



▲  
Félix DE BELLOY  
Président de l'Îlot  
▼

J'ai le plaisir de vous adresser ce premier numéro de *Trajectoires* 2025 et de vous exprimer mes sincères remerciements pour votre soutien fidèle. Grâce à votre générosité, l'Îlot aide des personnes à rompre avec la délinquance. À l'occasion de la Journée internationale des droits des femmes, qui s'est tenue le 8 mars, nous attirons votre attention sur la situation de celles qui sortent de prison ou encore sous main de justice. Avec un parcours marqué par les ruptures, les violences, un moindre accompagnement socio-professionnel et une vulnérabilité plus forte, les femmes sont les grandes oubliées de l'aide à la réinsertion. Le 8 mars est une date qui doit nous rappeler que nous devons être attentifs à ce qu'elles obtiennent les mêmes droits que les hommes et bénéficient elles-aussi d'un accompagnement de qualité.

Avec votre soutien, vous donnez alors de la force aux actions que nous menons pour les aider à retrouver, dans la sérénité, une place dans la société. En leur nom à toutes, merci infiniment pour votre confiance renouvelée.

## > SOMMAIRE

Un accompagnement global et spécifique	P.2
Thuillier à l'écoute de ses résidentes	P.3
La bonne santé au menu de nos résidents !	P.3
Le prélèvement automatique	P.4
Témoignage	P.4

## FEMMES SORTANT DE PRISON : UNE DIFFICILE RÉINSERTION

**Isolement géographique, rupture familiale, rares opportunités d'emploi... les conditions d'incarcération difficiles des femmes, limitent leur réinsertion durable et leur éloignement de la récidive.**



L'Îlot fait partie des rares associations qui aident des femmes sortant de prison à reprendre le cours d'une vie ordinaire. Pourtant, l'enjeu est immense de permettre à ces femmes, pour beaucoup mères de famille, d'éviter de retomber dans la précarité et de

se réinsérer durablement. En effet, les obstacles s'additionnent pour faire de leur retour vers la société, un véritable parcours du combattant : moins nombreuses que les hommes en détention et regroupées dans des prisons et des quartiers dédiés, elles subissent à la fois la surpopulation carcérale et un éloignement géographique important avec leur famille ;

elles bénéficient de moins d'activités et d'opportunités d'emploi ; sont moins prises en charge par des associations à leur sortie et pâtissent d'un regard acerbe de la part de la société... Alors que près de 100 % des femmes en prison ont été victimes

de violences conjugales et restent marquées par ce qu'elles ont vécu avant leur incarcération. Les conditions de détention et de sortie ne les aident pas à s'extraire de la précarité, de l'exclusion et de la violence qu'elles ont connue. C'est pourquoi l'Îlot, grâce à la générosité de ses donateurs, les aide à bâtir un projet d'avenir et à retrouver une place digne.

« Près de 100 % des femmes en prison ont été victimes de violences conjugales. »

## L'ÎLOT PROPOSE AUX FEMMES UN ACCOMPAGNEMENT GLOBAL ET SPÉCIFIQUE

**En les aidant à restaurer leurs relations sociales, notamment avec leur famille, et à accéder à la santé, à l'emploi et à un logement pérenne, l'Îlot offre aux femmes sortant de prison les atouts pour bâtir leur avenir, loin de la récidive.**

« *Mon rêve c'est de finir ma formation, d'obtenir mon diplôme et de retrouver une place en entreprise pour continuer à être moi-même, avec le sourire.* » Avant sa formation d'agent de restauration à l'Atelier qualification-insertion de l'Îlot Île-de-France, **Laura n'aurait pas pu se permettre ce rêve**, qui conditionne une espérance encore plus grande : **retrouver ses enfants et refonder sa famille**. À Laura, comme à des dizaines d'autres femmes, l'Îlot propose une prise en charge spécifique et globale. Celle-ci se déploie dans les centres d'hébergement du Val-de-Marne et de Thuillier à Amiens, à travers **les 4 piliers de la réinsertion durable** : l'accès au logement, à la santé, à l'emploi et de la restauration des liens sociaux.



### **Le CHRS... bien plus qu'un hébergement**

En 2023, notre CHRS (Centre d'hébergement et de réinsertion sociale) Val-de-Marne a hébergé et accompagné 56 personnes dont 28 femmes seules, 5 couples et 9 femmes avec 1 enfant. À Thuillier, à Amiens, 24 femmes ont été accueillies - femmes célibataires isolées, femmes avec enfants, femmes victimes de violences, femmes sortant de prison ou sous main de justice - soit plus de 50 % des résidents du CHRS. Pour toutes ces femmes, l'hébergement ne se résume pas simplement à un toit : elles y trouvent d'abord la sécurité, une écoute, un temps pour souffler et prendre soin de soi. Au sein de nos résidences, les femmes bénéficient du savoir-être et des savoir-faire de nos équipes pour les aider à se stabiliser et envisager l'avenir plus sereinement.

### **Bien dans leur corps et bien entourées**

Cette stabilisation débute par un **bilan de santé** et la prise en charge des pathologies des résidentes. En effet, nombre d'entre elles ont subi des violences (économiques, verbales, physiques, sexuelles, psychologiques), dont les conséquences altèrent

considérablement leur vie. L'errance, ainsi que les **addictions**, les affectent aussi physiquement et psychologiquement. Afin de remédier à cela, l'Îlot a mis en place différents dispositifs, comme une **aide au recouvrement de leurs droits à la sécurité sociale** et l'intervention d'équipes médicales et paramédicales. Par ailleurs, **la restauration de leurs liens sociaux**, notamment avec leurs enfants, grâce aux équipes de l'Îlot, joue énormément dans **l'amélioration de leur santé et de leur bien-être**. Dans l'intimité de leur chambre ou de leur studio, et lors d'événements organisés au sein des CHRS (repas de Noël, pièces de théâtre, etc.) elles peuvent aussi accueillir leurs enfants et **retrouver les gestes et les responsabilités de la parentalité**.

### **L'emploi pour ouvrir de nouveaux horizons**

Aux femmes, qui n'ont bien souvent pas pu en bénéficier lors de leur détention, **l'Îlot propose un accompagnement complet**. Prodigué par une Conseillère en insertion professionnelle (CIP), il va de l'évaluation de leurs savoirs et compétences, à la formation à un métier, en passant par **des remises à niveau**, l'apprentissage des **outils numériques**, la rédaction d'un CV ou encore la recherche d'une **formation ou d'un emploi**. Par ailleurs, le CHRS Thuillier est habilité à accueillir des femmes purgeant différents types de peines (Travail d'intérêt général, Placement extérieur, libération conditionnelle, Placement sous surveillance électronique) auxquelles nous proposons un **accompagnement spécifique** pour les aider à reprendre un emploi et à s'éloigner de la récidive.



**En faisant un don à l'Îlot, vous aidez concrètement des femmes et des hommes à retrouver le cours d'une vie ordinaire, apaisée et digne.**

**AGIR  
DANS UN  
CADRE SÛR**

## THUILLIER À L'ÉCOUTE DE SES RÉSIDENTES



**En 2024, Thuillier a mis sur pied des temps d'écoute individuels des femmes. Quentin, médiateur social au CHRS depuis octobre dernier, évoque les suites données à ces Points écoute.**

### Quel est l'objectif des Points écoute lancés en mars 2024 ?

Il s'agit de proposer un temps d'écoute individuel aux résidentes, pour qu'elles puissent exprimer un besoin, des réflexions, des émotions. Cela peut être délicat de dire des choses très personnelles à la personne qui vous suit dans votre parcours au quotidien. En tant que psychothérapeute, je suis un intermédiaire, j'ai une relation neutre avec la personne et je n'interviens pas autrement dans son parcours.

### Quelles sont les modalités de ces Points écoute ?

J'accueille les résidentes qui souhaitent parler de 14h à 17h le samedi et le dimanche un week-end sur deux. Depuis octobre j'ai écouté six résidentes, certaines ponctuellement, d'autres dans le cadre d'un suivi. Je suis amené à travailler sur la question identitaire,

c'est-à-dire à aider des femmes qui se définissent encore par leur ancienne condition de « détenue » à retrouver une autre identité, à se considérer autrement pour aborder différemment leur vie.



*« L'idée, c'est de faciliter la parole dans un contexte où elle peut être parfois bridée. »*

### Comment souhaitez-vous développer les Points écoute ?

Je souhaite proposer des moments collectifs en plus des temps individuels, car des thématiques peuvent être abordées en groupe de parole

et permettre un échange et un soutien entre les résidentes. Elles vivent parfois les mêmes épreuves et celles qui les ont surmontées peuvent en parler et conseiller les autres. J'envisage aussi d'exporter ces Points écoute à notre CHU (Centre d'hébergement d'urgence) la Passerelle et au CHRS (Centre d'hébergement et de réinsertion sociale) les Augustins.

**VIVRE  
À L'ÎLOT**

## LA BONNE SANTÉ AU MENU DE NOS RÉSIDENTS !

**Avec la gestion en ligne des menus et de l'achat des denrées alimentaires, l'Îlot gourmand fournit des repas équilibrés aux résidents des dispositifs d'hébergement amiénois : les Augustins, Thuillier et la Passerelle.**



Manger sain et équilibré est essentiel pour être en bonne santé et en capacité de fournir les efforts nécessaires pour se réinsérer durablement.

C'est pourquoi l'Îlot Gourmand, l'Atelier et chantier d'insertion (ACI) et Atelier qualification-insertion (AQI) d'Amiens, qui forme au métier d'employé polyvalent en restauration, s'approvisionne pour ses primeurs, viandes, poissons, laitages, etc., auprès d'un grossiste proposant **la solution e-Quilibre**. Cet outil de gestion proposant en ligne des menus permet, lors de la commande des produits, de **créer des menus personnalisés, composés par des diététiciens nutritionnistes et basés sur les recommandations officielles**. Une alimentation équilibrée est en effet particulièrement importante pour nos bénéficiaires, qui se tournent trop facilement vers la « malbouffe ».

Pour accompagner cette « assiette équilibrée », des ateliers de sensibilisation à la nourriture saine seront organisés cette année auprès de nos résidents pour les encourager à adopter de bonnes pratiques alimentaires. Bon appétit !

# S'ENGAGER AVEC L'ÎLOT

## COMMENT DONNER PLUS DE FORCE À NOS ACTIONS ?

L'ensemble des équipes de l'Îlot, bénévoles et salariées, vous adressent leurs remerciements les plus sincères pour votre soutien fidèle. Grâce à vous, elles peuvent s'engager au quotidien dans l'accompagnement des personnes marginalisées, en particulier celles sortant de prison ou étant encore sous main de justice. **Votre don leur donne les moyens de développer des projets d'accès au logement, à l'emploi, à la santé et de restauration des liens sociaux, qui favorisent efficacement une réinsertion durable** de nos bénéficiaires et les éloignent de la récidive. Ainsi, votre générosité participe concrètement à la construction d'une société plus apaisée et plus sûre.

Alors que l'Îlot a plus que jamais besoin de vous pour continuer à mettre en œuvre des actions innovantes, qui permettent aux personnes vulnérables de reprendre leur vie en main, vous pouvez, si vous le souhaitez, donner encore plus de force à votre engagement à nos côtés en nous gratifiant d'un don régulier par prélèvement automatique. **Lancer un nouvel Atelier et chantier d'insertion (ACI), rénover nos bâtiments pour mieux accueillir nos résidents, ouvrir une nouvelle antenne... avec un don régulier, votre soutien est encore plus efficace**, car en plus de la somme que vous nous accordez, vous nous offrez une visibilité et une stabilité budgétaires, qui sont de véritables atouts pour développer notre projet associatif et conduire nos bénéficiaires vers la réussite.

Le don régulier est la façon la plus pérenne de soutenir l'Îlot et de vous engager pour une société plus responsable. Les donateurs réguliers de l'Îlot bénéficient de la même déduction d'impôt de 75 % du montant de leur don. Chaque année, ils reçoivent un reçu fiscal qui totalise l'ensemble de leurs dons et leur permet de faire valoir leur réduction d'impôt.

Aujourd'hui, pour apaiser la société et éloigner réellement des personnes ayant connu la prison du risque de récidive, **vos dons réguliers à l'Îlot sont déterminants. Merci d'avance !**

## TÉMOIGNAGE



Carine Romain,  
éducatrice spécialisée  
au CHRS Les Augustins

« J'ai débuté à l'Îlot comme bénévole au CHRS Thuillier en 2011. Je souhaitais aider les femmes victimes de violences conjugales.

Je ne suis pas restée longtemps bénévole car l'Îlot m'a proposé un poste en CDD, puis très vite, en CDI. Tout au long de mon parcours, j'ai suivi des formations et obtenu des diplômes pour monter en compétences, tout en continuant à accompagner des femmes victimes de violences.

Le « public justice » que j'accompagne aujourd'hui au CHRS (Centre d'hébergement et de réinsertion sociale) les Augustins est très différent de celui dont je m'occupais à mes débuts, c'est une découverte. J'en suis très contente, cela m'a fait rencontrer d'autres profils.

Accompagner des personnes qui ont eu une longue peine d'incarcération demande de savoir écouter car, pour eux, c'est compliqué d'être hors les murs. De plus ils ont l'impression que tout le monde sait qu'ils sortent de prison. »

Découvrez l'intégralité du témoignage de Carine, en scannant ce QR code.



## UN DON, UNE ACTION

60 €

=

Permet de fournir un repas, midi et soir pendant une semaine dans notre établissement d'urgence la Passerelle.

15 €/MOIS  
PENDANT 1AN

=

Contribue à former une personne dans l'un de nos Ateliers Qualification-Insertion, permettant l'obtention d'un diplôme dans la restauration collective.

Si vous êtes assujetti(e) à l'impôt sur le revenu (IR), votre don ouvre droit à une réduction d'impôt de 75% dans la limite de 1 000€. Au-delà et dans la limite de 20% de votre revenu imposable, la réduction est de 66%.

Si vous êtes assujetti(e) à l'impôt sur la fortune immobilière (IFI), votre don ouvre droit à une réduction de votre IFI de 75% dans la limite de 50 000€.



➤ Découvrez toute notre actualité :

[www.ilot.asso.fr](http://www.ilot.asso.fr)

➤ Devenez membre de l'Îlot :

[www.ilot.asso.fr/vous-engager](http://www.ilot.asso.fr/vous-engager)

➤ Devenez bénévole en nous contactant :

[benevoles@ilot.asso.fr](mailto:benevoles@ilot.asso.fr)

➤ Rejoignez-nous sur :

