Bulletin d'information

4ème trimestre 2018

Très chers (chères) Adhérent(e)s,

Après une petite pause estivale qui, je l'espère, aura été agréable pour tous, toute l'équipe de l'OPABT est de retour, pleine d'énergie pour aborder cette nouvelle saison.

L'activité en cette année 2018 est telle que l'équipe sera d'ailleurs renforcée à partir du mois de septembre avec l'arrivée d'une nouvelle salariée, Eva HAZEBROUCQ chargée entre autres des ateliers informatiques.

Ainsi, la programmation de ce dernier trimestre sera encore très étoffée, riche en rencontres, en découvertes, en échanges et en partages.

Vous souhaitant bonne lecture de ce Bulletin

Bien Amicalement,
Michèle GASSER, Présidente

DANS CE NUMERO

NOS PROCHAINS RENDEZ-VOUS PAGE 2

DANS LE DETAIL… PAGES 3 A 10

Ateliers de Sophrologie
Evènements annuels : *Concours de Belote et Spectacle Annuel*
Rencontres conviviales : *Pot de Noël*
Activités sportives douces : *Les Pieds sur Terre (marche)* & Atelier *Gym Douce*
Ateliers créatifs et manuels : Ateliers *Café Tricot Thé* ; *Bon air, Bonne Humeur (chant)* ; *Travaux Manuels* ; *Art floral*
Autour de l'écriture : Ateliers *Pirouettes de Plumes* (écriture) & *Dictée*
Nouvelles Technologies : *Initiations Info et Internet ; Perfectionnement Info ; Cyber'Aînés ; Aide à l'utilisation d'un appareil numérique ; Aide aux démarches administratives en ligne*
Prévention Santé : *Les « Ateliers Bons Jours »*

L'OPABT VOUS INFORME PAGES 11 A 12

Spectacles avec tarif préférentiel
Forum Seniors à Belfort

L'OPABT vous accueille du lundi au vendredi de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h00.

Nos prochains rendez-vous

Par l'équipe de l'OPABT

	Lu 01/10	Ma 02/10	Me 03/10	Je 04/10	Ve 05/10
Matin			Initiation Info 3/7	Dictée Atelier Equilibre 5/12	Gym Douce ☺
Après-midi	Ecriture	Marche Atelier mémoire 3/10	Perfection. Info 3/7	Tricot	Concours Belote
	Lu 08/10	**Ma 09/10**	**Me 10/10**	**Je 11/10**	**Ve 12/10**
Matin			Initiation Info 4/7	Ecriture Atelier Equilibre 6/12	Gym Douce ☺
Après-midi	Chant	Atelier mémoire 4/10	Perfection. Info 4/7		Cyber'Aînés
	Lu 15/10	**Ma 16/10**	**Me 17/10**	**Je 18/10**	**Ve 19/10**
Matin		Séance Découverte Sophrologie	Initiation Info 5/7	Dictée Atelier Equilibre 7/12	Gym Douce ☺
Après-midi	Ecriture	Marche Atelier mémoire 5/10	Perfection. Info 5/7	Tricot	Cyber'Aînés
	Lu 22/10	**Ma 23/10**	**Me 24/10**	**Je 25/10**	**Ve 26/10**
Matin			Initiation Info 6/7	Ecriture Atelier Equilibre 8/12	Gym Douce ☺
Après-midi		Atelier mémoire 6/10	Perfection. Info 6/7	Travaux Manuels	Cyber'Aînés
	Lu 29/10	**Ma 30/10**	**Me 31/10**	**Je 01/11**	**Ve 02/11**
Matin	Atelier Equilibre 9/12		Initiation Info 7/7	FÉRIÉ	FERMÉ
Après-midi	Ecriture	Marche Atelier mémoire 7/10	Perfection. Info 7/7		
	Lu 05/11	**Ma 06/11**	**Me 07/11**	**Je 08/11**	**Ve 09/11**
Matin		Sophrologie 1/10	Perfection. Info 1/7	Ecriture Atelier Equilibre 10/12	Gym Douce ☺
Après-midi	Chant	Atelier mémoire 8/10	Initiation Info 1/7		Cyber'Aînés
	Lu 12/11	**Ma 13/11**	**Me 14/11**	**Je 15/11**	**Ve 16/11**
Matin		Sophrologie 2/10	Perfection. Info 2/7	Dictée Atelier Equilibre 11/12	Gym Douce ☺
Après-midi	Ecriture	Marche Atelier mémoire 9/10	Initiation Info 2/7	Tricot	Cyber'Aînés
	Lu 19/11	**Ma 20/11**	**Me 21/11**	**Je 22/11**	**Ve 23/11**
Matin		Sophrologie 3/10	Perfection. Info 3/7	Ecriture Atelier Equilibre 12/12	Gym Douce ☺
Après-midi	Chant	At. mémoire 10/10	Initiation Info 3/7	Travaux Manuels	Cyber'Aînés
	Lu 26/11	**Ma 27/11**	**Me 28/11**	**Je 29/11**	**Ve 30/11**
Matin		Sophrologie 4/10	Perfection. Info 4/7	Dictée	Gym Douce ☺
Après-midi	Ecriture	Marche	Initiation Info 4/7	Tricot	Cyber'Aînés
	Lu 03/12	**Ma 04/12**	**Me 05/12**	**Je 06/12**	**Ve 07/12**
Matin		Sophrologie 5/10	Perfection. Info 5/7	Ecriture	Gym Douce ☺
Après-midi	Chant		Initiation Info 5/7	Travaux Manuels	Cyber'Aînés Concours Dictée
	Lu 10/12	**Ma 11/12**	**Me 12/12**	**Je 13/12**	**Ve 14/12**
Matin		Sophrologie 6/10	Perfection. Info 6/7	Dictée	Gym Douce ☺
Après-midi	Ecriture	Marche	Initiation Info 6/7	Tricot	Cyber'Aînés
	Lu 17/12	**Ma 18/12**	**Me 19/12**	**Je 20/12**	**Ve 21/12**
Matin		Sophrologie 7/10	Perfection. Info 7/7		Gym Douce ☺
Après-midi	Chant		Initiation Info 7/7	Art floral	Pot de Noël
	Lu 24/12	**Ma 25/12**	**Me 26/12**	**Je 27/12**	**Ve 28/12**
	L'OPABT sera fermé au public du 24/12 au 06/01 inclus				

Dans le détail…

Ateliers de Sophrologie

SEANCE DECOUVERTE…

Au programme : Céline BERTIN, diplômée en sophrologie vous propose une séance découverte de la sophrologie avec démonstrations de quelques techniques de base

Quand ? **Mardi 16 octobre 2018,** de 09h00 à 10h00.

Où ? Dans les locaux de l'OPABT

Tarif : **GRATUIT**

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Suite à cette séance découverte, les personnes intéressées pourront s'inscrire à un stage de 10 séances de sophrologie (cf. ci-après)

STAGE DE SOPHROLOGIE

Au programme : Céline BERTIN, diplômée en sophrologie vous propose **une session de 10 séances** pour vous initier à la **sophrologie** qui a pour objectifs de se réapproprier son corps, d'entretenir sa capacité de concentration et d'attention, de (ré)apprendre à se détendre, à se relaxer et de restaurer une sécurité intérieure, une confiance en soi

Quand ? **Les mardis,** de 09h00 à 10h00.
06/11 – 13/11 – 20/11 – 27/11 – 04/12 – 11/12 – 18/12 – 08/01 – 15/01 – 22/01

Où ? Dans les locaux de l'OPABT

Tarif : **60 €** pour une session de 10 séances (soit 6 € / séance).
NB. Toute personne intéressée par l'activité devra s'inscrire à la totalité de la session, soit 10 séances.
Le stage n'aura lieu que si 8 personnes au minimum sont inscrites.

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Evènements annuels

CONCOURS DE BELOTE

Au programme : Grand Concours de Belote **ouvert à tous les adhérents.** Arbitrage assuré par Marcel Rabinovitch de « L'Excuse Belfortaine ».

Quand ? **Vendredi 05 octobre 2018,** à 14h00.

Où ? A la Cafétéria de CORA Andelnans

Tarif : **GRATUIT**

Inscription : **Avant le 28 septembre 2018.**

- **Pour les adhérents individuels :** Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr
- **Pour les clubs :** nous retourner le bordereau d'inscription transmis avec le bulletin d'information du 3ème Trimestre 2018.

Spectacle annuel « Les Vieilles Canailles Bis 100% live »

Au programme : Les Vieilles Canailles (en référence à la chanson de Serge GAINSBOURG) est le nom du trio composé des chanteurs Jacques Dutronc, Eddy Mitchell et Johnny Hallyday pour se produire ensemble, sur la scène de Bercy, en 2014. Cette aventure devait être unique, mais rien de tel qu'une courte tournée décidée en 2017 pour créer à nouveau l'évènement…

Inspirés du concept les Vieilles Canailles, Johnny VEGAS, Eddy DEVILLE et Gabriel MAILLY reprendront tous les grands tubes de ces monstres sacrés de la chanson française.

Un spectacle unique et interactif avec des artistes sosies professionnels. Un véritable concert avec tous les standards de Johnny, Eddy et Dutronc mais également avec des duos totalement inédits. Accompagnés par quatre musiciens, les Vieilles Canailles Bis vous proposent un concept totalement original.

Quand ? Dimanche 18 novembre 2018, à 15h30

Où ? À la Maison du Peuple de Belfort

Tarif : **22 € pour les membres de l'OPABT**
35 € pour le grand public

Inscription :

- **Pour les adhérents individuels :** Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr
- **Pour les clubs :** nous retourner le bordereau d'inscription transmis avec le bulletin d'information du 3ème Trimestre 2018.

Rencontres conviviales

Pot de Noël

Au programme : Pour terminer cette année dans la joie et la bonne humeur, nous vous proposons un moment de détente et de convivialité à l'OPABT. Ce sera également l'occasion de remercier l'ensemble des bénévoles de l'association qui se sont impliqués plus que jamais !

Lors de cette après-midi conviviale, **Kry's Florian**, pour la 3e année consécutive, nous fera l'honneur d'un tour de chant de 45 min environ.

Quand ? Vendredi 21 décembre 2018, à partir de 14h30.
L'activité « Cyber'aînés » sera bien évidemment annulée pour les festivités.

Où ? Dans les locaux de l'OPABT

Tarif : GRATUIT. Vous pouvez cependant, si vous le souhaitez, apporter quelque chose à partager avec les autres (boissons, collations…)

Inscription impérative, pour des raisons logistiques, auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Activités sportives douces

Atelier marche « Les Pieds sur Terre »

Au programme : Luc BITTIGER, Laurent et Jocelyne BARRAT vous proposent de marcher en groupe en toute convivialité, avec toujours des explications et anecdotes au fil des promenades.

L'objectif est surtout de prendre l'air, de découvrir ou redécouvrir les paysages des alentours, dans la convivialité et la bonne humeur. Les lieux des promenades sont choisis avec le groupe au fur et à mesure, en plus des propositions faites par nos trois animateurs, toutes vos bonnes idées seront évidemment accueillies avec plaisir !

Quand ? Un mardi sur deux, à partir de 14h00 (sous réserve des conditions météorologiques)

02/10 – 16/10 – 30/10
13/11 – 27/11
11/12

Tarif : GRATUIT. Participation au covoiturage (précisée dans le mail d'invitation avant chaque marche).
Merci de prévoir de l'eau, de bonnes chaussures et des vêtements confortables.

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Atelier « Gym Douce »

Au programme : Jeannette PAILLE, adhérente à l'OPABT, vous propose un atelier « Gym Douce » pour entretenir votre corps, l'assouplir et le muscler tout en douceur.

Les exercices : travail sur la posture, assouplissement, étirements, ouverture articulaire et musculaire, automassages... dans le but de garder le corps en mouvement, mais sans trop forcer.

Aucune contre-indication dans la pratique, la gym douce n'offre que des avantages : mieux-être, sérénité, gestion de son stress, pensées positives…

Quand ? Tous les vendredis, de 9h00 à 10h00.

05/10 – 12/10 – 19/10 – 26/10
09/11 – 16/11 – 23/11 – 30/11 (pas de gym douce le vendredi 02/11)
07/12 – 14/12 – 21/12

Où ? Dans les locaux de l'OPABT

Tarif : Session Octobre/Décembre 2018 : 30 € (soit 2,50€ / heure)

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Ateliers créatifs et manuels

Atelier « Cafe Tricot The »

Au programme : Béatrice PROUST, adhérente à l'OPABT, passionnée de Tricot et de Crochet, vous propose un moment convivial pour prendre le temps de pratiquer ces activités souvent solitaires.

Son panier plein de jolies réalisations, de précieuses astuces, d'envies de partager et de papoter un peu aussi, elle souhaite vous faire découvrir l'ambiance des cafés-tricot qu'elle a fréquentés avec sa sœur en Allemagne.

Que vous soyez novices ou déjà expérimentés, cet atelier est un moyen d'oser vous lancer ou de partager votre expérience avec d'autres, c'est aussi et surtout l'occasion de passer un moment en toute convivialité et de rencontrer de nouvelles personnes.

Quand ? **Un jeudi sur deux**, de 14h00 à 16h00.
04/10 – 18/10
15/11 – 29/11
13/12

Où ? Dans les locaux de l'OPABT

Tarif : **GRATUIT.** Merci de vous munir de votre matériel pour cette activité.

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Atelier chant « Bon Air, bonne humeur »

Au programme : Martine BENOIT, secrétaire de l'OPABT, férue de musique depuis plus de dix ans, souhaite partager avec vous la passion qui l'anime et le plaisir qu'elle prend à chaque fois qu'elle chante.

Il s'agit donc là d'un moment de découverte, de détente, de partage, comme une invitation au plaisir de chanter ensemble. Au fil des séances, elle vous initiera à différentes techniques qu'elle pratique régulièrement pour assouplir son corps et sa voix avant de chanter tous ensemble des chants populaires.

Quand ? Un lundi sur deux, de 14h00 à 16h00.
08/10
05/11 – 19/11
03/12 – 17/12

Où ? Dans les locaux de l'OPABT

Tarif : 15 € pour l'année 2018 (Participation aux frais de photocopies et petites fournitures nécessaires à la réalisation des classeurs de chant)

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Ateliers créatifs et manuels (suite)

Atelier « Travaux Manuels »

Au programme : Annie NUNINGER, bénévole à l'OPABT, qui baigne dans le « fait maison » depuis toute petite, vous invite à participer à une parenthèse créative autour notamment de décorations faites maison.

Quand ? **Un jeudi par mois**, de 14h00 à 17h00.

- **25/10 :** Réalisation de **cartes kimono** et **mini-enveloppes**
- **22/11 :** Préparons Noël : **porte bougies** avec son **marque page**
- **06/12 :** Réalisation d'une **mini lampe de chevet** et **pompon de sac**

Où ? Dans les locaux de l'OPABT

Tarif : **5 € / séance** (Participation aux frais de fournitures. Chaque participant ramène sa création en fin de séance – Inscription confirmée par le paiement une semaine avant l'atelier)

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Atelier « Art floral »

Au programme : Gérard HOFF, qui a travaillé aux espaces verts de la Ville de Belfort pendant 36 ans, vous propose un atelier d'art floral.

Quand ? **Jeudi 20 décembre 2018**, de 14h00 à 16h00.

Où ? Dans les locaux de l'OPABT

Tarif : **16 €** (Participation aux frais de fournitures. Chaque participant ramène sa composition en fin de séance – Inscription confirmée par le paiement une semaine avant l'atelier)

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Autour de l'écriture

Atelier creatif « Pirouettes de Plumes »

Au programme : Il s'agit d'un rendez-vous convivial et ludique pour jouer avec les mots, s'amuser, se découvrir et échanger. L'objectif est surtout de prendre un moment pour soi, de se faire plaisir en écrivant avec d'autres.

A la suite du départ de Myriam, animatrice de cet atelier, ce sont 2 participants de longue date qui prennent la relève à partir de fin septembre. Françoise LOUIS animera l'atelier du jeudi et Claude BOBILLIER celui du lundi. Le contenu sera le même quel que soit le jour puisque nos deux nouveaux bénévoles prépareront l'atelier ensemble. Merci et bienvenue à eux dans cette nouvelle aventure !

Quand ? **Un jeudi sur deux**, de 09h00 à 11h00 :
27/09 – 11/10 – 25/10 – 08/11 – 22/11 – 06/12
& **Un lundi sur deux**, de 14h00 à 16h00 :
01/10 – 15/10 – 29/10 – 12/11 – 26/11 – 10/12

Où ? Dans les locaux de l'OPABT

Tarif : **15 € pour l'année 2018**

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Autour de l'écriture (suite)

Atelier « Dictee »

Au programme : Patricia JEANMOUGIN, adhérente de l'OPABT et Présidente de l'association BELF'ORTHO, vous propose une activité « Dictée ».
Chaque séance débute par une dictée. Le texte corrigé est ensuite distribué à chaque participant et les premières corrections se font individuellement. La séance se poursuit par des échanges sur les principales difficultés avant de partager ensemble quelques gourmandises.

Quand ? **Un jeudi sur deux**, de 09h00 à 11h00.
04/10 – 18/10
15/11 – 29/11
13/12

Où ? Dans les locaux de l'OPABT

Tarif : **GRATUIT**

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

CONCOURS DE DICTEE OPABT

Concours organisé par l'OPABT et BELF'ORTHO, **réservé aux adhérent(e)s de l'OPABT**

Vendredi 7 décembre 2018, de 14h30 à 16h45 (accueil dès 14h), à l'OPABT

Concours **GRATUIT** mais inscription obligatoire avant le 30 novembre 2018 au 03 84 54 26 70

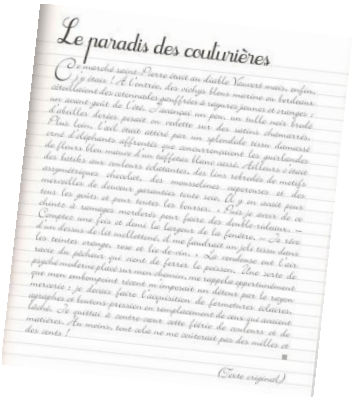
Au programme de l'après-midi :

- Dictée et corrigé. Texte choisi et dicté par Patricia JEANMOUGIN, Présidente de l'association BELF'ORTHO
- Temps convivial autour de boissons et gourmandises
- Proclamation des résultats

Un lot pour chaque participant

mais également

Des bons cadeaux aux trois premiers lauréats



Nouvelles Technologies

Initiations a l'informatique et Internet

Au programme : Formation de 14h (7 séances de 2h) destinée à des personnes n'ayant aucune connaissance en informatique – Apprentissage à l'utilisation de l'ordinateur, la souris, le clavier ainsi qu'une initiation à Internet.

Quand ? Tous les 2 mois, un groupe de 7 personnes est constitué.
Session de novembre – décembre : mercredis **07/11 – 14/11 – 21/11 – 28/11 – 05/12 – 12/12 – 19/12** de 14h00 à 16h00.

Où ? A l'OPABT

Tarif : **35 €** (soit 2,50€ / heure ; inscription confirmée par le paiement une semaine avant le début du stage)

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Perfectionnement a l'informatique

Au programme : Formation de 14h (7 séances de 2h) destinée à approfondir les connaissances en informatique.

Quand ? Tous les 2 mois, un groupe de 7 personnes est constitué.
Session de novembre – décembre : mercredis **07/11 – 14/11 – 21/11 – 28/11 – 05/12 – 12/12 – 19/12** de 09h00 à 11h00.

Où ? A l'OPABT

Tarif : **35 €** (soit 2,50€ / heure) ; inscription confirmée par le paiement une semaine avant le début du stage

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Quels seront les thèmes abordés ?

L'organisation des dossiers et des fichiers - Le transfert de photos (+boîte mail) - Acheter et vendre en ligne, Le bon coin - Organiser son voyage sur Internet - Facebook, le réseau social - Le traitement de texte

Le Cyber'Aines

Au programme : Une équipe de bénévoles est présente pour répondre à vos questions individuelles concernant l'informatique. Il ne s'agit pas d'un cours mais bien d'une aide personnalisée.

Quand ? **Tous les vendredis après-midi,** de 14h à 15h30 & de 15h30 à 17h.
A noter : L'activité « Cyber'aînés » n'aura pas lieu les vendredi 02/11 et 21/12 (Pot de Noël)

Où ? A l'OPABT

Tarif : **GRATUIT**

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Retrouvez l'OPABT sur le web : www.opabt.fr
mais également
sur le réseau social Facebook© sous le nom
OPABT – Office Pour les Aînés de Belfort et du Territoire

Nouvelles Technologies (suite)

AIDE A L'UTILISATION D'UN APPAREIL NUMERIQUE

Au programme : Une aide individuelle pour vous initier à l'utilisation de votre **téléphone portable, tablette ou appareil photo numérique (explication des fonctionnalités de base).**

Quand ? A votre convenance **(Prise de rendez-vous indispensable)**

Où ? A l'OPABT

Tarif : 5 €

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Comment se déroule une séance ?

- Vous réservez un créneau d'une heure, à la date qui vous convient.
- Vous venez avec votre téléphone portable, tablette ou appareil photo numérique et les accessoires, si besoin.
- Vous posez vos questions et prenez note des différents astuces et conseils pour élaborer votre propre guide pour l'utilisation de votre téléphone portable ou appareil photo numérique

AIDE AUX DEMARCHES ADMINISTRATIVES EN LIGNE

Au programme : Une aide individuelle pour vous aider à réaliser des **démarches administratives en ligne**. Exemples : déclarer ses revenus en ligne, accéder à ses factures en ligne (éléctricité, gaz, eau, téléphonie…), vérifier ses remboursements (Sécurité Sociale, Mutuelle…), obtenir des reçus et attestations (Assurance Retraite, Caisses de retraite complémentaire…)

Quand ? A votre convenance **(Prise de rendez-vous indispensable)**

Où ? A l'OPABT

Tarif : 5 €

Inscription : Auprès de l'OPABT – 03 84 54 26 70 – contact@opabt.fr

Prévention Santé

ATELIER « L'EQUILIBRE, OU EN ETES VOUS ? »

Pour les personnes inscrites lors de la réunion d'information qui a eu lieu à l'OPABT le 12 septembre dernier, nous rappelons les dates des séances : **Jeudi 04/10 – Jeudi 11/10 – Jeudi 18/10 – Jeudi 25/10 – Lundi 29/10 – Jeudi 08/11 – Jeudi 15/11 et Jeudi 22/11**. Les séances ont lieu les jours indiqués **de 10h00 à 11h00**, dans les locaux de l'**OPABT**.

ATELIER MEMOIRE « PEP'S EUREKA »

Pour les personnes inscrites lors de la réunion d'information qui a eu lieu à l'OPABT le 12 septembre dernier, nous rappelons les dates des séances : **Mardi 02/10 – Mardi 09/10 – Mardi 16/10 – Mardi 23/10 – Mardi 30/10 – Mardi 06/11 – Mardi 13/11 et mardi 20/11**. Les séances ont lieu les jours indiqués **de 14h00 à 16h30**, dans les locaux de l'**OPABT**.

Vous souhaitez participer à un atelier de prévention santé ?

Divers ateliers sont proposés tout au long de l'année sur Belfort mais également sur différentes communes du Territoire.

Renseignements et informations auprès de l'OPABT au 03 84 54 26 70 ou par mail : prevention@opabt.fr

L'OPABT vous informe

Par les clubs fédérés par l'OPABT, ainsi que ses partenaires

Spectacles avec tarif préférentiel

PROJET 90

Au programme : Toute l'année, Projet 90 vous propose des spectacles à **tarif réduit** sur présentation de la carte OPABT

- **BOOTLEG BEATLES, le dimanche 7 octobre 2018 à 16h30, Maison du Peuple de Belfort.**
  Depuis plus de 30 ans, les Bootleg Beatles parcourent le monde en restituant à la perfection toute la magie de la musique des Fab Four et de leur légende. Leurs concerts fabuleux retracent la carrière du groupe culte en intégralité, de « Please, please me », à « Get back », en passant par « All you need is love », « Hey Jude » etc …

- **JEANFI JANSSENS, le jeudi 11 octobre 2018 à 20h30, Mals de Sochaux.**
  LE PARCOURS HILARANT D'UN STEWARD QUI MONTE... QUI MONTE !
  Vous l'avez peut-être déjà croisé sur un vol long courrier ou découvert lors de passages TV remarqués chez Stéphane Plaza, Arthur, Michel Drucker, ou encore à la radio aux côtés de Laurent Ruquier… Ce steward exubérant, accro à la chirurgie esthétique et victime des crédits conso, nous conte l'envers d'un décor unique et délirant, de son enfance dans le nord de la France aux passagers qu'il sert à bord...
  Avec son accent ch'ti et son incroyable répartie, Jeanfi Décolle vous dépaysera à coup sûr et vous rappellera de ne jamais oublier d'où l'on vient.

- **LAURENT VOULZY, le samedi 27 octobre 2018 à 20h30, Eglise St Joseph de Belfort.**
  Accompagné de deux musiciens, une chanteuse, harpiste, guitariste et un clavier... Laurent chantera son répertoire revisité , en résonance avec les lieux.

- **NOLWENN LEROY, le samedi 10 novembre 2018 à 20h30, Mals de Sochaux.**
  Après le succès des albums « Bretonne » et « Ô Filles de l'Eau », Nolwenn Leroy, la chanteuse préférée des Français, fait son grand retour avec son album « Gemme ».Elle quitte le monde de la mer pour célébrer la terre mère : entre ombre et lumière, naissance et mort, opacité et transparence, à l'image de ces pierres rugueuses devenant un jour de précieux joyaux.

- **ANNE ROUMANOFF, le vendredi 23 novembre 2018 à 20h30, Mals de Sochaux.**
  Avec Anne Roumanoff, c'est toujours mordant, irrésistible, drôle, pertinent et impertinent. Depuis 30 ans, la dame en rouge figure parmi les humoristes préférés des Français. Qu'elle se moque de nos travers ou qu'elle égratigne les politiques dans son fameux Radio bistro, le mot est juste, la formule claque, on rit mais on réfléchit aussi.

Renseignements et réservations : Projet 90 au 03 84 26 79 65

L'OPABT fermera ses portes vendredi 21 décembre 2018 au soir, après le Pot de Noël (cf. page 4).

Toute l'équipe vous retrouvera avec grand plaisir dès le lundi 07 janvier 2019 à 08h30, avec un programme toujours riche en activités.

Forum Seniors à Belfort

Dans le cadre de la Semaine Bleue, le CCAS de la Ville de Belfort vous propose un FORUM SANTE SENIORS :

Mardi 09 octobre 2018, de 09h00 à 18h00

A la Salle des Fêtes de Belfort

Des stands de prévention santé et des conférences ponctueront la journée.

L'OPABT sera présent lors de cette manifestation afin d'y présenter ses activités ainsi que les « Ateliers Bons Jours », les ateliers de prévention santé.