

# OPABT INFO

*Le bulletin d'information de l'OPABT*



## LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Bonjour à tous,  
**DANS CE NUMÉRO**

**SORTIES**

**E-SENIORS**

**GORUMANDISES**

**ACTIVITÉS**

**JEUX**

**SURPRISE**

Tout doucement l'été s'installe, et si les vacances font envie, pas question d'en prendre pour l'OPABT qui gardera ses portes ouvertes tout l'été cette année ! Nous ne vous priverons pas de vos activités préférées, de la mise à disposition des jeux de société, de votre espace de lecture avec la bibliothèque et la presse quotidienne. On vous concocte même quelques sorties en juillet et août, et encore un moment bien gourmand ! Et pour la rentrée, un après-midi surprise alliant culture et convivialité, pour quelque chose d'encore inédit à l'OPABT, qui vous fera passer de l'autre côté du petit écran. Alors, une petite idée ?!



Nous anticipons également la sortie du mois d'octobre en vous la proposant déjà dans ce bulletin, pour vous laisser davantage le temps de vous y inscrire ! Alors n'hésitez pas, sautez sur vos téléphones ou courez au bureau pour vous y inscrire. L'équipe vous attend !

Josiane VUILLEMIN, Présidente.



# VISITE LOCALE

## Petit train & visite à Belfort

Visite de votre ville en train touristique avec montée à la Citadelle

**Quand ? 16 juillet à 14h00**

**Où ? 1 Av. Maurice Sarrail, 90000 Belfort**

**Tarif : 5€ par personne**

***Inscription et paiement obligatoire auprès de l'OPABT***

## Espace GANTNER

Fruit d'une résidence Arts & Sciences, Le Rayon Extraordinaire propose une approche sensible d'une réalité d'ordinaire imperceptible à l'œil humain : la polarisation de la lumière, autrement dit : la trajectoire de vibration des ondes qui la composent.

**Quand ? vendredi 18 juillet 14h00**

**Où ? 1 rue de la Varonne, 90140 Bourgogne**

**Tarif : Gratuit**

***Inscription auprès de l'OPABT***



## Musée de la forge

Visite du musée de la forge à Etueffont avec une démonstration par un forgeron spécialement pour vous, pour une immersion totale !

**Quand ? vendredi 22 août à 14h00**

**Où ? 2 rue de Lamadeleine, 90170 Etueffont**

**Tarif : 12€ par personne**

***Inscription et paiement obligatoire à l'OPABT***



# APRÈS-MIDI POUR PETITS & GRANDS



**MERCREDI 30 JUILLET**  
**A PARTIR DE 14H00**

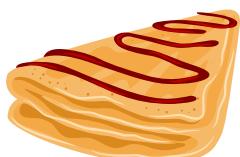
**Moment de convivialité autour de jeux de société !**

Venez seul ou en équipe, avec ou sans les petits-enfants, mais avec votre bonne humeur et votre envie de partager un bon moment !

## Jeux divers

scrabble, petits chevaux, dames,  
yam's, cluedo, défi, cartes !

*Et libre à vous d'apporter  
votre jeu préféré !*



## Crêpes

Au chocolat, à la confiture ou au miel : **soyez gourmand !**

**Gratuit**

**Inscription obligatoire auprès de l'OPABT**

**03.84.54.26.70**

**contact@opabt.fr**

*Il est important de s'inscrire afin de faciliter l'organisation et éviter le gâchis alimentaire !  
Merci de votre compréhension.*



## MERCREDI 17 SEPTEMBRE

## JOURNÉE FESTIVE AU JARDIN

*Avec le CCAS et les autres associations*



**Détails à venir...**

**Vous pouvez dès à présent manifester votre intérêt  
auprès de l'équipe de l'OPABT.**

# E-SÉNIORS 90

## ATELIER THÉMATIQUE

**"Acheter en fonction de ses besoins, ni plus ni moins".**

En cette rentrée, Nicolas vous propose de vous guider au mieux dans le choix de votre futur achat (ordinateur, téléphone...) : « Quelle est la différence entre un iPhone et un smartphone ? » / « Faut-il une bonne carte graphique ? »

Ce temps d'information vous permettra d'avoir des réponses à vos questions techniques et peut-être d'éviter de dépenser plus que nécessaire.

**Quand ? mardi 09 septembre à 14h30**

**OÙ ? À L'OPABT**

**Tarif : 6€**

**Inscription et paiement auprès de l'OPABT**

Nicolas répondra alors à une question qui revient souvent "qu'est ce que je peux acheter pour mon utilité ?" Ce temps d'infos vous aidera à savoir ce qui existe mais surtout à adapter votre achat en fonction de votre utilité. Il n'est parfois pas utile d'investir gros, si votre besoin est mince...



# VOS ACTIVITÉS

## Bon air, bonne humeur

Le plaisir de chanter avec Martine BENOÎT & Francine MARESH

Chaque lundi après-midi à l'OPABT



**Juillet : 07 - 21 - 28**

**Août : 04 - 11 - 18 - 25**

**Septembre : 01 - 08 - 15 - 22 - 29**

*de 14h à 16h*

## Café, Tricot, Thé

Tricoter en toute convivialité avec Béatrice PROUST

*1 jeudi sur 2 l'après-midi à l'OPABT*

**Juillet : 03 - 17 - 31**

**Août : 14 - 28**

**Septembre : 11 - 25**

*de 14h à 16h*



## Dictée

Par Patricia JEANMOUGIN

*à la Maison de Quartier des Forges*

**Juillet : 03**

**Septembre : 11 - 25**

*de 09h à 11h*

*A noter : Patricia pourra vous demander votre carte d'adhérent à jour, pour faire le lien avec le bureau.  
Merci de votre compréhension.*

# VOS ACTIVITÉS



## Pirouettes de plumes

Le plaisir de l'écriture spontanée avec Françoise LOUIS  
*1 jeudi sur 2 le matin à l'OPABT*

**Juillet : 10 - 24**

**Août : 07 - 21**

**Septembre : 04 - 18**

*de 09h à 11h*

## Parlons de...

Echanger, apprendre & découvrir autour d'un thème avec Françoise LOUIS  
*Chaque lundi matin à l'OPABT*



**Juillet : 07 - 21 - 28**

**Août : 04 - 11 - 18 - 25**

**Septembre : 01 - 08 - 15 - 22 - 29**

*de 09h à 11h*



## Art Floral

avec Gérard HOFF à l'OPABT

**Vendredi 19 septembre 2025**

**À 14H30**

**20€ par personne**

***Inscription et paiement obligatoires auprès de l'OPABT***

*Les informations sur le matériel à prévoir seront apportées ultérieurement aux inscrits.*

# VOS ACTIVITÉS

## Gym

*Pour bouger ensemble en rythme avec Danielle*

**Les vendredis de 09h00 à 10h00**

**ou**

**de 10h15 à 11h15**

**Juillet : 04 - 11 - 18 - 25**

**Août : 01 - 29**

**Septembre: 05 - 12 - 19 -26**



**45€ par personne**

## Marche

Le plaisir de la marche avec Luc BITTIGER

**Juillet : 08 - 22**

**Août : 05 - 19**

**Septembre : 02 - 16 - 30**



*Les marches de Juillet, Août et du 02 septembre se dérouleront le matin : RDV à 09h00.  
De nouveau à 14h00 à partir du 16 septembre.*

*Organisation du covoiturage sur demande à l'inscription*

***Inscription obligatoire à réception du mail***

## Marche douce

avec Josiane, Paul et Liliane

**Juillet : 10 - 21**

**Août : 5 - 21**

**Septembre : 8 - 23**

*N'oubliez pas vos gourdes ou bouteilles d'eau; à la marche comme à la gym*



*Détails des marches au fur et à mesure  
Inscription obligatoire à réception du message*

# QUESTION POUR UN CHAMPION

AVEC L'ASSOCIATION DE MONTBELIARD

**REVELEZ LE CHAMPION QUI EST EN VOUS !**

Venez vous amuser en vous défiant comme à la TV ! Si nous ne pouvons pas promettre la présence de Samuel ETIENNE, les buzzers eux seront bien là pour vous faire entendre et vous faire devenir, peut-être le grand champion de l'OPABT !

**Quand ? vendredi 26 septembre à 14h00**

**Où ? A l'OPABT**

**Tarif : Gratuit**

**Récompense aux 2 finalistes !**



**Inscription obligatoire via le formulaire ci-dessous**

**Attention places très limitées ! Date de rendu du coupon d'inscription faisant foi !**

NOM : ..... PRENOM : .....

TELEPHONE : ..... MAIL : .....

JE M'INSCRIS EN TANT QUE :  Joueur  Public

Si joueur, ma spécialité c'est : .....

CADRE RESERVE A L'OPABT

Date de réception du coupon :

Réceptionné par :



# LES ATELIERS BONS JOURS

## PREVENTION SANTE



### L'ÉQUILIBRE, OÙ EN ÊTES-VOUS ?

Maison de quartier des Glacis à Belfort

Les mardis du 09 septembre au 09 décembre

De 15h00 à 16h00

Avec *Danielle HUMBERT*



### PEPS EUREKA (MÉMOIRE)

Médiathèque de Danjoutin

Les vendredis du 19 septembre au 12 décembre

De 10h30 à 12h30

Avec *l'association ASEPT*



### EN VOITURE JE ME RASSURE

A la mairie de Giromagny

Les jeudi du 18 septembre au 09 octobre

De 10h30 à 12h30

Avec *l'Association Brain UP*



Renseignements et inscriptions auprès de Syvanna au  
03.84.54.26.70 ou 07.84.61.18.99

[prevention@opabt.fr](mailto:prevention@opabt.fr)

# A VENIR

## FOLIE'FLORE MULHOUSE



**Quand ?** mercredi 08 octobre

**Où ?** Au départ de Belfort (lieu précis à venir)

**Tarif :** 50€ adhérents - 60€ non adhérents

**Inclus :** transport en autocar et entrée à Folie'Flore

*Repas libre - non compris*

Avec l'association Loisirs Voyages Hexagone

Folie'Flore est un show floral unique en Europe qui se déroule chaque année début octobre à Mulhouse. Au total, 11 000 m<sup>2</sup> de jardins éphémères qui prennent vie au rythme des jeux d'eau et de lumière pour 11 jours de spectacle !



### Inscriptions ouvertes et places limitées !

***Inscription et paiement obligatoire à  
l'OPABT avant le 05 septembre***

**Règlement par chèque à l'ordre de l'OPABT**

*L'OPABT se réserve le droit d'annulation en cas d'un nombre insuffisant d'inscrits*

# Appel aux bénévoles !

Pour son développement et la création de nouvelles activités, l'OPABT recherche des bénévoles passionnés. Alors, si vous avez envie d'intégrer une association pour séniors dynamiques et partager votre talent, votre passion et donner de votre temps : vous êtes au bon endroit à l'OPABT !



ARTISTE ?



JOUEUR ?



BILINGUE ?



CÉRÉBRAL ?

**UNE PASSION ? UN TALENT ? VOUS ÊTES GÉNÉREUX, HUMAIN ET AVEZ ENVIE DE PARTAGER  
AVEC LES AUTRES ?**

**ALORS DEVENEZ ANIMATEUR BÉNÉVOLE POUR LES SÉNIORS DU TERRITOIRE DE BELFORT !**

**CONTACTEZ L'OPABT POUR PLUS D'INFOS**

03.84.54.26.70

[contact@opabt.fr](mailto:contact@opabt.fr)

3 Pl. de la commune à Belfort



# PRÈS DE CHEZ VOUS

*Comme chaque été, nous vous donnons des idées de balades et visites locales à faire près de chez vous, même sans nous !*

## Super coule : courses de bateau en carton à l'étang des Forges

Du carton recyclé, de la colle écologique et ils en font un bateau ! C'est l'objectif de l'évènement Super Coule organisé par l'association Urbain des Bois.

Le samedi 12 juillet à l'étang des Forges

**Venez encourager le bateau des séniors de la résidence Domitys !**



Alors, qui coulera en dernier ?



## Atelier dessin à Sermamagny : insectes, coléoptères...

mercredis 30 à 14h15; 15h30 ou 16h45.

Renseignements & inscriptions :

Belfort Tourisme - 03.84.55.90.90 ou via le QR CODE



## Savonnerie artisanale - Rougemont-le-Château : visite guidée

jeudi 31 juillet à partir de 10h00

Renseignements & inscriptions :

Belfort Tourisme - 03.84.55.90.90 ou via le QR CODE



# PRÈS DE CHEZ VOUS

**Atelier d'impression florale :** repartez avec votre création  
mercredi 27 août à partir de 10h00 - 20€



Renseignements & inscriptions :  
**Belfort Tourisme - 03.84.55.90.90 ou via le QR CODE**

**Les oiseaux d'eau du Malsaucy :** observation à la jumelle  
samedi 20 septembre de 09h00 à 12h00



Renseignements & inscriptions :  
**Belfort Tourisme - 03.84.55.90.90 ou via le QR CODE**

**Passion Brasseur à Lepuix :** découverte de la brasserie des belles filles

Lundi 28 juillet à partir de 15h00



Renseignements & inscriptions :  
**Belfort Tourisme - 03.84.55.90.90 ou via le QR CODE**

**Randonnée :** le chemin des contrebandiers

Mercredi 27 août à partir de 08h30



Renseignements & inscriptions :  
**Belfort Tourisme - 03.84.55.90.90 ou via le QR CODE**

**Alstom Belfort :** visitez les projets en cours de réalisation

Vendredi 19 septembre à partir de 09h00



Renseignements & inscriptions :  
**Belfort Tourisme - 03.84.55.90.90 ou via le QR CODE**



Office Pour les Aînés de Belfort et du Territoire

3 place de la Commune de Paris  
90000 BELFORT  
03.84.54.26.70  
[contact@opabt.fr](mailto:contact@opabt.fr)

*Retrouvez nous sur Facebook*



Horaires d'accueil physique et téléphonique

*Du lundi au vendredi*  
**09h00 - 12h00**  
**14h00 - 16h30**