTRIE ET DU COMMERCE.
Société d'assurance mutuelle à cotisations variables.
Entreprise régie par le Code des assurances.
Siège social : 1 rue Jacques Vandier 79000 Niort

La Macif, c'est vous.

GARANTIE EMPRUNTEUR MACIF

Profitez de meilleurs tarifs et garanties pour votre assurance de prêt.

Optimisez votre budget tout en protégeant votre famille.

En optant pour l'assurance emprunteur de la Macif, vous pouvez économiser 10 000 € (1) sur le coût de votre crédit immobilier avec de meilleures garanties. En plus, la Macif s'occupe de toutes les démarches de changement auprès de votre banque !

Calculez vos économies sur **www.garantie-emprunteur-macif.fr**

La Macif, c'est vous.

LES DOSSIERS ÉPARGNE ASSURANCE LABEL EXCELLENCE 2025

(1) **Changement d'assurance sous conditions. Exemple selon profil de l'emprunteur au 01/01/2025.** Pour un couple de 34 ans, chacun employé, non-fumeur et assuré à 100 % en Décès/Incapacité/Invalidité empruntant 220 000 € au taux de 3,20 % sur 20 ans. Le coût moyen d'une assurance emprunteur proposée par la banque est de 24 640 € sur la durée du prêt (TAEA de 0,93 %). Le coût de la Garantie Emprunteur Macif s'élève à 9 440 € sur la durée du prêt (TAEA de 0,30 %). **Économie réalisée supérieure à 10 000 €**, soit l'équivalent de plus de 0,50 % de taux de crédit.

Crédit photo : Ale Ventura / PhotoAlto / GraphicObsession.

MUTUALITÉ FRANÇAISE MEMBRE DE LA Le **contrat Garantie Emprunteur** distribué par la Macif est assuré par **Apivia Macif Mutuelle**, mutuelle régie par le Livre II du code de la mutualité, adhérente à la Mutualité Française. SIREN : 779 558 501. Siège social : 17-21 place Étienne Pernet - 75015 PARIS cedex 15.

MACIF - MUTUELLE ASSURANCE DES COMMERÇANTS ET INDUSTRIELS DE FRANCE ET DES CADRES ET SALARIÉS DE L'INDUSTRIE ET DU COMMERCE. Société d'assurance mutuelle à cotisations variables. Entreprise régie par le Code des assurances. Siège social : 1 rue Jacques Vandier 79000 Niort.

Avec Cohabilis, osez la cohabitation intergénérationnelle solidaire !

Vous avez plus de soixante ans et une chambre disponible ?

Vous avez moins de trente ans et recherchez un logement à moindre coût ?

La **cohabitation intergénérationnelle solidaire** permet à un jeune d'être accueilli chez un sénior en contrepartie de menus services et d'une contribution financière modeste.

Pour en savoir plus sur l'offre réservée aux sociétaires Macif

www.cohabilis.org

Numéro direct 09 72 63 88 46 (coût selon opérateur)

Cette page est offerte par la MACIF

Réseau Cohabilis, association loi 1901, SIRET : 532 940 186 000 44. Siège social : 145 rue de Ménilmontant - 75020 Paris

cohabilis

Créateurs de liens par l'habitat

© GRAPHICOBSESSION