

shakti<sup>21</sup>

# Rapport d'activités 2022

# Merci à nos financeurs



## Cette année 2022 Mot de la présidente



Dans nos vies personnelles comme dans nos vies professionnelles les symboles comptent...et en matière de symbole, aller vers le cap des 10 ans d'existence pour une petite association comme Shakti21 ça se note ! Petite mais costaud, notre association est plus que jamais là car elle a su innover dans de nombreux champs : assemblée solidaire avant l'heure en matière de lutte contre la précarité énergétique, promoteur de la marmite norvégienne - avant qu'elle ne devienne une star dans les cuisines écolo – utilisée pour lutter contre la précarité alimentaire des familles logées en hôtel social ; transformation – depuis plusieurs années - d'une simple butte herbeuse en jardin pédagogique avant même que les budgets participatifs promeuvent la reconquête des interstices urbains...

Nous ne sommes évidemment pas les seuls à innover, c'est même la vocation première des associations que d'aider les pouvoirs publics à répondre à des besoins sociaux, économiques et environnementaux en adaptant tel un fil de plomb nos modes opératoires aux spécificités des territoires et de leurs habitants.e.s. Et lorsque ces innovations sociales sont reconnues par tous, elles ont vocation à se fondre dans le droit commun, comme cela est le cas avec la création d'un SLIME – Service local d'intervention pour la maîtrise de l'énergie – en partie inspiré de notre action, à l'initiative du Département de Seine Saint Denis.

Donc énorme bravo collectif pour ce prochain 10<sup>ème</sup> anniversaire !

# Table des matières

<b>MERCI A NOS FINANCEURS</b>	<b>0</b>	« LUTTE CONTRE LA PRECARITE ALIMENTAIRE »	<b>20</b>
<b>LA PETITE HISTOIRE</b>	<b>3</b>	<b>ANNEXES 1 – PRECARITE ENERGETIQUE</b>	<b>21</b>
<b>L’EQUIPE</b>	<b>3</b>	LES OUTILS D’ANIMATION	21
LE CONSEIL D’ADMINISTRATION	3	<i>Pour les ateliers collectifs de sensibilisation aux éco-gestes</i>	21
LES SALARIE.E.S	3	<i>Pour les diagnostics socio-techniques à domicile</i>	22
<b>LUTTE CONTRE LA PRECARITE ENERGETIQUE DANS LE LOGEMENT</b>	<b>4</b>	<b>ANNEXES 2 – MAGIQUES MARMITES CONTRE LA PRECARITE ALIMENTAIRE</b>	<b>23</b>
<i>« Confort thermique et économies d’énergie, j’adopte ! »</i>	4	<b>ANNEXE 3- POUR MON BUDGET, MA SANTE ET CELLE DE LA PLANETE, J’AGIS EN ECOCITOYEN</b>	<b>24</b>
<i>« EcEAUnome »</i>	4	<b>SHAKTI21 SUR LE WEB ET AILLEURS</b>	<b>25</b>
<b>PROMOTION DE L’ECOCITOYENNETE ET DE LA TRANSITION ECOLOGIQUE</b>	<b>10</b>	DANS LES MEDIAS	25
<i>« Bien chez soi, bien dans son quartier : s’engager pour son cadre de vie »</i>	10	SUR LES RESEAUX SOCIAUX	25
<i>« Pour mon budget, ma santé et celle de la planète, j’agis en écocitoyen ! »</i>	10	SUR SON SITE INTERNET	25
<i>« Magiques marmites contre la précarité alimentaire »</i>	16	<b>ANNEXES 5 – RAPPORT FINANCIER 2021</b>	<b>26</b>
<b>PERSPECTIVES 2022</b>	<b>20</b>	COMPTE DE RESULTAT	26
« LUTTE CONTRE LA PRECARITE ENERGETIQUE »	20	BILAN	27
« PROMOTION DE L’ECOCITOYENNETE ET DE LA TRANSITION ECOLOGIQUE DES TERRITOIRES »	20		

## La petite histoire

C'est en 2011, que Florian, en poste dans un CCAS en Ardèche, découvre l'outil « marmite norvégienne » et l'utilise pour rendre plus pratique et plus ludique les ateliers de sensibilisation aux économies d'énergie.

En 2013, arrivé à Saint Denis (93), avec l'aide d'ami(e)s, il décide d'utiliser un autre outil de cuisson écologique - le cuiseur à bois à foyer performant - pour participer à répondre à un autre enjeu humain – à savoir la lutte contre la grande pauvreté – en facilitant l'accès des personnes en habitat très précaire (bidonville, squatt...) à une énergie de cuisson autonome et sûre.

Souhaitant participer à apporter une réponse à ces besoins sociaux et bien d'autres, SHAKTI21 se crée à Saint Denis autour de l'objectif de « développer une approche innovante de l'énergie au quotidien »

## L'équipe

### Le conseil d'administration

**Maud PICHARDIE** : Présidente –  
profession : documentaliste, archiviste  
**Thaksika THARMARAJAH** : trésorière –  
profession : comptable  
**David FOUCHER** : administrateur –  
profession : informaticien

### Les salarié.e.s

**Stéphanie Musso** – Chargée de projets et d'animation depuis 2016.  
**Florian Gougeon** – Chargé de développement depuis 2017.  
**Cécile Beuzelin** – Chargée de projets et d'animation depuis 2021

## NOS MISSIONS

**Lutter contre la précarité énergétique** dans le logement

Promouvoir **l'éducation au développement durable et à**

**l'écocitoyenneté**

**Lutter contre la précarité alimentaire** notamment par la promotion de **l'accès à une énergie de cuisson autonome**

Promouvoir les outils de cuisson écologique

### RESEAUX LOCAUX ET NATIONAUX

RAPPEL - Réseau des Acteurs contre la pauvreté et la précarité énergétique dans le logement  
GRAINE IDF – Groupement Régional d'Animation et d'Information sur la Nature et l'Environnement  
Terre d'Avenir – réseau des acteurs de l'environnement sur Plaine Commune

### VEILLE

Newsletter, webinaires, abonnements (60 millions de consommateurs, Kaizen, Reporterre)



## LUTTE CONTRE LA PRECARITE ENERGETIQUE DANS LE LOGEMENT

---

### *PROJETS*

**« Confort thermique et économies d'énergie, j'adopte ! »**

*Epinay sur Seine / Pierrefitte sur Seine / Saint Denis / Villetaneuse (EPT Plaine commune – 93)*

**« EcEAUnome »**

*Département de la Seine-Saint-Denis*

## PROJET - « Confort thermique et économies d'énergie, j'adopte ! »

En Seine St Denis, un ménage sur trois est en situation de précarité énergétique (contre un sur cinq au niveau national) et au sein de ce département, le **territoire de l'EPT Plaine commune** est parmi les plus pauvres (un ménage sur trois est en situation de pauvreté), c'est pourquoi ce projet vise principalement les villes de cette agglomération.

L'action « **Confort thermique et économies d'énergie, j'adopte !** » propose une **approche globale** des enjeux de précarité énergétique en traitant la question du **repérage des publics** en situation de pauvreté énergétique, celle de la **sensibilisation aux économies d'énergie et au confort thermique** ou encore celle de **l'amélioration de la performance énergétique des équipements et du bâti**.

Cette action se décline en **3 phases**

### PHASE 1

#### **SENSIBILISATION AUX ECONOMIES D'ENERGIE ET AU CONFORT THERMIQUE DANS LE LOGEMENT**

Ateliers accueillant 10 à 15 personnes en situation de vulnérabilité énergétique et orientées en priorité par les travailleurs sociaux (CCAS, circonscription de service social, CESH des bailleurs sociaux ou des centres sociaux,...) et permettant d'échanger sur les principaux postes de consommation d'énergie, sur les gestes à adopter et les équipements à installer/régler pour maîtriser ses consommations d'énergie (eau, chauffage, électricité, l'énergie de cuisson) et sur les travaux envisageables pour améliorer la performance énergétique et le confort thermique.

*Plus de détails sur les ateliers sociotechniques en annexe*

### PHASE 2

#### **ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUALISE VERS SOLUTIONS « SIMPLIS »**

Accompagnement individualisé de locataires ou propriétaires pauvres s'appuyant sur le dispositif « Diagnostic sociotechnique » qui permet de mieux comprendre les raisons des surconsommations (bâti, équipements, comportements,...) et de répondre sur mesure (conseils personnalisés en matière d'usages, réglage des appareils, installation de menus équipements écoénergétiques, remplacement radiateurs, pose de rideaux isolant thermique, réparation VMC,...)

*Plus de détails sur les diagnostics sociotechniques en annexe*

### PHASE 3

#### **ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUALISE VERS SOLUTIONS PLUS COMPLEXES**

Accompagnement des propriétaires occupant à revenus très modestes vers conduite de travaux de rénovation énergétique du type isolation, remplacement mode de chauffage,... : ciblage dispositif d'aide, dépôt dossier ANAH dématérialisé, ciblage entreprises RGE pour devis, intermédiation avec opérateur ANAH/entreprises, participation au « reste à charge »,...

*Plus de détails en annexe*

## PROJET - « Confort thermique et économies d'énergie, j'adopte ! »

### Réalisé en 2022

#### Ateliers collectifs de sensibilisation aux économies d'énergie

- 26 ateliers collectifs
- 262 personnes sensibilisées (dont 11 partenaires institutionnels)
- 264 kits « Economies d'énergie » remis (thermomètre hygromètre, douchette économe)

#### Accompagnement individualisés vers la réduction des factures d'énergie et l'amélioration du confort thermique

- 53 ménages bénéficiaires de diagnostics sociotechniques et de pose de menus équipements écoénergétiques
- 42 ménages bénéficiaires d'opérations spécifiques : remplacement radiateur « grille pain » par radiateur électrique à inertie, installation thermostat d'ambiance, installation de robinets thermostatiques, réparation système VMC, installation de tringles avec rideaux isolant, prise en charge fuites d'eau,
- 12 ménages accompagnés sur l'accès aux droits : aides financières, médiation locataire/propriétaire,

#### Accompagnements au déclenchement de travaux de rénovation énergétique globaux

- 7 ménages accompagnés dans le déclenchement de travaux de rénovation énergétique (isolation extérieure/toit, chauffage et production eau chaude performant, aération menuiseries,...) : ciblage propriétaires occupant à revenus très modestes et en situation de précarité énergétique, création compte « MonprojetANAH », désignation opérateur ANAH et prise en charge audit énergétique,

### Partenaires techniques

Dans l'orientation vers ateliers collectifs de sensibilisation aux économies d'énergie et accompagnements individualisés :

CCAS, circonscriptions de services social du Département, centres sociaux/maison de quartier, associations de proximité à vocation sociale et/ou lié au logement

Dans la mise en œuvre des solutions personnalisées :

Services sociaux, conseiller ALEC, bailleurs privés et sociaux, opérateur ANAH, réseau RAPPEL, association ADIL, régie de quartier Les rayons Stains

### Partenaires financiers

Villes et CGET (Commissariat Général à l'Égalité des Territoires) ; CD93 (Conseil Départemental 93) ; Fondation Valorem

### Impact de l'action

#### *Bénéficiaires des ateliers collectifs*

A N+6mois, 81% des participant.e.s ont installé et utilisent le thermomètre intérieur et la douchette économe ; 72% des participant.e.s connaissent les principaux postes de consommation ; 68% évoquent 5 éco gestes important

#### *Bénéficiaires des accompagnements individualisés*

88% des bénéficiaires ont vu leur consommations diminuer (pour 40% des ménages entre 0 et 2 000 kwh ; pour 45% entre 2 000 et 4 000kwh ; pour 15% + de 4 000 kwh)  
39% ont vu leur confort s'améliorer (meilleur sensation de chaleur, fin d'une fuite d'eau,...)

## PROJET - « Confort thermique et économies d'énergie, j'adopte ! »

Retour en images –

26 ateliers collectifs de sensibilisation aux économies d'énergie –



*Atelier collectif au sein d'un lieu de distribution alimentaire – Pôle social Epinay sur Seine*



*Atelier collectif au sein d'un espace de médiation – EPN Espace public numérique - Villetaneuse*



*Atelier collectif au sein d'une maison de quartier – MDQ La Plaine Saint Denis*

*PROJET - « Confort thermique et économies d'énergie, j'adopte ! »*

**Retour en images –**

**Problématiques rencontrées lors des visites socio-techniques à domicile**

– 53 ménages accompagnés individuellement –



Présence de chauffages d'appoint /  
Appareils de chauffage défectueux

Problèmes d'humidité

Problèmes d'infiltration froid/air

Chaudière ancienne /  
Absence isolation  
fenêtres, murs, toit,...

## PROJET - EcEAUnome

Contenu du kit hydro-économe : économie moyenne de 100 euros/an/personne

**200 000 habitants seront équipés** entre 2020 et 2024

Projet porté par le département de la Seine-Saint-Denis, mis en œuvre par 8 opérateurs

Les campagnes de porte-à-porte permettent :

- **L'installation du kit** (1 douchette, 2 mousseurs), soit en moyenne 100€ d'économie/an/personne sur l'eau froide et l'eau chaude

- **La sensibilisation aux économies d'énergie** sur les différents postes (chauffage, eau, électricité spécifique et cuisson)

- **La détection d'éventuels signes de précarité énergétique** (témoignage de difficultés à payer les factures d'énergie, inconfort thermique, présence d'humidité,) et information/orientation

des ménages vers les dispositifs de droit commun si nécessaire et si le ménage le souhaite (service social, agence locale de l'énergie, ADIL,...)



Les immeubles, auprès desquels nous intervenons, sont identifiés en liens étroits avec les bailleurs sociaux et les syndicats de copropriétés, et sont majoritairement situés sur Plaine Commune. Toutefois, nous pouvons intervenir sur d'autres territoires du département selon les besoins.

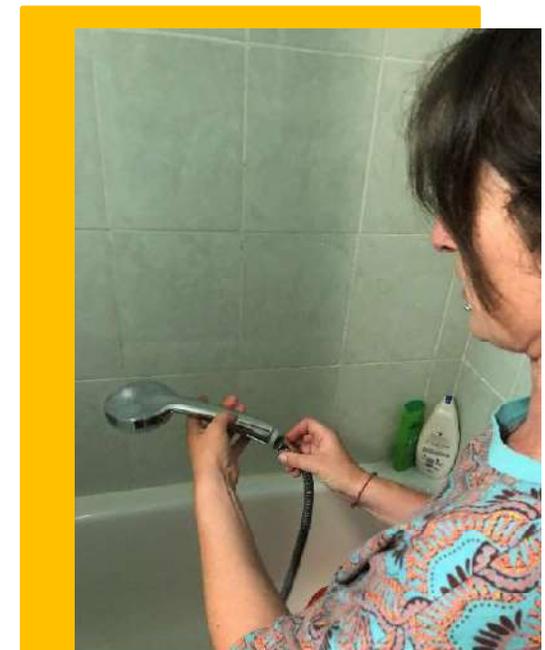
L'intervention est annoncée aux habitants par voie d'affichage et est entièrement gratuite et sans aucun engagement pour les ménages bénéficiaires, qui peuvent aussi tout à fait refuser notre intervention.

### Réalisé en 2022

1 389 ménages équipés et sensibilisés à St Denis, Neuilly sur Marne, Villetaneuse, Pierrefitte sur Seine, La Courneuve

**Financier** : Département de la Seine-Saint-Denis

*Installation du kit au domicile des ménages*





# PROMOTION DE L'ÉCOCITOYENNETÉ ET DE LA TRANSITION ÉCOLOGIQUE

---

## **PROJETS**

**« Bien chez soi, bien dans son quartier : s'engager pour son cadre de vie »**

*Cité des Joncherolles - Pierrefitte sur Seine*

**« Pour mon budget, ma santé et celle de la planète, j'agis en écocitoyen ! »**

*Saint Denis*

## **VIE LOCALE**

**Participation aux événements locaux écocitoyens**

## PROJET- Bien chez soi, bien dans son quartier

Le projet « Bien Dans Son Quartier » se déroule au cœur de la Cité des Joncherolles à Pierrefitte sur Seine et s'articule autour de l'aménagement et de l'animation d'un jardin de proximité appelé « Jardin des Joncs ».

### Aménagement du jardin

Les aménagements initiés depuis 2019 (création d'un kiosque avec toboggan, plan d'escalade, espace pique nique) ont continué en 2022 :

- Installation d'une ombrelle avec récupérateur d'eau sous forme de chantier éducatif (partenariat avec SFMAD)
- Création de buttes potagères et d'un carré potager
- Création de jardinières
- Embellissement (peinture sur bois)

Ces aménagements ont été réalisés avec les adultes et enfants du quartier

### Réalisé en 2022

- Public touché : 72 personnes en atelier (53 enfants et 19 adultes)
- Public touché lors des événements : environ 80
- 19 ateliers
- 2 événements festifs pour l'ouverture et la fermeture de la saison au jardin

**Partenaires techniques** : associations Petits biquets, amicale de locataires, ; association ICI, U.T Espaces verts, école Wallon, L'Autre champ

**Partenaires financiers** : CGET, Ville, bailleur social PCH, EPT Plaine Commune,

### Animations EED « Education à l'environnement et au développement durable »

- Ateliers « Scolaires » (Découverte du jardin, Biodiversité, Alimentation saine)
- Ateliers « Adultes » : santé (yoga sur chaise), jardinage (plantations, semis, repiquage, paillage,...), bricolage (jardinières, barrières,...)
- Ateliers « Enfants » : « Biodiversité et pollinisateurs », « Reconnaissance des arbres », réalisation de croquis « Fruits et légumes du jardin »
- Evènements festifs : Ciné plein air, spectacle de magie,...

*PROJET - Bien chez soi, bien dans son quartier*



*Groupe de scolaires – Ecole maternelle Wallon  
Atelier « Alimentation saine »*

**Retour en images**



*Événement festif avec jeux en bois*



*Atelier « Embellissement jardinières »*



*Avant projection « Azur et Asmar »  
- Ciné Plein air*



*Clôture chantier éducatif « Construction  
ombrelle »*



*Animation « Yoga sur chaise »*

## PROJET - Pour mon budget, ma santé et celle de la planète : j'agis en écocitoyen !

Le projet « Pour mon budget, ma santé et celle de la planète, j'agis en écocitoyen ! » vise à outiller et éclairer les adultes dans leurs actes de consommation du quotidien (alimentation, produits ménagers, sois du corps, énergie,...) afin de les aider à agir sur 3 enjeux :

- **Protéger leur santé et celle de leurs enfants** : en les aidant à bannir/diminuer la présence de nocifs dans leur environnement (additifs, émulsifiants, perturbateurs endocriniens,...)
- **Préserver leur budget** : en réduisant leurs achats tout en préservant, voir en améliorant leur confort de vie
- **Diminuer leur empreinte écologique** : en limitant la production de déchets, la consommation d'énergie, l'émission de polluants et de Co<sup>2</sup> liés à la surconsommation et à des achats peu vertueux d'un point de vue écologique

Pour éclairer et outiller les participant.e.s pour agir en écocitoyen, Shaktiz1 a animé plusieurs cycles d'ateliers mêlant théorie et pratique.

Au sortir du cycle, chaque participant repart avec des livrets ressource et un kit « **Ecocitoyenneté** »

### Alimentation saine et accessible

**Théorie** : équilibre nutritionnel, aliments ultra-transformés, saisonnalité, alicaments, arnaques (au poids, à l'argumentaire,...), cuisiner soi même, labels, impact environnemental régime trop carné...

**Pratique** : comparaison de produits (prix au kilo, qualités nutritives et gustatives) ; cuisiner simplement avec la marmite norvégienne ; alternatives au tour jetable

### Entretien du logement

**Théorie** : pollution air intérieur, allergènes parfums/perturbateurs endocriniens, produits « bruts » (percarbonate, blanc de meudon, vinaigre blanc,...), pollution de l'eau, fausses allégations,...

**Pratique** : fabrication « maison » (lessive) comparaison de produits (liquide vaisselle, multiusages, lessive), alternatives au tout jetable, produits à faire soi même,...

### Soins du corps

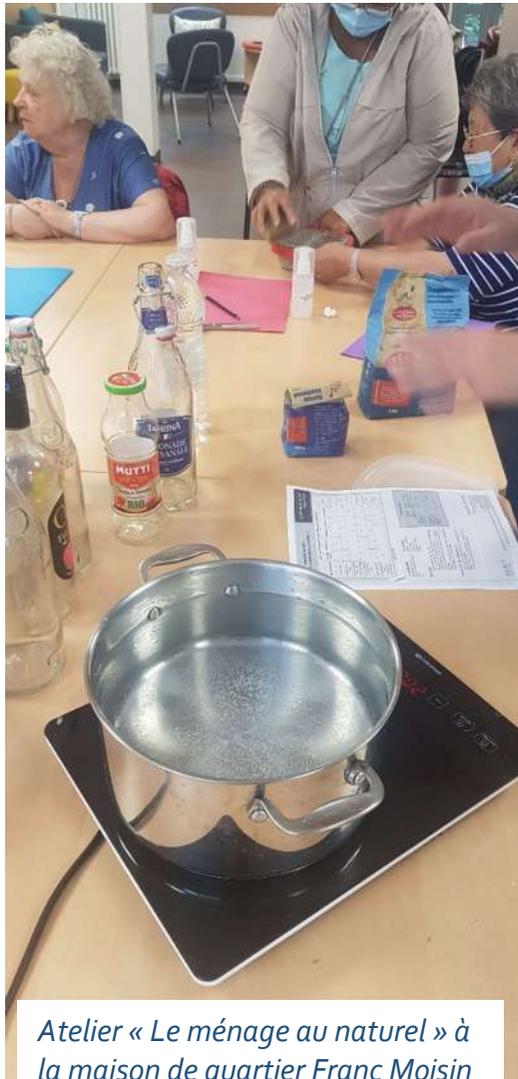
**Théorie** : pollution de l'air intérieur, allergènes/parfums/perturbateurs endocriniens, pollution de l'eau, fausses allégations,...

**Pratique** : fabrication « maison » (liniment, baume gras,...), liste de produits « bruts » (percarbonate, blanc de meudon, vinaigre blanc,...), comparaison de produits (liquide vaisselle, multiusages, lessive), alternatives au tout jetable, produits à faire soi même,...

### Résultats en 2022

- 12 ateliers thématiques
- 49 bénéficiaires
- **Partenaires techniques** : Maison de quartier Franc Moisis / Bel Air et PMI ; Maison de quartier Floréal Saussaie Courtilles ; Centre social Tillion, Service social départemental, CCAS
- **Partenaires financiers** : CGET, Ville de St Denis, Ville de Pierrefitte sur Seine

## PROJET - Pour mon budget, ma santé et celle de la planète : j'agis en écocitoyen !



Atelier « Le ménage au naturel » à la maison de quartier Franc Moisin

### Retour en images

#### CONTENU DES KITS

##### "Le ménage au naturel"

- 1 litre de savon noir : nettoie et dégraisse
- 1 cristaux de soude : dégraisse, dégrasse, débouche les plomberies
- 1 blanc de Meudon : nettoie inox, cuivre, étain, argenterie. Ne raye pas. Mélanger à de l'eau = peinture sur verre
- 1 acide citrique : détartre les wc
- 1 brosse à vaisselle
- 1 grattoir à vaisselle en cuivre (ne raye pas l'inox)



##### "Sains du corps"

- 1 coton-tige silicone
- 1 lot de lingettes lavables
- 1 savon d'Alep



##### "Manger sain et mains cher"

- 1 gourde en inox
- en supplément : 1 lot de gourdes de compotes réutilisable



Atelier « Soins du corps au naturel » au Centre social G. Tillion

## VIE LOCALE

- Notre association participe tout au long de l'année (gratuitement ou sous forme de prestations) à des événements locaux tournés vers la transition écologique et sociale.
- Lors de ces événements, nous intervenons sur différents champs :
- **Découverte de la cuisson écologique** : Marché d'automne (Chaville), Evénement « Portes ouvertes » à L'Autre champ (Villetaneuse), Fête des Tulipes (Saint Denis)
- **« Education à l'environnement »** : Festival EcoZone de Nanterre, Fête de la ville (Pierrefitte sur Seine), Fête de la récup' (Ile St Denis)



*Démonstration d'outils de cuisson écologique – Cuiseur à bois économe et marmite norvégienne  
Fête des Tulipes (St Denis) et Festival Ecozone (Nanterre)*

*Confection beeswrap à partir tissus récupérés –  
Fête de la récup' (Parc départemental G. Valbon  
L'Ile St Denis)*



## LUTTE CONTRE LA PRECARITE ALIMENTAIRE

---

### *PROJETS*

**« Magiques marmites contre la précarité alimentaire »**

*EPT Plaine commune - Seine-Saint-Denis*

## PROJET - Magiques marmites contre la précarité alimentaire

« **Magiques marmites** » est un projet de lutte contre la précarité alimentaire qui vise les publics hébergés dans des conditions rendant l'**accès aux équipements de cuisson difficile** (hôtel social, CHU, foyers, résidences étudiantes,...) : cuisine partagée, équipements de cuisson réduits à une seule plaque électrique. Pour rappel en Seine St Denis et à Paris, 75 000 personnes dorment chaque soir en hôtel social.

**Constat :** Les divers acteurs de la lutte contre la précarité alimentaire (acteurs de la distribution alimentaire et de l'hébergement d'urgence, services sociaux, services de l'Etat,...) constatent que de **réels efforts sont faits pour améliorer la qualité et l'accès aux colis alimentaires** mais regrettent que ces efforts buttent sur l'**impossibilité pour les bénéficiaires de cuisiner le contenu de ces colis faute d'accès à des équipements de cuisson adaptés**. En effet le fait de partager une cuisine avec un grand nombre de personnes restreint le temps d'accès (les règlements des hôtels sociaux évoquent par exemple un accès de 15 mn par personne à la cuisine) ou encore le seul accès à une plaque électrique ou à un seul réchaud à gaz contraint les possibilités de cuisiner pour tout ces publics

**Objectifs :** le projet vise plusieurs objectifs dont l'**amélioration de la santé nutritionnelle** des adultes et des enfants (avec l'augmentation du nombre et de la qualité des repas) , l'**augmentation du revenu disponible** (via la baisse d'achats de plats préparés), la **baisse des accidents domestiques** (brûlures en lien avec la présence de plaque / réchaud dans les chambres), le **renforcement du lien intrafamilial** (via le partage de repas en famille),...

**Esprit du projet :** Le projet "Magiques marmites contre l'insécurité alimentaire" s'appuie sur un outil de cuisson original appelé "**Marmite norvégienne**" qui présente plusieurs intérêts pour ces publics :

- Fonctionne selon un principe de confinement thermique qui permet à un plat de continuer à cuire sans énergie de cuisson (un accès de 5 mn à une plaque ou un gaz suffit), ce qui permet aux personnes ayant un accès restreint aux équipements de cuisson de pouvoir faire cuire des plats de qualité, des produits frais,...
- Fonctionne selon un principe de cuisson douce privilégiant les plats à base de légumes (jugés moins coûteux qu'une alimentation carnée et jugés plus pertinents en termes de santé nutritionnelle) et permettant de conserver les qualités nutritionnelles des aliments (folates, vitamines,...)



## PROJET - Magiques marmites contre la précarité alimentaire

- Permet d'améliorer la régularité des repas (en facilitant la préparation des repas et en conservant la chaleur du plat pendant plusieurs heures pour les familles vivant avec des horaires décalés)
- Permet de diminuer le temps d'exposition à un équipement potentiellement dangereux pour des publics partageant un espace restreint

### Mise en œuvre de l'action :

- Ciblage et mobilisation des publics avec les partenaires locaux (samu social, gérants de structures d'hébergement d'urgence, hôtels sociaux,...)
- Animation d'ateliers « Découverte et acquisition gratuite d'une marmite norvégienne » : préparation d'un plat en marmite norvégienne, présentation intérêts et fonctionnement de l'outil, remise de la marmite avec livret

### Résultats 2021

- - Nombre d'ateliers « Découverte et remise gratuite d'une marmite norvégienne » = 6
- - Nombre de participant.e.s = 45

**Partenaires techniques** : SIAE Mode estime (confection des marmites norvégiennes), Samu social (équipe « Mieux vivre à l'hôtel »), hôtels sociaux, Maisons de quartier, centres PMI

**Partenaires financiers** : Etat, Ville de St Denis



## PROJET - Magiques marmites contre la précarité alimentaire

### Retour en images et en vidéo

Pour comprendre le fonctionnement de la marmite et l'esprit de nos ateliers, suivez ce lien <https://www.youtube.com/watch?v=-FyxQveog4E>



*Découverte et remise de marmites norvégiennes  
aux familles hébergées à l'hôtel social – Maison  
de quartier Pasteur – St Ouen*



*Découverte et remise de marmites norvégiennes  
aux familles hébergées à l'hôtel social –  
Hôtel social Porte de Paris – Saint Denis*

## PERSPECTIVES 2023

---

### « Lutte contre la précarité énergétique »

- **Consolidation du dispositif « Accompagnement au déclenchement de travaux de rénovation énergétique pour les P.O à revenus très modestes »** : ciblage travaux, recherche d'artisans/entreprises, aide au dépôt des demandes d'aides ANAH/MaPrimeRenov', participation financière au reste à charge, abondement des CEE, aide au comparaison de devis,...
- **Augmentation du nombre de ménages bénéficiaires du projet « écEAUnome »** : augmentation à 800 ménages

### « Promotion de l'écocitoyenneté et de la transition écologique et sociale »

- **Poursuite du projet « Bien dans son quartier : s'engager pour son cadre de vie »** : aménagement du jardin avec installation d'un cabanon, raccordement de l'ombrelle au récupérateur d'eau, ... et animations/sensibilisation à l'environnement (ateliers avec école maternelle Wallon, projection de courts métrages et documentaire EED, ateliers "Ecocitoyenneté",...)
- **Participation aux événements locaux éco-citoyens** (Fête des tulipes, Ecozone, PierrefitteEquité, ...)
- **Développement des prestations « Pour mon budget, ma santé et celle de la planète, j'agis en éco-citoyen »** (autour des notions de « manger sain », « économiser l'énergie dans le logement », « qualité de l'air dans le logement », « réparer au lieu d'acheter », ...)

### « Lutte contre la précarité alimentaire »

- **Poursuite du projet « Magiques marmites »** : extension à d'autres territoires (Ville de Paris) et à d'autres publics (étudiants en logement conventionné) ; création d'un livret de recettes en marmite fait avec les publics hébergés en hôtel social

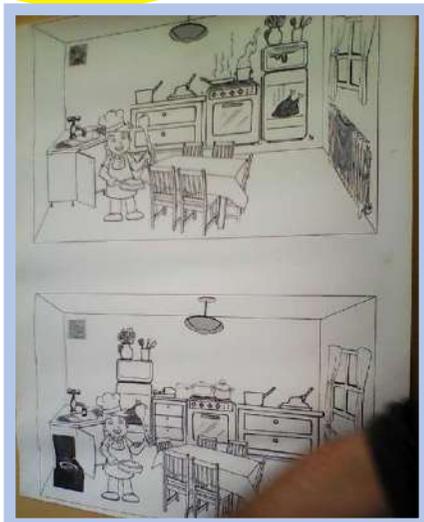
### « Vente de biens et de services à vocation sociale, écologique et solidaire »

- Commercialisation d'outils de cuisson écologique : marmites norvégiennes et cuiseurs à bois économe
- Prestations : ateliers « Pour mon budget, ma santé et celle de la planète, j'agis au quotidien » et ateliers « Economies d'énergie »
- Restauration écologique

# ANNEXES 1 – Précarité énergétique

## Les outils d'animation

Pour les ateliers collectifs de sensibilisation aux éco-gestes



### La maison économe

Sur le principe du jeu «les 7 différences», cet outil permet d'échanger de manière ludique sur les points de consommation d'énergie dans chaque pièce du logement ainsi que sur les gestes à adopter ou les équipements éco-énergétique à acheter (ou à faire soi-même) et à régler pour diminuer fortement sa consommation d'énergie.



### Démonstration

Les équipements éco-énergétiques sont présentés aux participants qui peuvent les manipuler pour mieux les appréhender.



### Kit économe

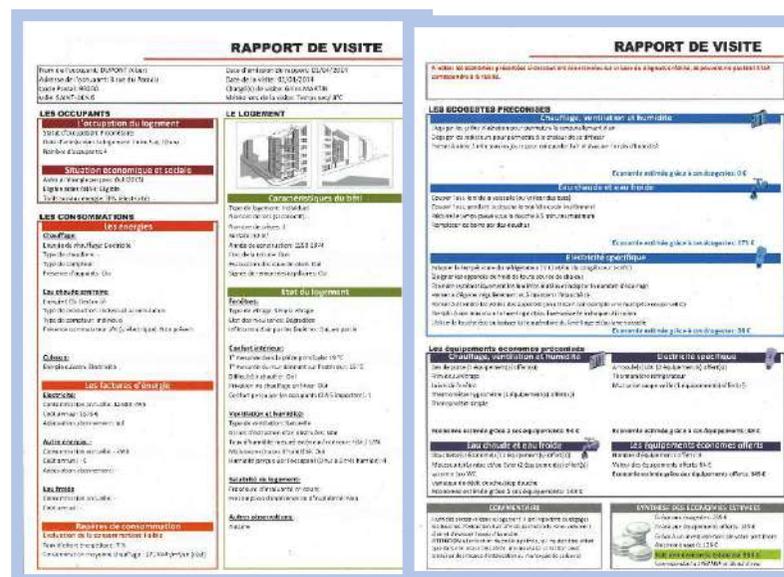
Un livret récapitulatif des comportements à adopter (écogestes, réglage des appareils, installation de menus équipements,...) est distribué à chaque participant ainsi qu'un kit économe (thermomètre/hygromètre, douche économe).

## Pour les diagnostics socio-techniques à domicile



### Visite 1 – Conduite du diagnostic sociotechnique

Prise de mesures (t° des parois, débit de l'eau, t° de l'eau chaude sanitaire, taux d'humidité, consommation électrique des appareils de froid,...), observations (présence double vitrage, type de radiateurs, type d'ampoules,...), échanges avec l'occupant (type de comportements en matière de consommation d'énergie, existence ou non de travaux d'isolation, âge de la chaudière, année d'entretien du chauffe eau,...) et récupération de factures d'énergie



### Visite 2 – Rapport, préconisations et remise/pose d'équipements éco-énergétiques

Remise d'un rapport de visite comprenant situation de l'occupant (niveau de consommation d'énergie par rapport aux moyennes, points de vigilance relatif à la nature du bâti ou au dysfonctionnements d'équipements,...) et préconisations (type et modalités d'engagement de travaux, points de vigilance relatif aux modes de consommation d'énergie, au type d'abonnement, aux droits et obligations du locataire,...), remise/pose d'équipements éco-énergétiques correspondant aux besoins repérés (rideau isolant, stop-douche, panneau réflecteur, programmateur, panneau isolant, éco-mousseurs, LED,...) et proposition d'accompagnement (Cf Phase 3 « Actions d'amélioration du confort thermique et performance énergétique »)

# ANNEXES 2 – Magiques marmites contre la précarité alimentaire

## Cuisine facile avec la marmite norvégienne



### Tajine d'agneau

-  4 personnes
-  20 min de préparation
-  20 min de cuisson sur le feu
-  1h30 minimum en marmite norvégienne

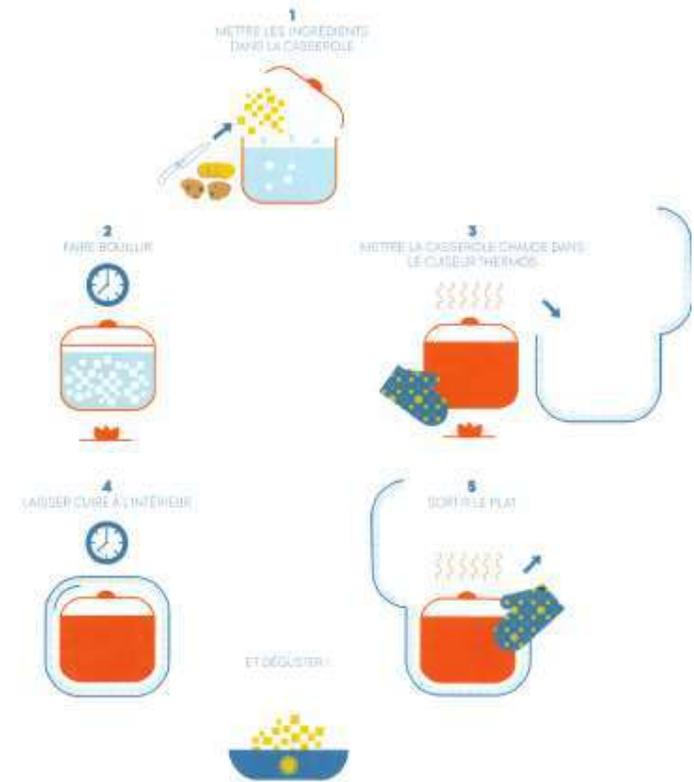
#### Préparation

Couper l'agneau en dés  
 Faire revenir l'oignon puis les dés d'agneau pendant 4mn  
 Ajouter les pruneaux dénoyautés, les amandes grillées, les épices (au choix selon les goûts) et un filet de miel et faire revenir pendant 4 mn  
 Ajouter une tablette de bouillon de légumes que vous émiettez puis verser de l'eau jusqu'à mi hauteur de la viande.  
 Attendre l'ébullition (entre 5 et 10 mn) et faites bouillir pendant 3 mn (sans enlever le couvercle)



#### Trucs et astuces !

Le tajine peut être fait avec des pois chiche comme c'est le cas en Tunisie et qui sont bien adaptés à la cuisson en marmite norvégienne.



# ANNEXE 3- Pour mon budget, ma santé et celle de la planète, j'agis en écocitoyen

**shakti**<sup>21</sup> en partenariat avec la Maison de quartier Sémard

**Pour mon BUDGET, ma SANTÉ et celle de la PLANÈTE : j'agis**

4 ateliers ludiques et pratiques pour découvrir les astuces et acquérir gratuitement les produits qui vous aideront à consommer autrement

<p><b>Alimentation saine et économique</b></p> <p>Les 7 règles d'or Des outils pour choisir des produits sains, équilibrés, économes Alternative au tout jetable</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Fabriquez votre Beezwrap</li> <li>✓ Repartez avec des gourdes de compote réutilisables</li> </ul> 	<p><b>Entretien du logement au naturel</b></p> <p>Les gestes de base Les critères à retenir pour des produits efficaces et respectueux de la santé et de l'environnement</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Fabriquez votre lessive</li> <li>✓ Fabriquez du nettoyant multi-usage</li> <li>✓ Repartez avec une brosse à vaisselle</li> </ul> 
<p><b>Lundi 25/10 à 14h</b></p>	<p><b>Mardi 26/10 à 14h</b></p>
<p><b>Soins du corps</b></p> <p>Protéger bébé et toute la famille contre les perturbateurs endocriniens Faire ses produits simplement Les alternatives au plastique</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Fabriquez du liniment</li> <li>✓ Fabriquez votre baume gras</li> </ul> 	<p><b>Economie d'énergie</b></p> <p>Savoir ce qui consomme le plus Les astuces pour diminuer les facture et la sensation de froid Les petits achats économes Comment choisir son fournisseur</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Repartez avec une douchette économe, un mousseur et un thermomètre mural</li> </ul> 
<p><b>Jeudi 28/10 à 14h</b></p>	<p><b>Vendredi 29/10 à 14h</b></p>

A la Maison de quartier Sémard,  
9/11 Rue Emile Chrétien 93 200 St Denis  
**Inscription obligatoire** à l'accueil ou par téléphone au 01 83 72 22 50

Financé par



Saint-Denis



# SHAKTI21 sur le web et ailleurs

---

## Dans les médias

Shakti21 en reportage pour la remise du 27 ème rapport sur le mal logement de la **Fondation Abbé Pierre** : c'est par ici [https://www.youtube.com/watch?v=cT-CatsVrlw&ab\\_channel=shakti21](https://www.youtube.com/watch?v=cT-CatsVrlw&ab_channel=shakti21)

Shakti21 en reportage radio pour **la matinale de France culture** : c'est par ici <https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/le-reportage-de-la-redaction/la-lutte-au-quotidien-des-associations-contre-la-precarite-energetique-7420279>

## Sur les réseaux sociaux

Retrouvez-nous sur Facebook : <https://www.facebook.com/SHAKTI21-1696471860633915/?ref=bookmarks>

## Sur son site internet

Retrouvez-nous sur [www.shakti21.com](http://www.shakti21.com)

# ANNEXES 5 – Rapport financier 2021

## Compte de résultat

Dossier : SHAKTI21 au 31\_12\_2022

Compte de résultat synthétique

Le 29/06/2023

### COMPTE DE RESULTAT SYNTHETIQUE

SHAKTI 21

Edition du : 01/01/2022 au 31/12/2022

Avec brouillard

Hors simulation

Soldes N-1 de l'exercice

CHARGES (Hors taxes)	Exercice N Net	Exercice N-1 Net	PRODUITS (Hors taxes)	Exercice N net	Exercice N-1 net
CHARGES D'EXPLOITATION :			PRODUITS D'EXPLOITATION		
Achats de marchandises		11 158	Ventes de marchandises		
Variation de stock (marchandises)	(6 788)		Production vendue (biens et services)	2 450	4 346
Achats d'approvisionnement	4 152	2 904	Production stockée		
Variation de stock (approvisionnement)			Production immobilisée		
Autres charges externes	71 247	49 740	Subventions d'exploitation	154 950	157 070
Impôts, taxes et versements assimilés			Autres produits	2 450	142
Rémunération du personnel	61 690	61 548	Produits financiers	55	3 089
Charges sociales	11 743	19 145			
Dotations aux amortissements					
Dotations aux provisions					
Autres charges	280	104			
Charges financières	10				
<b>TOTAL (I)</b>	<b>142 315</b>	<b>144 599</b>	<b>TOTAL (I)</b>	<b>159 914</b>	<b>164 647</b>
CHARGES EXCEPTIONNELLES (II)		11	PRODUITS EXCEPTIONNELS (II)		(13 724)
IMPOTS SUR LES BENEFICES (III)					
<b>TOTAL DES CHARGES (I+II+III)</b>	<b>142 315</b>	<b>144 610</b>	<b>TOTAL DES PRODUITS (I+II)</b>	<b>159 914</b>	<b>150 923</b>
BENEFICE OU PERTE	17 599	6 313			
<b>TOTAL GENERAL</b>	<b>159 914</b>	<b>150 923</b>	<b>TOTAL GENERAL</b>	<b>159 914</b>	<b>150 923</b>

# Bilan

Dossier : SHAKTI21 au 31\_12\_2022

Bilan synthétique

Le 29/06/2023

## BILAN SYNTHETIQUE

SHAKTI21

Edition du : 01/01/2022 au 31/12/2022

Avec brouillard

Hrs simulation

Saldes N-1 de l'exercice

ACTIF	Exercice N			N-1	PASSIF	Exercice N net	Exercice N-1 net
	Brut	Amortissements et provisions	Net	Net			
Actif immobilisé :					Capitaux propres		
Immobilisations incorporelles					Capital		
- Fonds commercial					Ecart de réévaluation		
- Autres					Réserves :		
Immobilisations corporelles					- Réserve légale		
Immobilisations financières	309		309	309	- Réserves réglementées		
TOTAL I	369		369	369	- Autres		
Actif circulant :					Report à nouveau	14 437	14 437
Stocks et en-cours (autres que marchandises)					Résultat de l'exercice (bénéfice ou perte)	17 599	6 313
Marchandises	6 788		6 788		Provisions réglementées		5 000
Avances et acomptes versés sur commandes					TOTAL I	32 036	25 750
Créances :					Provisions pour risques et charges (II)	8 313	2 000
Clients et comptes rattachés					Dettes		
Autres	57 064		57 064	11 378	Emprunts et dettes assimilées		2
Valeurs mobilières de placement					Avances et acomptes reçus sur commandes		
Disponibilités (autres que caisse)	180 354		180 354	59 374	Fournisseurs et comptes rattachés	16 920	21 000
Caisse					Autres	24 833	8 648
TOTAL II	244 207		244 207	70 752	TOTAL III	41 753	29 647
Charges constatées d'avance (III)	2 527		2 527		Produits constatés d'avance (IV)	165 000	13 724
TOTAL GENERAL (I+II+III)	247 102		247 102	71 121	TOTAL GENERAL (I+II+III+IV)	247 102	71 121

