OPABT

Office Pour les Aînés de Belfort et du Territoire

Rapport d'activités 2019

3 place de la Commune 90000 BELFORT - Tél. 03 84 54 26 70 - contact@opabt.fr

SOMMAIRE

FONCTIONNEMENT DE L'ASSOCIATION 3
Les ressources humaines 4
Les adhérents 5
Les instances statutaires 7

ACTIVITES REALISEES EN 2019 8
Les Ateliers Bons Jours 9
Les Ateliers « Animation » 12
Les Ateliers « Bénévoles » 20
Les Ateliers « Ponctuels » 24
Autres activités 25

ENSEIGNEMENTS 2019 27
La participation 28
Les attentes des adhérents 31

PERSPECTIVES 2020 32
L'OPABT, une association qui évolue continuellement 33
Les points de vigilance 33
Quelles perspectives pour l'OPABT ? 36

ANNEXE : Questionnaire de recueil des besoins 38

FONCTIONNEMENT DE L'ASSOCIATION

LES RESSOURCES HUMAINES

LE PERSONNEL PERMANENT

Au 31 décembre 2019, les ressources humaines salariées sont de 2,8 ETP.

Direction
Manuella SCIUTO
- 1 ETP

Animation Coordination
Pauline PORTUESE
- 1 ETP

Animation Numérique
Eva HAZEBROUCQ
- 0,8 ETP

LE BENEVOLAT

En 2019, on compte **10 activités** animées par **13 bénévoles**.

Cyber'Aînés
- P. BARRAT
- J-J HEYMANS
- W. MONA

Dictée
- P. JEANMOUGIN

Marche "Les Pieds sur Terre"
- L. BITTIGER

Café Tricot Thé
- B. PROUST

Chant "Bon air, bonne humeur"
- M. BENOIT

Ecriture "Pirouettes de Plumes"
- C. BOBILLIER
- F. LOUIS

Travaux Manuels
- A. NUNINGER

Gym Douce
- J. PAILLE

Art Floral
- G. HOFF

Concours de cartes
- M. RABINOVITCH

LES STAGIAIRES ET/OU VOLONTAIRES EN SERVICE CIVIQUE

En 2019, l'OPABT a accueilli :

- ➔ Du 11/04/2019 au 03/05/2019 : Laura ANDRE-BOUTONNET, étudiante en 1e année de DUT Carrières Sociales, en stage d'observation.
- ➔ À partir du 15/09/2019 (jusqu'au 29/05/2020) : Justine DESSERTENNE, étudiante en Licence Professionnelle Intervention Sociale. Sa mission en 2019 était de réaliser et passer un questionnaire permettant de recueillir les attentes et besoins de nos adhérents en termes d'activités.
- ➔ À partir du 02/12/2019 (jusqu'au 30/06/2020) : Léon GALLET, Volontaire en Service Civique. Sa mission est notamment tournée vers les activités informatiques et numériques (plus particulièrement les aides individuelles à l'utilisation des appareils numériques).

LES ADHERENTS

L'ADHESION COLLECTIVE

Les associations / Clubs fédérés par l'OPABT se répartissent de la manière suivante :

Clubs et Associations de Belfort	Clubs et Associations Hors Belfort	Associations à Statut Particulier
•Prise en charge de la cotisation par la Ville de Belfort qui la verse directement à l'OPABT (sur la base de 2,80 € / adhérent) •Par ailleurs subventionnés par la Ville de Belfort	•Cotisation sur la base de 2,80 € / adhérent •Par ailleurs subventionnés par le Conseil Départemental	•Associations de retraités à caractère syndical et/ou professionnel •Cotisation forfaitaire de 31 €

Chiffres 2019 :

Clubs et Associations de Belfort	Clubs et Associations Hors Belfort	Associations à Statut Particulier
• 7 associations • 456 adhérents	• 32 associations • 1 548 adhérents	• 4 associations • 523 adhérents

43 associations / clubs de retraités
2 527 adhérents

L'ADHESION INDIVIDUELLE

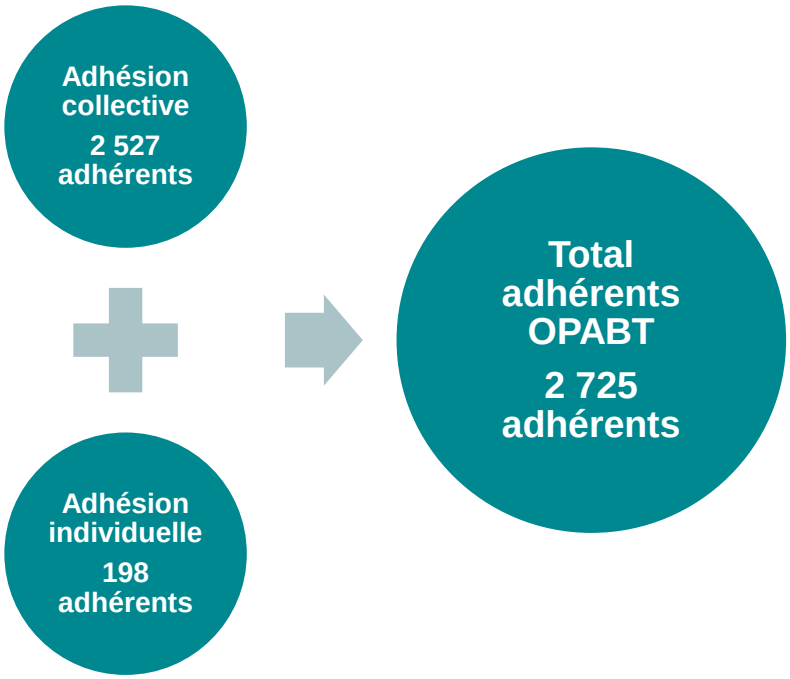
Les adhérents individuels sont les personnes n'adhérant pas à un des clubs fédérés par l'OPABT.

Chiffres 2019 :

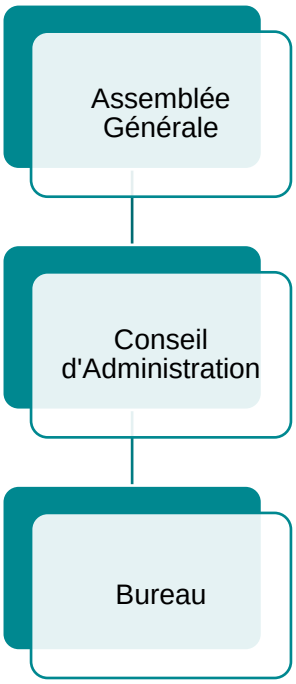
198 adhérents (contre 237 en 2018)

- ➔ 146 femmes (74%) – 52 hommes (26%)
- ➔ Âge moyen : 72,9 ans (âge minimum 53,9 – âge maximum 92,8)
- ➔ 138 personnes habitent la ville de Belfort (70%) – 60 personnes habitent d'autres communes du Département (30%)

Nous verrons dans les pages suivantes que si le nombre d'adhérents individuels a baissé, le nombre de personnes touchées par les activités de l'OPABT a lui augmenté.



LES INSTANCES STATUTAIRES



Composition	Réunions
Tous les adhérents de l'association	**1** Vendredi 08/03/2019 à la Chambre de Commerce et de l'Industrie de Belfort.
Membres de droit : 3 représentants du Conseil Départemental + 3 représentants de la Ville de Belfort Membres élus : 12 adhérents de l'OPABT	**2** Vendredi 22/02/2019 Mercredi 11/09/2019 à l'OPABT
Présidente : M. Gasser Vice-Président : P. Barrat Trésorier : J.-J. Heymans Trésorier – Adjoint : L. Bittiger Secrétaire : M. Benoît Secrétaire – Adjointe : J. Vuillemin	**3** Mercredi 12/06/2019 Mercredi 04/09/2019 Mercredi 04/12/2019 à l'OPABT

ACTIVITES REALISEES EN 2019

LES ATELIERS BONS JOURS

Ce programme régional est une offre de prévention en direction des personnes âgées de plus de 60 ans vivant à domicile, en Bourgogne Franche-Comté. Il est piloté par le Gie IMPA et s'organise autour d'actions collectives de prévention.
Depuis 2018, l'OPABT est la Coordination Départementale des Ateliers Bons Jours sur le Territoire de Belfort.

Le programme des Ateliers Bons Jours (Rappel)

LES ATELIERS BONS JOURS
VIVEZ INTENSÉMENT VOTRE RETRAITE
À PARTIR DE 60 ANS

Des activités santé **proches de chez vous**
pour améliorer votre quotidien

Afin de prévenir les risques liés au vieillissement, les caisses de retraites, regroupées au sein du Gie IMPA, et la Mutualité Française Bourgogne-Franche-Comté proposent les Ateliers Bons Jours, **une offre de prévention de proximité pratique et concrète**, coordonnée par l'OPABT sur le Territoire de Belfort.

Ce programme propose astuces, repères et conseils pour **améliorer son bien-être au quotidien. Nutrition, sommeil, équilibre, forme, mémoire ou encore santé globale…** En tout, sept ateliers labellisés regroupant toutes les dimensions de la santé sont proposés aux personnes de 60 ans et plus vivant à domicile en Bourgogne-Franche-Comté.

Les sept thématiques peuvent être proposées sur l'ensemble du Territoire de Belfort. **Plus de renseignements auprès de l'OPABT (03 84 54 26 70 - 3 place de la Commune, 90000 Belfort).**

Actions cofinancées avec le soutien de :

Plus de **400** ateliers par an
en Bourgogne-Franche-Comté

La nutrition, où en êtes-vous ?
Des repères et des conseils pour mieux manger et mieux bouger - **9 séances**

L'équilibre, où en êtes-vous ?
Des exercices physiques et adaptés pour garder l'équilibre - **12 séances**

Force et forme au quotidien
Des exercices variés en lien avec votre quotidien pour préserver votre physique - **12 séances**

Peps Eurêka
Des astuces et des exercices pour donner du peps à vos neurones et à votre vie - **10 séances**

Le sommeil, où en êtes-vous ?
A quoi sert le sommeil ? Comment mieux dormir ? **8 séances**

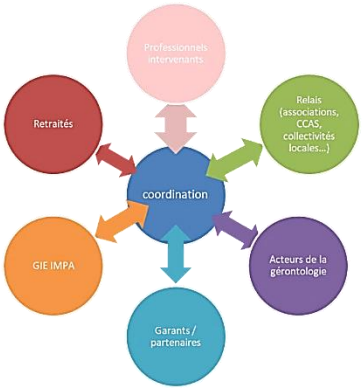
Bon'us tonus
Des astuces pour prendre soin de votre santé et de celle de votre maison - **7 séances**

Vitalité
Partager son expérience pour prendre soin de soi et améliorer sa qualité de vie - **6 séances**

Des séances collectives **adaptées à vos besoins et proches de chez vous.**
20€ par atelier, quel que soit le nombre de séances.

La Coordination est assurée par Pauline PORTUESE, Animatrice-Coordinatrice de l'OPABT.

La Coordination joue le rôle d'interlocuteur unique concernant les Ateliers Bons Jours, assurant le lien entre les retraités, les professionnels du programme, les relais locaux (communes, associations…) et autres partenaires du champ gérontologique.



Les Ateliers mis en place en 2019

16 ateliers ont été mis en place sur un objectif énoncé de 17

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17

Dans le détail :

Atelier mémoire « Peps Eureka »

1	2	3	4

Atelier « L'équilibre, où en êtes-vous ? »

1	2	3	4	5	6

Atelier « La nutrition, où en êtes-vous ? »

1	2

Atelier « Bon'us Tonus »

1

Atelier « Vitalité »

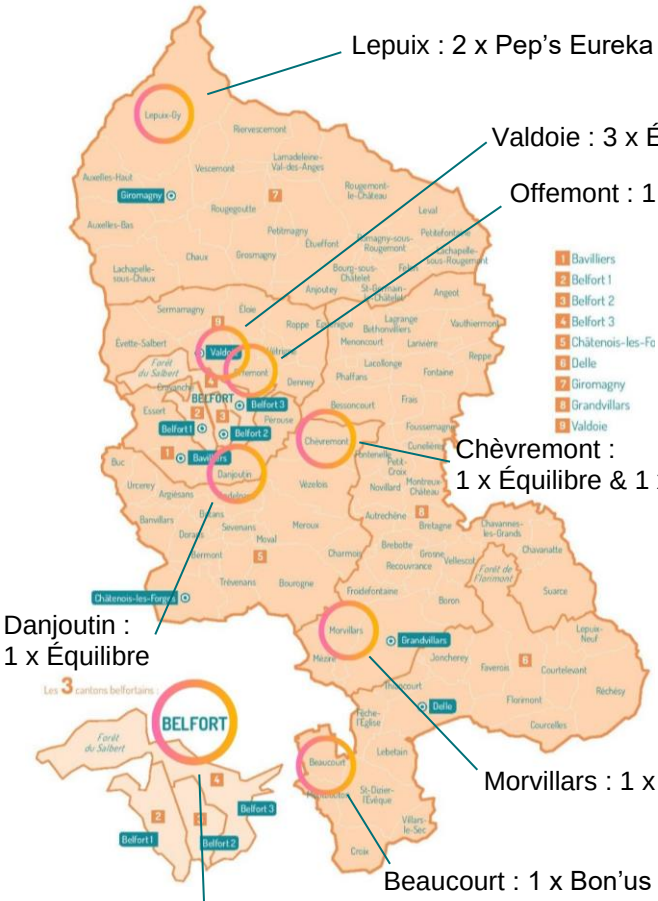
1	2

Atelier « Le sommeil, où en êtes-vous ? »

1	2

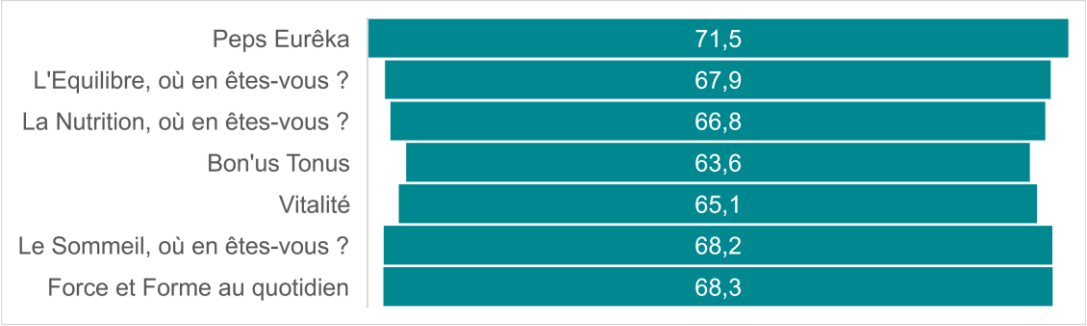
Atelier « Force et Forme au quotidien »

1



Belfort :
1 x Nutrition
1 x Equilibre
1 x Force et Forme au Quotidien
1 x Pep's Eureka
1 x Vitalité

Chiffres 2019 : **Un total de 168 participants sur les 16 Ateliers menés**
88% de femmes – 12% d'hommes
Âge moyen :



44% de personnes vivent en couple, 50% seules (6% sans réponse)

Les autres actions mises en place en 2019

Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées du Territoire de Belfort

La Conférence des Financeurs de la prévention de la perte d'autonomie du Territoire de Belfort a financé des actions complémentaires aux Ateliers. Pour 2019, il s'agit de :

1 X Théâtre-Débat "Et si la vie commençait à la retraite ?"

- Evènement artistique "Bien Vieillir" favorisant une prise de conscience des clés du Bien-Vieillir. Cet évènement intègre une présentation par la Coordination Locale des Ateliers Bons Jours, visant à inciter chaque participant à approfondir la thématique de prévention de son choix.

17 X Séances-bilan

- Séance réalisée 3 à 6 mois après la fin d'un atelier. L'idée est de permettre aux participants des Ateliers Bons Jours de faire un retour sur les bienfaits, les bénéfices ou les remarques à froid au sujet des Ateliers ; d'être informés sur les initiatives locales pour le "Bien-Vieillir" via des interventions de partenaires ou remise de documents.

1 X Journée Information Santé

- Evènement permettant une présentation des 7 thèmes du programme. Les Ateliers Bons Jours sous forme d'ateliers ludiques et d'échanges qui se terminent par un moment de convivialité type "Brunch".

3 X Réunions Thématiques

- Organisation de réunions sur une des 7 thématiques du programme sous forme de conférence favorisant les échanges avec le public. Action à l'initiative des partenaires locaux, de la Coordination ou du public.

1 X Notoriété publipostage

- Réalisation d'un publipostage pour permettre aux retraités de connaître l'existence du dispositif, d'avoir un premier niveau d'information, de connaître les ateliers ou actions Ateliers Bons Jours qui s'organisent près de chez eux, d'avoir les informations de contacts pour se pré-inscrire ou s'inscrire à un atelier.

Bilan :

NB. Les décisions de financement étant transmises en cours d'année, les actions peuvent parfois s'étaler sur 2 années civiles.

- ➔ **Une première réunion thématique** sur le « Bien-Vieillir » a été organisée dans le cadre du Forum Seniors de la Ville de Belfort le 10/10/2019. Cette seule réunion a rassemblé une **vingtaine de personnes**. 3 se sont ensuite préinscrites aux Ateliers Bons Jours.
- ➔ **Le Théâtre-Débat** a été organisé le lundi 06/01/2020 à Giromagny. Il a réuni **56 participants.**
- ➔ L'OPABT a organisé une Journée Prévention le vendredi 31/01/2020 regroupant **une réunion thématique** (sur le « Bien-Vieillir ») & **un temps d'Information Santé** (avec brunch). Chacune de ces actions a réuni **70 personnes**. 4 Ateliers ont pu être mis en place à la suite de cette Journée (Nutrition, Équilibre, Mémoire, Sommeil).
- ➔ **Toutes les séances bilan ont été organisées ou programmées**. La 16e et dernière étant programmée au 04/04/2020.
- ➔ **Un publipostage** est en cours au 1er semestre 2020.

LES ATELIERS « ANIMATION » OPABT

Les Ateliers « Animation » sont des ateliers « OPABT » animés par l'une et/ou l'autre des salariées ou encore par un(e) intervenant(e) extérieur(e) rémunéré(e).

E-SENIORS 90 : UNE RETRAITE CONNECTEE

Il s'agit d'un programme qui vise à **lutter contre la fracture numérique** et qui se compose de stages et ateliers informatiques collectifs ; d'aides individuelles (appareils numériques, administration en ligne) ; d'actions et sorties alliant Culture/Loisirs et Numérique.

Les contenus proposés par l'OPABT restent simples pour **un usage pratique au quotidien**. L'OPABT ne saurait répondre à des demandes trop « spécifiques » ou relevant de la formation continue. Sa mission première est la démocratisation de l'informatique et du numérique **en direction des seniors de l'ensemble du Territoire de Belfort**.

Avec le soutien de :

Ministère de l'Éducation nationale et de la Jeunesse – FDVA Fonds pour le Développement de la Vie Associative – Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées du Territoire de Belfort – AG2R La Mondiale

En 2019, E-SENIORS 90, c'est :

Apprentissage en collectif
- 12 stages (initiation et perfectionnement) de 8 séances
- 12 ateliers thématiques (séance unique pour chaque atelier)

153 participants

Aides individuelles
- 66 aides à l'utilisation d'un appareil numérique
- 16 aides administratives en ligne

82 participants

Culture/Loisirs et Numérique
- 7 sorties

72 participants

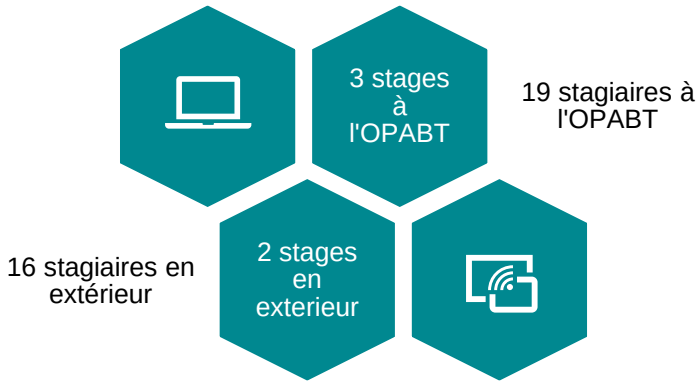
E-SENIORS 90 : Initiation à l'informatique

Présentation : Stage de 16 heures (8 x 2 heures) destiné à des personnes n'ayant aucune ou peu de connaissances en informatique. L'objectif est de découvrir l'outil informatique, ses possibilités et de se familiariser avec les fonctions de base.

Animation : Eva HAZEBROUCQ, Animatrice numérique de l'OPABT

Lieu : à l'OPABT et à l'extérieur (sur demande d'une municipalité, d'une association…)

Chiffres 2019 : **5 stages d'initiation – 35 stagiaires**
68% de femmes – 32% d'hommes – âge moyen : 73,3
47% d'adhérents individuels – 53% d'adhérents de clubs
39% de belfortains – 61% de non belfortains



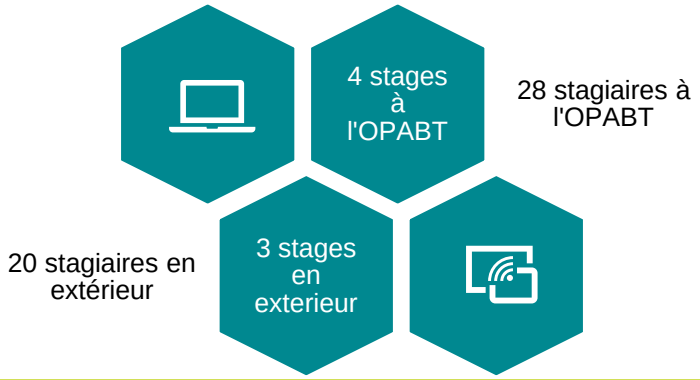
E-SENIORS 90 : Perfectionnement à l'informatique

Présentation : Stage de 16 heures (8 x 2 heures) destiné à des personnes ayant suivi le stage d'initiation ou souhaitant approfondir leurs connaissances. Certains prérequis précisés à l'inscription sont nécessaires.

Animation : Eva HAZEBROUCQ, Animatrice numérique de l'OPABT

Lieu : à l'OPABT et à l'extérieur (sur demande d'une municipalité, d'une association…)

Chiffres 2019 : **7 stages de perfectionnement – 48 stagiaires**
56% de femmes – 44% d'hommes – âge moyen : 74,7
48% d'adhérents individuels – 52% d'adhérents de clubs
31% de belfortains – 69% de non belfortains



E-SENIORS 90 : Aide à l'utilisation d'appareils numériques

Présentation : L'OPABT propose, aux personnes intéressées, de réserver un créneau d'une heure pour leur expliquer les principales fonctionnalités de leur téléphone, tablette ou autre appareil numérique en fonction des besoins et des éventuelles difficultés. Il ne s'agit pas d'une formation collective.

Animation : Eva HAZEBROUCQ, Animatrice numérique de l'OPABT. Léon GALLET, Volontaire en Service Civique depuis son arrivée en décembre 2019.

Lieu : à l'OPABT et à l'extérieur (sur demande d'une municipalité, d'une association…)

Chiffres 2019 : **66 aides individuelles à l'OPABT exclusivement**
36 personnes ont bénéficié au moins une fois de cette aide
85% de femmes – 15% d'hommes – âge moyen : 76,5
91% d'adhérents individuels – 9% d'adhérents de clubs
71% de belfortains – 29% de non belfortains

E-SENIORS 90 : Aide aux démarches administratives en ligne

Présentation : L'OPABT propose, aux personnes intéressées, de réserver un créneau d'une heure pour les aider à réaliser des démarches administratives en ligne. Exemples : déclarer ses revenus en ligne, accéder à ses factures en ligne, obtenir des reçus et attestations… Il ne s'agit pas d'une formation collective.

Animation : Manuella SCIUTO, Directrice de l'OPABT.

Lieu : à l'OPABT et à l'extérieur (sur demande d'une municipalité, d'une association…)

Chiffres 2019 : **16 aides individuelles à l'OPABT exclusivement**
13 personnes ont bénéficié au moins une fois de cette aide
50% de femmes – 50% d'hommes – âge moyen : 71,5
75% d'adhérents individuels – 25% d'adhérents de clubs
62% de belfortains – 38% de non belfortains

E-SENIORS 90 : Ateliers thématiques

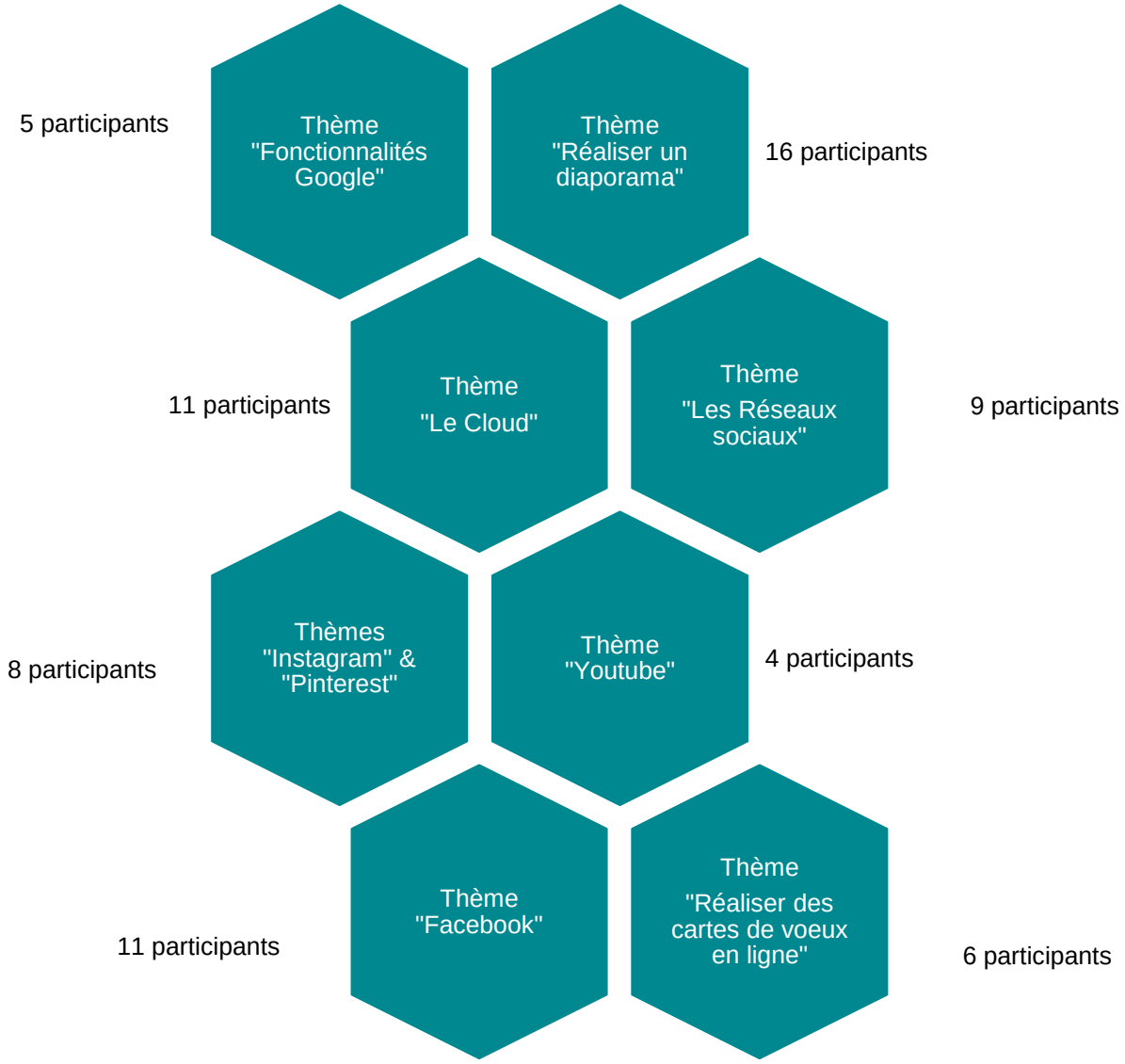
NOUVEAU

Présentation : Ateliers informatiques ponctuels qui abordent une thématique spécifique (ne nécessitant que quelques heures d'apprentissage).

Animation : Eva HAZEBROUCQ, Animatrice numérique de l'OPABT.

Lieu : à l'OPABT et à l'extérieur (sur demande d'une municipalité, d'une association…)

Chiffres 2019 : **8 thèmes abordés** (voir ci-dessous)
12 ateliers organisés – 70 participants
23 personnes ont assisté à au moins un atelier
71% de femmes – 29% d'hommes – âge moyen : 66,6
84% d'adhérents individuels – 16% d'adhérents de clubs
50% de belfortains – 50% de non belfortains



E-SENIORS 90 : Curiosités Numériques

NOUVEAU

Présentation : Les Curiosités Numériques sont des visites, des rencontres et des découvertes alliant Culture et Nouvelles Technologies. Il s'agit de mettre en lumière des lieux originaux ; de faire (re)découvrir des pépites du patrimoine ; de poser un « œil » nouveau sur une visite ou un lieu grâce à la technologie.

Organisation : Eva HAZEBROUCQ, Animatrice numérique de l'OPABT (accompagnée si besoin de l'une ou l'autre des salariées).

Lieu : à l'extérieur

Chiffres 2019 : **7 séances – 72 participants**
79% de femmes – 21% d'hommes – âge moyen : 68,2
78% d'adhérents individuels – 22% d'adhérents de clubs
74% de belfortains – 26% de non belfortains

Des visites

- Fort de l'Otan (visite des lieux et exposition sur l'évolution des télécommunications) - **18 participants**
- Citadelle de Belfort (visite avec tablette numérique) - **6 participants**
- UTBM Innovation Crunch Lab - **9 participants**

Des expositions

- Espace Multimédia Gantner - Exposition COSMOS 2019 - **19 participants**
- Espace Multimédia Gantner - Exposition « HADALY & SOWANA, CYBORGS ET SORCIÈRES » - **11 participants**

Des ateliers

- UTBM Innovation Crunch Lab (réalisation d'un puzzle personnalisé à partir d'une photo) - **5 participants**
- UTBM Innovation Crunch Lab (réalisation d'un photophore en bois) - **4 participants**

DETOURNER L'ACTUALITE

NOUVEAU

ou le prétexte pour découvrir de nouveaux horizons à travers l'actualité

Il s'agit d'un nouveau projet proposé par l'OPABT en 2019 avec l'idée d'organiser des sorties, activités, évènements « atypiques » en lien avec une thématique qui fait l'actualité.

Une seule édition a eu lieu en 2019. L'OPABT invitait ses adhérents à célébrer la Coupe du Monde de Rugby qui se déroulait au Japon du 22/09 au 02/11. À cette occasion, l'OPABT a proposé :

Une rencontre "Appréhender les règles du Rugby", à l'OPABT

- Rencontre animée par Thomas VINCENT, Educateur en Activités Physiques Adaptées et Joueur de Rugby - **7 participants**

Carnet de voyage "Sur la Route du Japon", à l'OPABT

- Rencontre animée par Françoise LOUIS, bénévole à l'OPABT - **21 participants**

Visionnage d'un match, au bar Le Lion des Flandres

- **7 participants**

Dégustation de thés japonais, à la Maison des Thés de Bernie (2 séances)

- Conte japonais par Françoise LOUIS, bénévole à l'OPABT et découverte de l'univers des thés japonais par la Maison des Thés de Bernie - 2 séances - **12 participants**

5 séances – 47 participants

D'autres ateliers « réguliers » se sont mis au couleur du Japon et/ou du Rugby :

- ➔ L'Atelier d'écriture : une séance sur le Japon, une séance sur les Arts martiaux
- ➔ L'Atelier Travaux Manuels : une séance sur la réalisation d'une « Geisha japonaise en origami »
- ➔ L'Atelier Gym d'entretien : deux séances avec l'utilisation de ballons ovales

PREVENTION

Atelier Bien-Être Estime de Soi

Présentation : Domicile 90, acteur majeur du maintien à domicile a créé en 2018 le service « Domicile 90 Prévention » qui a pour objectif d'informer, de sensibiliser les seniors à l'importance du prendre soin de leur santé, de leur hygiène de vie mais aussi de leur vie sociale. À ce titre, Domicile 90 a proposé 2 séances dans les locaux de l'OPABT sur le thème du bien-être et de l'estime de soi.

Animation : Anaïs LATRECHE, socio-esthéticienne.

Lieu : à l'OPABT

Chiffres 2019 : **9 participants présents sur les 2 séances**

Atelier « Le démarchage par téléphone et à domicile »

Présentation : Le Centre Technique Régional de la Consommation (CTRC), avec le soutien de la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie, a proposé une réunion d'information « Comment réagir et se protéger contre les pratiques commerciales de certains professionnels lors de démarchage à domicile ou par téléphone ? »

Animation : par une juriste

Lieu : à l'OPABT

Chiffres 2019 : **21 participants**

Atelier « Force et Forme au Quotidien »

Présentation : Cet atelier proposé par le dispositif « Les Ateliers Bons Jours » propose de lutter contre la sédentarité en valorisant l'activité intégrée à la vie quotidienne (marche, jardinage, tâches ménagères…) combinée à un programme d'activité physique adapté aux besoins des seniors.

Animation : Thomas VINCENT, intervenant diplômé de l'Activité Physique Adaptée.

Lieu : à l'OPABT

Chiffres 2019 : **11 participants présents sur les 12 séances**

Atelier « La Nutrition, où en êtes-vous ? »

Présentation : Cet atelier issu du dispositif « Les Ateliers Bons Jours » propose des repères et conseils pour mieux manger et mieux bouger.

Animation : Isabelle DOBRILA, Diététicienne Nutritionniste, accompagnée sur une séance par un professionnel de l'Activité Physique Adaptée.

Lieu : à l'OPABT

Chiffres 2019 : **14 participants présents sur les 9 séances**

PROJET INTERGENERATIONNEL

NOUVEAU

Rencontre Chercheurs / Citoyens

Présentation : Le REIACTIS (Réseau d'Études International sur l'Age, la CitoyenneTé et l'Intégration Socio-économique) organise son 6e colloque international les 4, 5, 6 février 2020 à Metz sur le thème « Société Inclusive et avancée en âge »
La nouveauté, pour cette 6e édition, est l'organisation, pendant la troisième journée (le 6 février 2020) d'une rencontre entre Scientifiques et Citoyens.

Le REIACTIS souhaite faire profiter les retraités intéressés par la réflexion gérontologique de la présence de nombreux chercheurs et experts. L'objectif est de permettre une rencontre entre des auteurs d'ouvrages sur le vieillissement et les retraités/personnes âgées trop souvent exclus des cénacles scientifiques. Un effort particulier de vulgarisation est demandé aux chercheurs à cette occasion. Cet évènement est mis en place en lien avec des organisations de retraités, CCAS, Offices de retraités,…

Comme d'autres Offices en France, l'OPABT souhaitait permettre à des retraités de participer à cette rencontre. Pour ce faire, l'OPABT a préparé la journée du 6 février 2020 avec un groupe de retraités, en association avec des étudiants du Département Carrières Sociales de l'IUT de Belfort.

Coordination & Animation : Pauline PORTUESE, Animatrice-Coordinatrice & Manuella SCIUTO, Directrice.

Lieux : à l'OPABT, à l'IUT de Belfort, à Metz.

Chiffres 2019 : **14 participants pour la phase de préparation.**
De fin octobre à la mi-décembre 2019, l'OPABT, en lien avec le Département Carrières Sociales de l'IUT de Belfort, a constitué un groupe composé de 6 étudiants de 2e année de DUT et 7 adhérents de l'OPABT. Ce groupe s'est rencontré à 5 reprises en 2019 pour étudier des articles d'auteurs présents au Colloque mais aussi parfois de manière plus conviviale (visite de l'OPABT, visite de l'IUT de Belfort…)

Avec le soutien : Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées du Territoire de Belfort

JARDIN ACCESSIBLE NOUVEAU

La Ville de Belfort a créé un **jardin accessible**, espace ouvert qui réunit des **espaces potagers, arborés et fleuris** permettant une **accessibilité universelle** à disposition des associations.

Ce jardin d'une superficie d'environ 1 800 m² est situé **vers l'Etang des Forges**, près des jardins ouvriers situés à l'orée de la Roselière. Il dispose notamment :

- de bacs de jardinage surélevés permettant de cultiver debout et offrant un accès facilité pour les personnes à mobilité réduite
- de tables, bancs pour personnes à mobilité réduite
- d'un abri de jardin
- d'une grande allée pour s'approprier plus complètement le jardin offrant ainsi une succession d'ambiances variées (bosquets d'arbrisseaux à fruits comestibles, proximité du ruisseau avec saules, verger (arbres), arbustes à fleurs…)

L'OPABT dispose de 4 bacs de plantation, dont 3 surélevés.

Chiffres 2019 : **6 sorties au jardin (juillet / août notamment)**
32 personnes au total
97% de femmes – 3% d'hommes – âge moyen : 67,7
97% d'adhérents individuels – 3% d'adhérents de clubs
84% de belfortains – 16% de non belfortains

LES ATELIERS « BENEVOLES » OPABT

Les Ateliers « Bénévoles » sont des ateliers « OPABT » animés par des retraités bénévoles, coordonnés par les professionnels de la structure.

Atelier « Café Tricot Thé »

Présentation : Son panier plein de jolies réalisations, de précieuses astuces, d'envies de partager son expérience et de papoter un peu aussi, Béatrice PROUST permet aux adhérents de découvrir l'ambiance des cafés-tricot qu'elle a fréquentés en Allemagne.

Fréquence : un jeudi sur deux, de 14h à 16h

Lieu : à l'OPABT

Chiffres 2019 : **22 séances pour 210 présences au total**
26 personnes ont assisté au moins une fois à l'Atelier
100% de femmes – âge moyen : 73,2
64% d'adhérents individuels – 36% d'adhérents de clubs
66% de belfortains – 34% de non belfortains

Atelier « Art Floral »

Présentation : Gérard HOFF, qui a précédemment travaillé aux espaces verts de la Ville de Belfort, propose un atelier d'art floral au cours duquel il apporte ses conseils avisés et son savoir-faire pour réaliser de jolies décorations de table.

Fréquence : 2 à 3 ateliers par an

Lieu : à l'OPABT

Chiffres 2019 : **2 séances pour 13 présences au total**
8 personnes ont assisté au moins une fois à l'Atelier
85% de femmes – 15% d'hommes – âge moyen : 72,9
62% d'adhérents individuels – 38% d'adhérents de clubs
77% de belfortains – 23% de non belfortains

Atelier « Dictée »

Présentation : Patricia JEANMOUGIN, adhérente de l'OPABT et par ailleurs présidente de l'association BELF'ORTHO, propose de redécouvrir les subtilités de la langue française dans la bonne humeur.

Fréquence : un jeudi sur deux, de 9h à 11h

Lieu : à l'OPABT

Chiffres 2019 : **19 séances pour 208 présences au total**
26 personnes ont assisté au moins une fois à l'Atelier
86% de femmes – 14% d'hommes – âge moyen : 72,1
81% d'adhérents individuels – 19% d'adhérents de clubs
76% de belfortains – 24% de non belfortains

Atelier « Cyber'aînés »

Présentation : Le Cyber'aînés est un lieu disposant de 4 ordinateurs équipés d'Internet mis à disposition des retraités du Département. Celles et ceux qui le souhaitent peuvent également venir avec leur propre ordinateur portable, l'OPABT leur offre la possibilité de se connecter à Internet en toute facilité. Tout les vendredis après-midi, ce lieu est animé par une équipe de 3 bénévoles : Pierre BARRAT, Jean-Jacques HEYMANS et Willy MONA.
NB. Willy MONA a cessé son implication au printemps 2019 du fait de problèmes de santé graves. Il est décédé en début d'année 2020.

Deux formules sont proposées depuis 2019 :

- ➔ Le Cyber'aînés version « collectif », de 14h à 15h30 : L'équipe de bénévoles est présente pour 8 personnes maximum afin de les aider à résoudre quelques difficultés rencontrées dans la pratique de l'informatique ; de les aider à s' « entraîner » entre 2 séances de stage informatique.

- ➔ Le Cyber'aînés version « face à face », de 15h30 à 17h : Il s'agit d'une aide, en face à face avec l'un des bénévoles pour « résoudre » quelques difficultés ou approfondir un sujet nécessitant un accompagnement individuel.

Fréquence : Tous les vendredis après-midi.

Lieu : à l'OPABT

Chiffres 2019 :

CYBER'AÎNES VERSION « COLLECTIF »
35 séances pour 207 présences au total
36 personnes ont assisté au moins une fois à l'Atelier
60% de femmes – 40% d'hommes – âge moyen : 75,5
67% d'adhérents individuels – 33% d'adhérents de clubs
70% de belfortains – 30% de non belfortains

CYBER'AÎNES VERSION « FACE À FACE »
17 séances pour 23 présences au total
17 personnes ont assisté au moins une fois à l'Atelier
70% de femmes – 30% d'hommes – âge moyen : 74,9
83% d'adhérents individuels – 17% d'adhérents de clubs
61% de belfortains – 39% de non belfortains

Ateliers « Gym Douce » & « Gym d'entretien »

Présentation : Ces ateliers visent à entretenir son corps, l'assouplir, le muscler tout en douceur.

À la suite d'une hausse de fréquentation en 2018, l'association a proposé 2 créneaux de gym en 2019 :

- ➔ Un premier, toujours animé par Jeannette PAILLE, bénévole depuis 2015 (Gym douce)
- ➔ Un second (Gym d'entretien), animé au 1er trimestre 2019 par Constance FRANCOIS, bénévole puis le reste de l'année par un Éducateur en Activités Physiques Adaptées (à la suite du départ de la région de la bénévole suscitée).

Fréquence : Tous les vendredis matin, de 9h à 10h (Gym douce) et de 10h15 à 11h15 (Gym d'entretien)

Lieu : à l'OPABT

Chiffres 2019 :
81 séances pour 992 présences au total
56 personnes ont assisté au moins une fois à ces Ateliers
91% de femmes – 9% d'hommes – âge moyen : 72,5
87% d'adhérents individuels – 13% d'adhérents de clubs
88% de belfortains – 12% de non belfortains

Atelier « Travaux Manuels »

Présentation : Annie NUNINGER, qui baigne dans le « fait maison » depuis toute petite, propose de participer à une parenthèse créative autour notamment de décorations faites main.

Fréquence : Un jeudi après-midi par mois

Lieu : à l'OPABT

Chiffres 2019 : **11 séances pour 88 présences au total**
14 personnes ont assisté au moins une fois à l'Atelier
100% de femmes – âge moyen : 69,3
100% d'adhérents individuels
44% de belfortains – 56% de non belfortains

Atelier Chant « Bon air, bonne humeur »

Présentation : Martine BENOIT, par ailleurs Secrétaire de l'OPABT, férue de musique depuis plus de 15 ans, partage cette passion avec les adhérents. Au fil des séances, elle les initie à différentes techniques pour assouplir le corps et la voix avant de chanter tous ensemble des chants populaires.

Fréquence : Un lundi sur deux, de 14h à 16h

Lieu : à l'OPABT

Chiffres 2019 : **26 séances pour 331 présences au total**
28 personnes ont assisté au moins une fois à l'Atelier
100% de femmes – âge moyen : 70,4
97% d'adhérents individuels – 3% d'adhérents de clubs
65% de belfortains – 35% de non belfortains

Atelier d'écriture « Pirouettes de Plumes »

Présentation : Atelier animé successivement par Claude BOBILLIER et Françoise LOUIS, bénévoles. Un rendez-vous convivial 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.

Fréquence : Un jeudi sur deux, de 9h à 11h

Lieu : à l'OPABT

Chiffres 2019 : **23 séances pour 200 présences au total**
20 personnes ont assisté au moins une fois à l'Atelier
80% de femmes – 20% d'hommes – âge moyen : 71,1
98% d'adhérents individuels – 2% d'adhérents de clubs
84% de belfortains – 16% de non belfortains

Atelier marche « Les pieds sur Terre »

Présentation : Luc BITTIGER propose aux adhérents de marcher, en groupe, en toute convivialité, avec toujours des explications et anecdotes au fil des promenades.

Fréquence : Un mardi après-midi sur deux

Lieu : en extérieur

Chiffres 2019 : **23 séances pour 454 présences au total**
53 personnes ont assisté au moins une fois à l'Atelier
65% de femmes – 35% d'hommes – âge moyen : 69,2
88% d'adhérents individuels – 12% d'adhérents de clubs
83% de belfortains – 17% de non belfortains

LES ATELIERS « PONCTUELS » OPABT

Sous cette dénomination se regroupent les évènements annuels, les activités proposées de manière moins régulière voire les actions ponctuelles sous la responsabilité des salariées, avec le soutien éventuel de bénévoles.

Rencontres conviviales

Présentation : L'OPABT organise des rencontres conviviales, dans ses locaux, afin que les adhérents puissent se retrouver et échanger. Les participants apportent collations ou boissons qui seront partagées au cours de l'après-midi. Généralement, une animation est également programmée (chorale, chanteur…)

Fréquence : 4 fois par an (Galette des rois, Pot d'été, Pot d'Automne, Pot de Noël)
NB. En 2019, le pot d'été a dû être annulé du fait de la canicule (salle non adaptée aux fortes chaleurs)

Lieu : à l'OPABT

Chiffres 2019 : **3 rencontres pour 165 présences au total**
73% de femmes – 27% d'hommes – âge moyen : 73,3
85% d'adhérents individuels – 15% d'adhérents de clubs
75% de belfortains – 25% de non belfortains

Concours de Tarot

Présentation : Concours de Tarot organisé le 06/04/2019.

Fréquence : 1 fois par an

Lieu : à l'OPABT

Chiffres 2019 : **32 participants**

Concours de Belote

Présentation : Concours de Belote organisé le 04/10/2019.

Fréquence : 1 fois par an

Lieu : à la Cafétéria de CORA Andelnans

Chiffres 2019 : **50 participants**

Les concours de cartes attirent :
55% de femmes – 45% d'hommes
Âge moyen : 76,7
7% d'adhérents individuels – 93% d'adhérents de clubs
34% de belfortains – 66% de non belfortains

AUTRES ACTIVITES

L'information

En parallèle de l'animation culturelle et de loisirs, l'OPABT a également une mission d'information. Il s'agit d'ailleurs d'une mission quotidienne de l'équipe de permanents présente pour **répondre à toutes les questions de retraités et/ou de leur entourage et les orienter si besoin vers d'autres organismes**.

L'OPABT répond également aux nombreuses **sollicitations d'étudiants** souhaitant mieux connaître la structure, rencontrer le public retraité ou organiser une action ponctuelle avec ou au sein de l'association.

L'OPABT transmet un **Bulletin d'Information** à l'ensemble des adhérents. Informations que l'on retrouve également sur le **site internet** de l'association ou sur le **réseau social Facebook**.

Relations avec les clubs et associations fédérés

La Présidente Michèle GASSER se rend dans les clubs et associations sur invitation de leurs dirigeants, soit pour assister aux **Assemblées Générales**, soit pour participer aux activités proposées, échanger avec les adhérents en toute convivialité.

Le Trésorier Jean-Jacques HEYMANS accompagne 3 Trésoriers de clubs (Châtenois les Forges, Evette-Salbert, Vézelois) dans **l'utilisation d'une application de gestion financière**. Il s'agit de la même application que celle utilisée par l'OPABT et qui a été développée par le suscité.

Par ailleurs, une **réunion à l'attention des Présidents de Clubs et Associations** a été organisée à l'OPABT le 18/02/2019. L'objectif était de leur présenter des activités réalisables dans leurs locaux : les Ateliers Bons Jours et les Ateliers informatiques.

Les commissions de travail

L'OPABT est représenté auprès de diverses instances. Ainsi en 2019, l'OPABT a participé :

- ➔ Aux **réunions** organisées par la **Ville de Belfort** : réunions de préparation du Forum Senior, réunions de préparation du banquet des aînés, réunions relatives au projet de jardin accessible, réunions de la commission « accessibilité » (CCAS)
- ➔ Aux **réunions** organisées par le **Conseil Départemental** : CDCA (conseil départemental de la citoyenneté et de l'autonomie), COPIL Mobilité…
- ➔ Aux **réunions** du Comité d'usagers mis en place par **Domicile 90**
- ➔ Aux **réunions** de la **Confédération de gérontologie**
- ➔ Aux **réunions** du COPIL Support'air d'**Unis-Cité**

Autres interventions et participations

L'équipe de l'OPABT était présente :

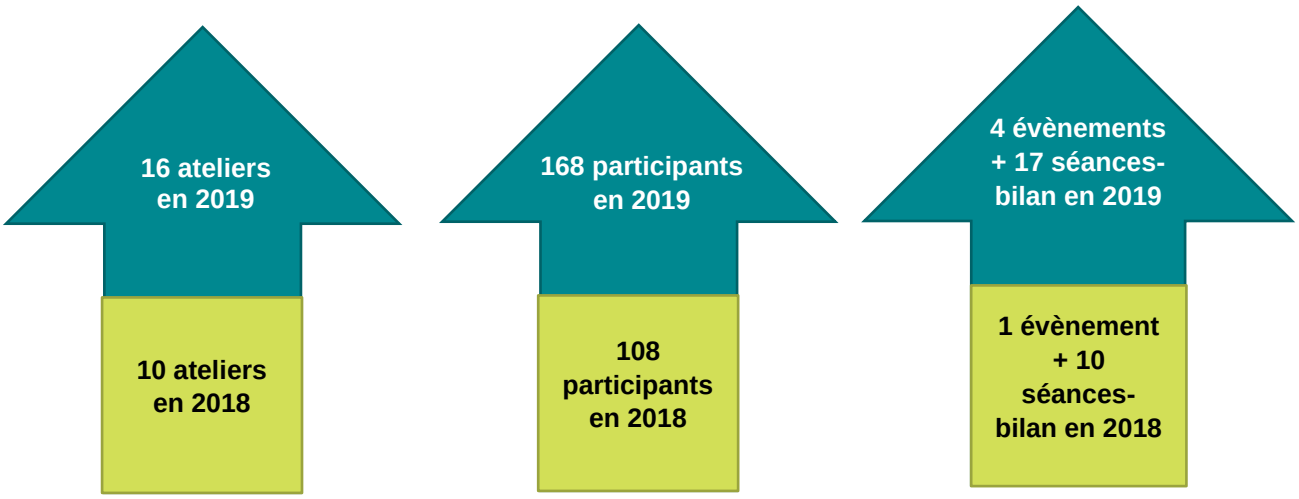
- ➔ Au Tournoi des Aînés organisé à l'**EHPAD de la Miotte** à Belfort
- ➔ Au **Banquet des Aînés** organisé par la **Ville de Belfort** (animation du concours de cartes)
- ➔ Au **Forum Senior** organisé par la **Ville de Belfort** (tenue de 2 stands (OPABT et Ateliers Bons Jours) – Animation d'une réunion thématique – Animation de l'espace cyber…)

ENSEIGNEMENTS 2019

LA PARTICIPATION

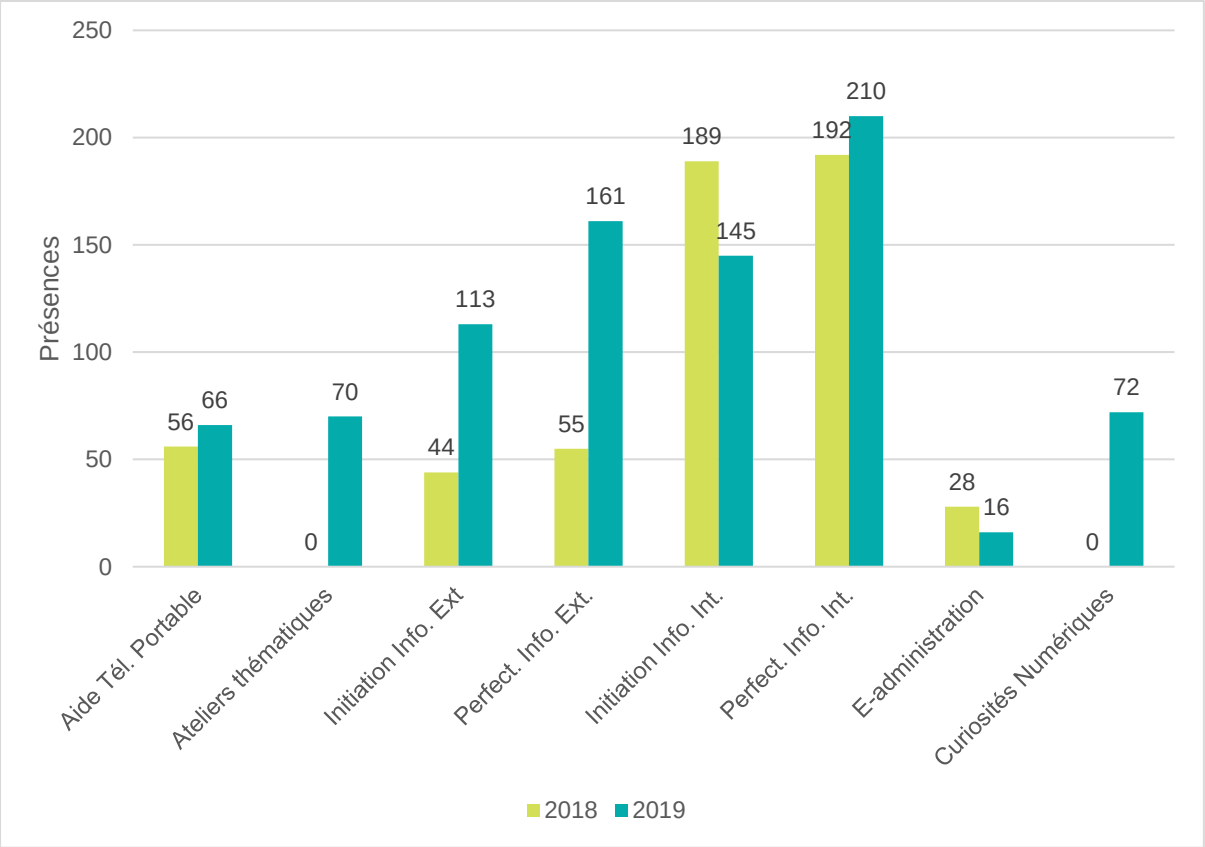
Les Ateliers Bons Jours

16 Ateliers Bons Jours ont été organisés en 2019 (contre 10 en 2018) faisant passer la participation de 108 à **168 participants**. **Le nombre d'évènements et séances-bilan a également augmenté en 2019.**



Les Ateliers « Animation »

Le programme **E-SENIORS 90** (cf. pages 12 à 15) représente, en nombre de présents, **64% des Ateliers « Animation »** (contre 42% en 2018).



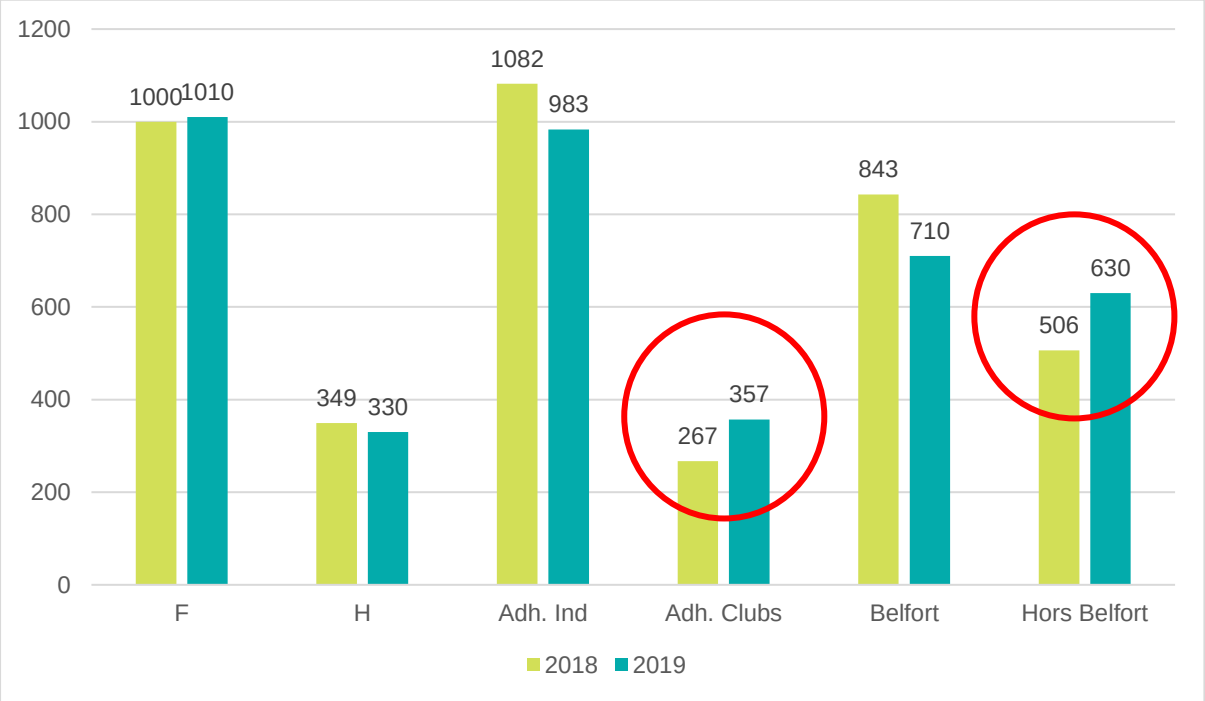
À retenir :

Le nombre de présences au programme E-SENIORS 90 a augmenté entre 2018 et 2019 passant de 564 à 853 présents. Ceci s'explique par :

- ➔ L'arrivée de 2 nouvelles activités (les ateliers thématiques et les Curiosités Numériques)
- ➔ Une forte progression des ateliers informatiques réalisés à l'extérieur de l'OPABT
- ➔ Une augmentation des aides individuelles à l'utilisation d'appareils numériques

On note également que ce programme attire plus d'hommes qu'habituellement mais également plus d'adhérents de clubs et de non-belfortains que sur d'autres activités.

Voyons d'ailleurs la répartition globale sur les Ateliers « Animation » :



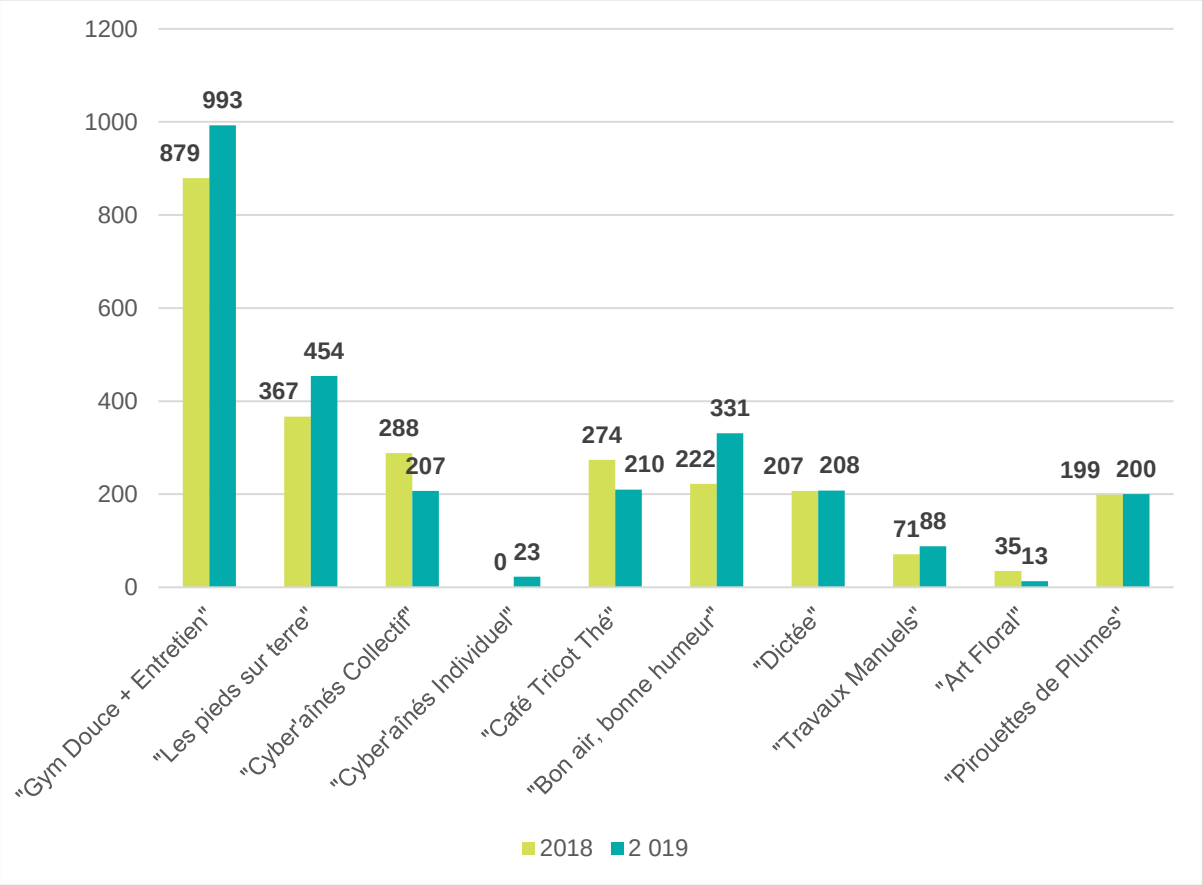
En tant qu'association départementale, l'OPABT souhaitait pouvoir proposer des services en dehors de ses locaux, directement auprès des populations. C'est ainsi qu'en 2018, l'OPABT :

- **est devenu Coordination Départementale des Ateliers Bons Jours**
- **a recruté une animatrice numérique pour (re)développer les ateliers informatiques itinérants.**

Ainsi en 2019 : 14 Ateliers Bons Jours / 16 ont été organisés hors des locaux OPABT et 11/16 hors de Belfort. De même, le programme E-SENIORS 90 a permis de voir la participation des non-belfortains et des adhérents de clubs augmenter.

Les Ateliers « Bénévoles »

Ces ateliers ont totalisé **2 727 présences** en 2019 (contre 2 371 en 2018).

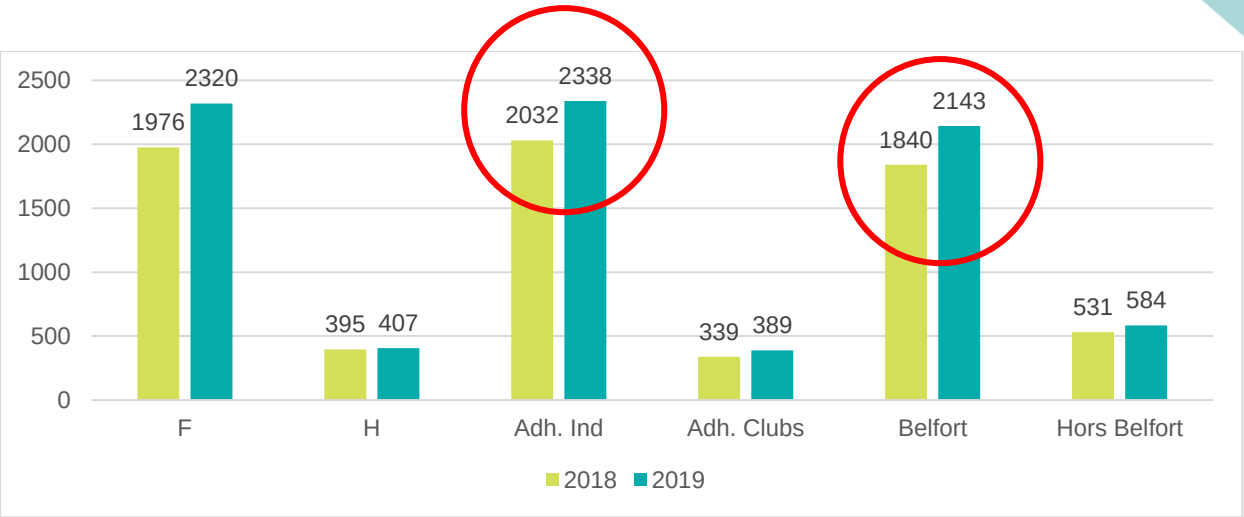


À retenir :

- ➔ Les activités physiques douces sont en progression (gym, marche « Les Pieds sur Terre ») ainsi que l'activité chant « Bon air, bonne humeur » et l'activité « Travaux Manuels »
- ➔ L'activité « Café Tricot Thé » voit sa participation baisser quelque peu ainsi que l'activité « Cyber'aînés »
- ➔ Les activités d'écriture et de dictée restent stables

On note également que ces ateliers attirent majoritairement les belfortains et les adhérents individuels.

Voyons là aussi la répartition globale sur les Ateliers « Bénévoles » :



Depuis 2018 (confirmé en 2019) et toujours plus en ce début 2020, l'OPABT assure l'accueil, l'information, l'organisation d'activités au sein de ses locaux mais aussi à l'extérieur.

LES ATTENTES DES ADHERENTS

Justine DESSERTENNE, Stagiaire à l'OPABT, a fait passer un questionnaire auprès des participants aux Ateliers « Animation » et « Bénévoles » de l'OPABT (en novembre et décembre 2019).

97 personnes ont été interrogées. L'échantillonnage est représentatif tant sur la répartition Hommes/Femmes que sur les âges ou encore sur la commune d'habitation (Belfort / Hors Belfort). Les résultats détaillés sont présentés en annexes page 38.

À retenir :

- ➔ 83,5% des personnes interrogées souhaitent la mise en place d'activités nouvelles
- ➔ Les activités les plus plébiscitées sont les suivantes :

Activités créatives
- Cuisine
- Photographie
- Poterie
- Peinture

Langues
- Anglais
- Langues des Signes

Bien-être
- Sophrologie
- Yoga
- Automassage

Prévention & Information
- Informatique & Numérique
- Aides & dispositifs destinés aux retraités
- Prévention Routière

Lecture / Ecriture
- Assistance Administrative
- Généalogie

Sorties
- Sorties à la journée
- Visites culturelles de Belfort et alentours
- Courts séjours
- Cinéma / Théâtre

Echanges, discussions
- Rencontres thématiques
- Partage recettes et astuces de cuisine

PERSPECTIVES 2020

L'OPABT, UNE ASSOCIATION QUI EVOLUE CONTINUELLEMENT

L'OPABT est un véritable outil des politiques gérontologiques qui répond à des enjeux forts :

- Lutte contre la fracture numérique générationnelle
- L'accès à des activités collectives
- La prévention de la perte d'autonomie
- La lutte contre l'isolement

Aujourd'hui l'OPABT, ce sont des activités régulières au siège belfortain mais aussi à l'extérieur, dans diverses communes terrifortaines.

Une activité et une participation en hausse
Une image « positive & dynamique » de l'association

Des adhérents en demande d'activités complémentaires

Des sollicitations de partenariats, d'interventions de plus en plus nombreuses

L'OPABT c'est aussi, et c'est à souligner, une association dont la gestion est saine et réalisée avec un réel professionnalisme.

MAIS aujourd'hui les moyens humains, matériels et financiers ne sont plus suffisants pour permettre à l'OPABT de poursuivre son développement ! Non pas pour l'association elle-même mais pour répondre aux grands enjeux liés au vieillissement de la population, pour permettre aux retraités de rester acteurs de leur quotidien !

LES POINTS DE VIGILANCE

Les ressources humaines

L'association dispose actuellement de 3 salariées (**2,8 ETP**) pour **des missions au siège** de l'OPABT **mais aussi « hors des murs ».** Des missions qui sont **diverses** : l'accueil, l'information et l'orientation, l'animation d'activités, la coordination d'activités, la communication, la gestion administrative et financière pour ne citer que les principales.

La force de l'équipe salariée est **sa connaissance du public** ; **ses compétences**, notamment en termes de méthodologie de projet ; **sa motivation**. Aujourd'hui, faute de temps, elle se trouve quelques fois obligée de :

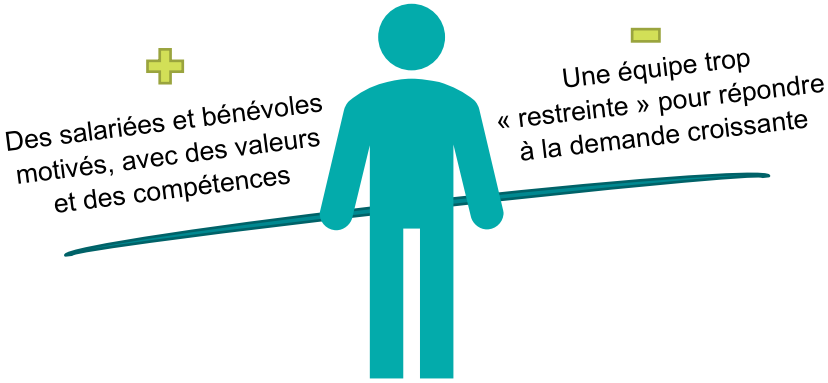
- ➔ « reculer » la mise en place d'une ou plusieurs activités nouvelles
- ➔ refuser des interventions/partenariats

NB. Dans le rapport d'activités 2018, le point de vigilance suivant avait été énoncé : « L'OPABT doit impérativement veiller au juste équilibre entre les activités du siège et celles organisées en extérieur sans perdre en qualité de service et/ou en convivialité »

En 2019, l'équipe de l'OPABT s'est notamment « concentrée » sur les activités extérieures au siège. Le constat en fin d'année est le suivant :

- ➔ *Si la participation à l'ensemble des activités a augmenté, le nombre d'adhérents individuels a baissé pour la première fois.*
- ➔ *Des activités (dont l'équipe sait que la demande existe) n'ont pas été mises en place.*

L'association dispose également, pour ses activités au siège, d'une équipe de **12 bénévoles** : des retraités qui animent des ateliers pour d'autres retraités. Ces bénévoles sont tous **fortement impliqués dans l'association**, même en dehors de leurs ateliers. Pour répondre à certaines attentes exprimées par les adhérents (voir page 30), l'OPABT devrait étoffer le cercle des bénévoles animateurs, ce qui demande du temps et un engagement certain (l'enquête en annexe montre toute la difficulté de trouver des volontaires). **Les ressources humaines bénévoles dépendent étroitement des ressources humaines salariées.**



Les ressources matérielles

Les locaux mis à disposition par la Ville de Belfort – 3 place de la Commune à Belfort – **ne sont plus adaptés** à l'évolution de l'activité.

Premièrement, les **salles d'activités** sont **trop petites** et **en nombre insuffisant**.

NB. Dans le rapport d'activités 2018, ce point était déjà abordé : « Une majorité des activités se déroule dans la salle d'animation de 27 m². Cette salle peut contenir une douzaine de personnes autour de tables.
L'espace vitré accueille les activités informatiques. Il contient également tables et chaises supplémentaires. Cet espace peut difficilement accueillir de nouvelles activités du fait du passage qui occasionne du bruit (il s'agit également de l'entrée de l'association).
La salle d'animation de 94 m² partagée avec Belfort Information Jeunesse n'est utilisée que pour les activités nécessitant du matériel comme la gym, les ateliers équilibre… ou pour les actions regroupant entre 50 et 80 personnes (conférence, rencontre conviviale…). L'OPABT ne peut malheureusement utiliser cette salle quotidiennement du fait de son partage.

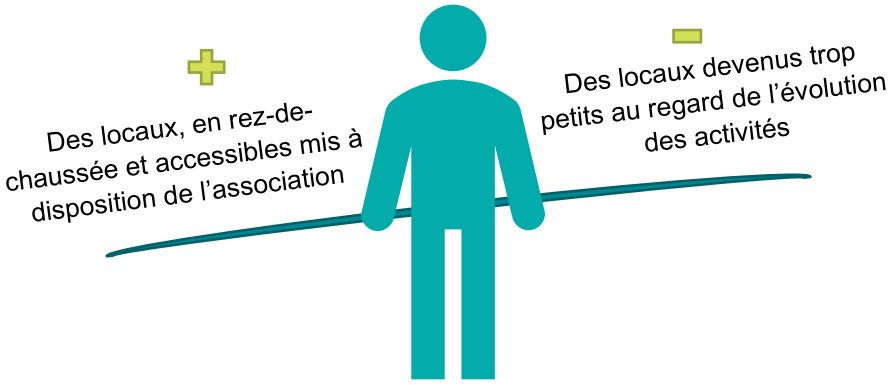
Secondement, les 2 bureaux respectivement de 24m² et 30m² accueillent l'ensemble du personnel (mais aussi certains membres du Bureau, d'éventuels stagiaires et/ou Volontaires). Aussi, ces espaces servent-ils de lieux d'accueil et d'information (l'OPABT ne disposant pas d'un bureau et de personnel d'accueil), de gestion administrative et financière (inscriptions et encaissements des participants…), d'organisation et de coordination de projets, etc.
Toutes ces activités cumulées ne créent **pas des conditions de travail adéquates**.

Pour finir, les bureaux, salles et même les couloirs se trouvent encombrés de matériels nécessaires aux différents ateliers.

Les locaux rendent difficiles voire impossibles :

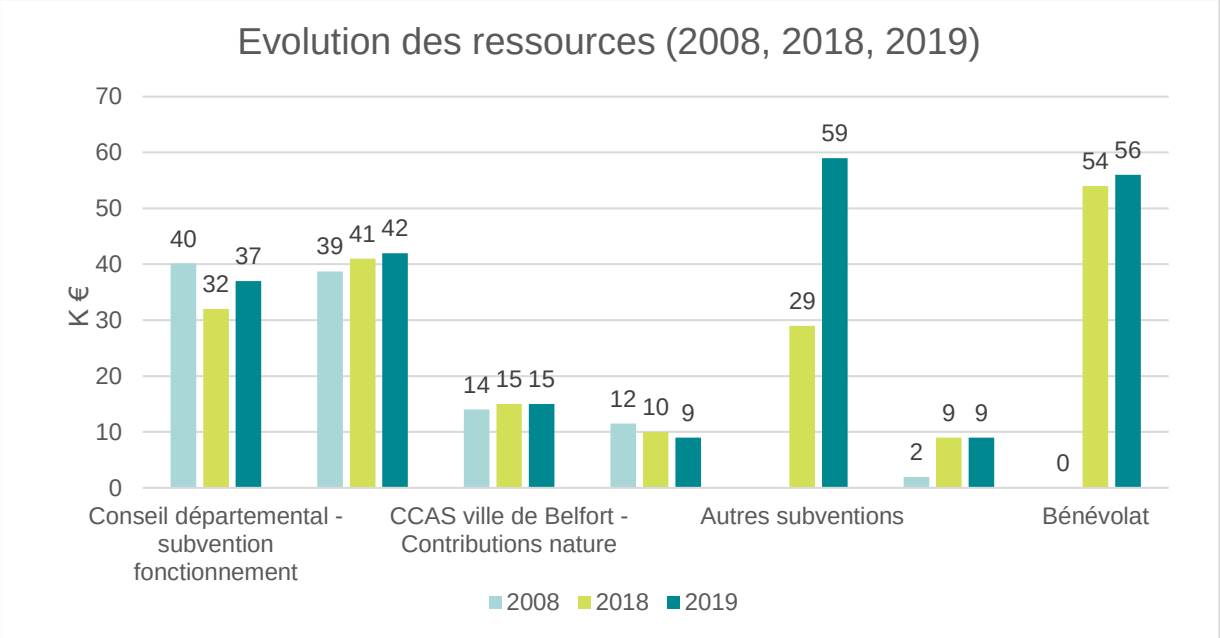
- ➔ **Le développement d'activités nouvelles pourtant demandées par les adhérents**
- ➔ **Le recrutement de nouveaux personnels (sans parler des ressources financières évoquées dans la partie suivante)**

Même si l'OPABT souhaite se rendre plus fréquemment au contact des retraités terrifortains, les locaux belfortains n'en restent pas moins importants. Ces locaux accueillent un nombre important d'usagers. **Être à leur contact permet de mieux recueillir leurs attentes et besoins, de tester certains projets innovants et même de les impliquer directement dans les projets.** Projets qui, pour certains, peuvent ensuite être essaimés sur le reste du Territoire.

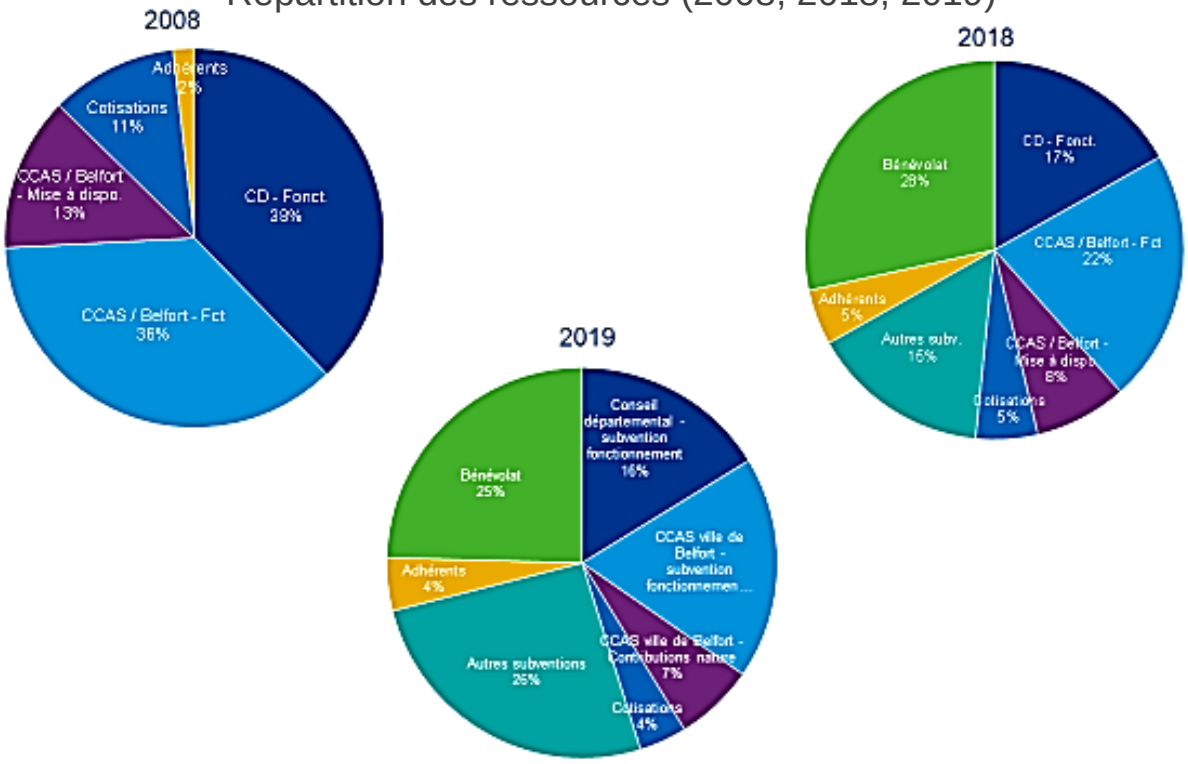


Les ressources financières

Pour poursuivre son évolution, pour disposer des ressources matérielles et humaines dont l'association a besoin, cette dernière doit disposer de ressources financières supplémentaires (et/ou éventuellement de mise à disposition de personnel – personnel administratif par exemple).



Répartition des ressources (2008, 2018, 2019)



Sur 10 ans, en valeur absolue, les subventions de fonctionnement des Collectivités Locales n'ont que peu évolué, même s'il est à noter un complément de 5 000 € en 2019 de la part du Conseil Départemental. En proportion, sur l'ensemble des ressources, la part des subventions de fonctionnement des deux Collectivités Locales sont même en baisse depuis 10 ans.

En comparaison d'autres Offices de retraités en France (dont les rapports d'activités sont visibles sur leur site Internet), les ressources humaines et le budget de l'OPABT sont « ridiculement » bas au regard des activités menées et de la participation enregistrée.

QUELLES PERSPECTIVES POUR L'OPABT ?

À « très » court terme

L'OPABT en appelle aux Collectivités Locales – **Conseil Départemental et Ville de Belfort** – pour **soutenir le fonctionnement de base de l'association**.

L'OPABT a besoin, au minimum de :

- ➔ **Locaux plus spacieux**
- ➔ **Personnel supplémentaire (donc de financements supplémentaires)**. L'équipe « idéale » serait composée de la manière suivante :
  - 1 poste de direction
  - 1 poste de Coordination des Ateliers Prévention (dont les Ateliers Bons Jours)
  - 1 poste d'Animation informatique et numérique

  } = Composition actuelle

  - 1 poste de Coordination des Activités Culturelles et de Loisirs proposées au siège de l'OPABT
  - 1 poste d'accueil et d'assistance administrative

  } = Besoins minimums pour l'activité actuelle

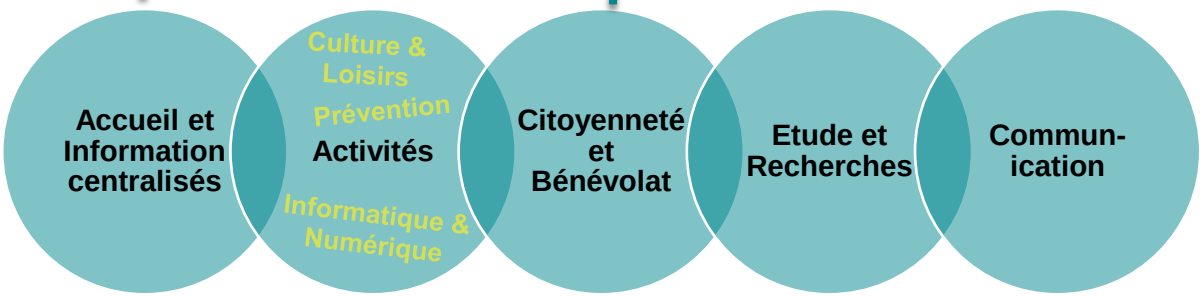
À moyen terme

L'OPABT invite les Collectivités Locales – **Conseil Départemental et Ville de Belfort** – à prendre des décisions politiques fortes et à proposer aux seniors, comme dans de nombreux territoires français, un lieu IDENTIFIE, ATTRACTIF dédié aux seniors (type Espace ou Maison Départementale).

Ce lieu pourrait regrouper différents pôles tels que :

- Accueil physique et téléphonique
- Information et/ou réorientation
- Ressources documentaires
- Ateliers de préparation à la retraite
- Permanences d'acteurs locaux sur les aides/dispositifs destinés aux seniors

- Implication des seniors tant au niveau des instances que dans la conception, la mise en place, l'animation d'activités
- Mise en place de projets citoyens et bénévoles (activités de solidarité, activités intergénérationnelles…)



- Étude des attentes et besoins
- Animation et/ou Coordination des activités dont les Ateliers Bons Jours et le programme E-SENIORS 90
- Démarche participative
- Évaluation de la satisfaction

- Accueil d'étudiants (stages, projets…)
- Participation à des études (universitaires, de partenaires…)
- Intégration des seniors dans la réflexion gérontologique

- Carte senior (sur l'exemple de la carte avantages jeunes)
- Communication papier : bulletin d'information, affiches, flyers…
- Communication numérique : site internet, réseaux sociaux, application mobile

Ce lieu, libre d'accès et proche de la population, pourrait être piloté par l'OPABT, en lien avec les Collectivités Locales et d'autres partenaires.

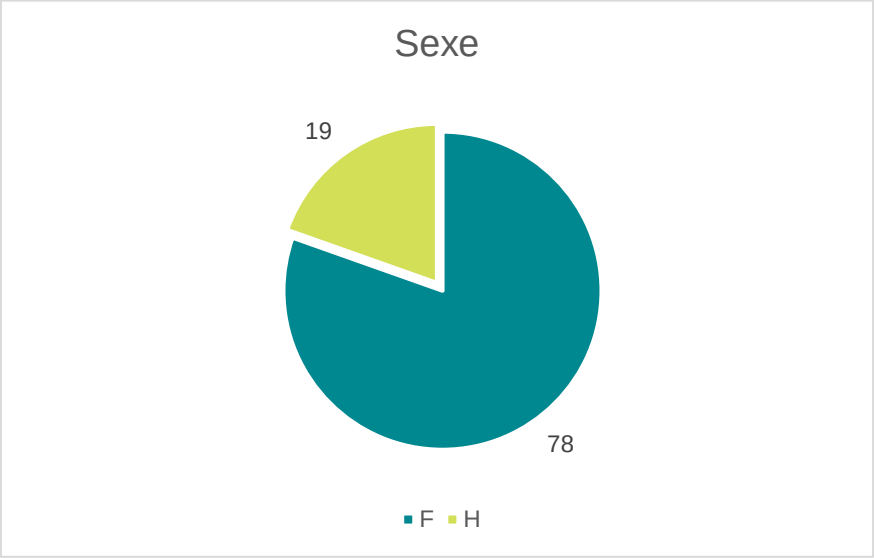
ANNEXE

Questionnaire de recueil des besoins

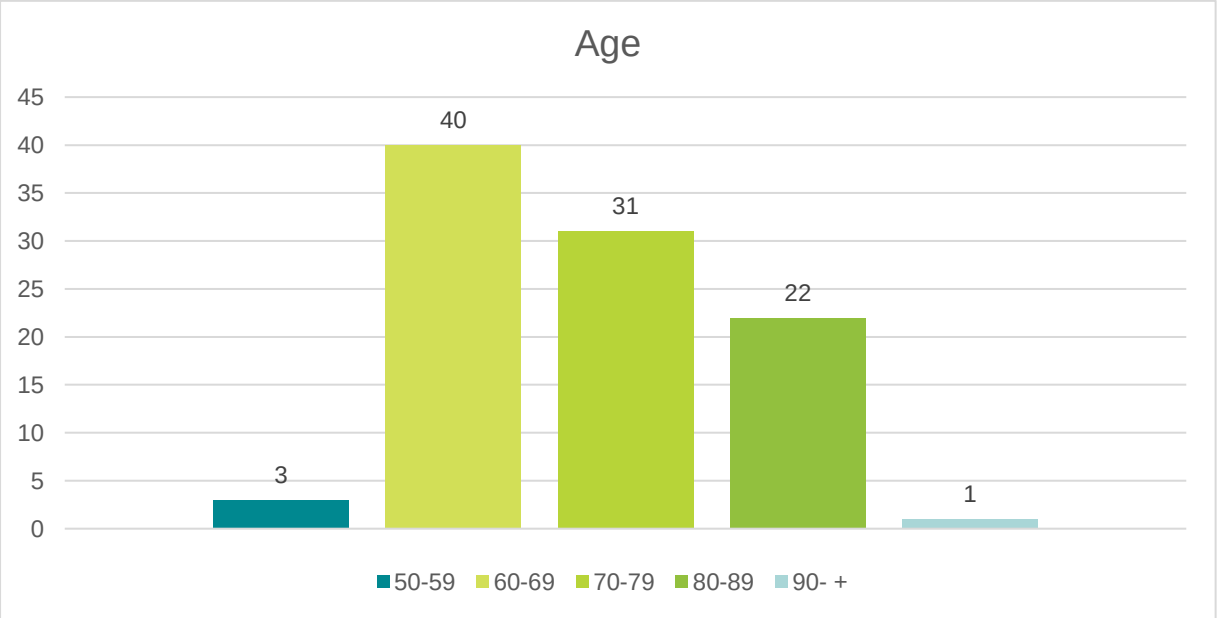
Recueil des besoins et des attentes des adhérents.

Caractéristiques des adhérents interrogés.

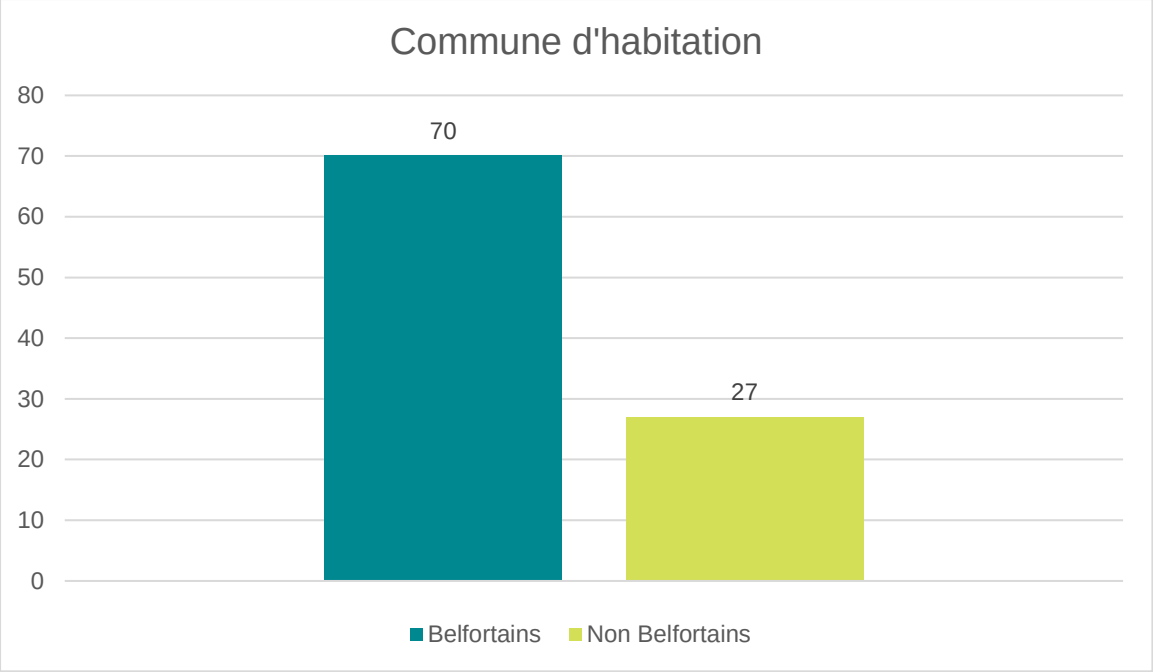
Le nombre de personnes interrogées est de 97. Sur ces 97 personnes interrogées, on peut remarquer que ce sont les **femmes** qui ont répondu majoritairement. En effet, elles sont 78 contre 19 **hommes.** L'échantillonnage est représentatif puisque parmi les participants aux activités de l'OPABT, on retrouve 80% de femmes et 20% d'hommes. (cf. rapport d'activités 2018, p.20).



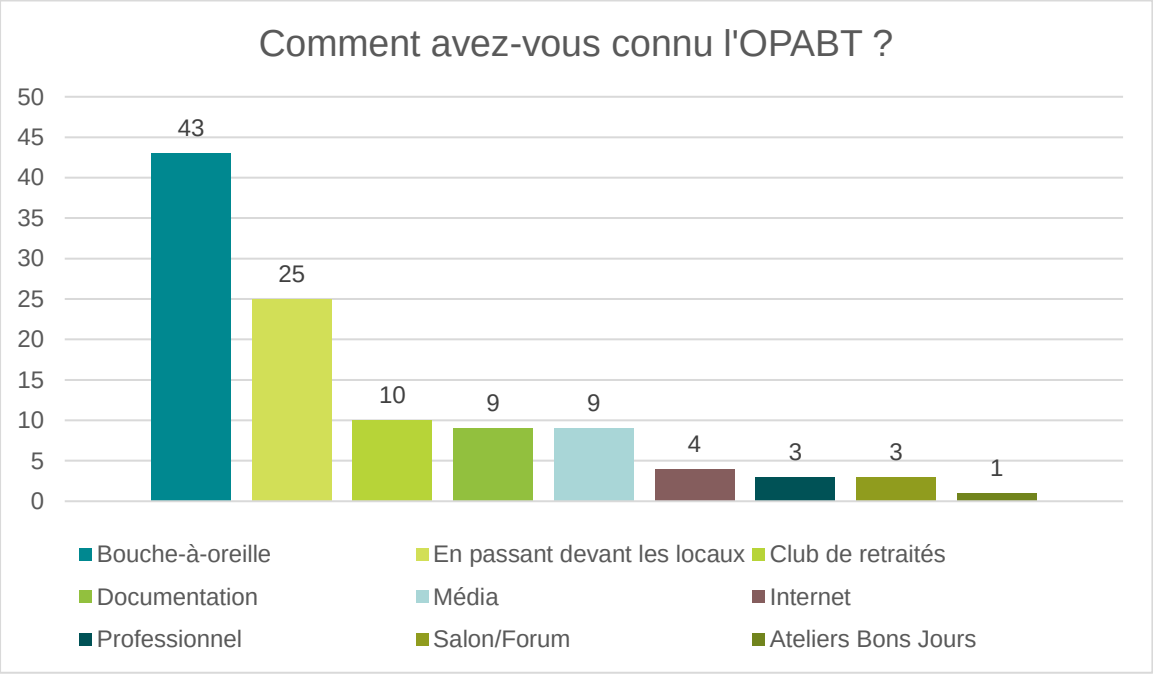
L'âge moyen des répondants est de 72 ans avec un minimum de 58 ans et un maximum de 91 ans. La tranche d'âge la plus représentée est 60-69 ans.



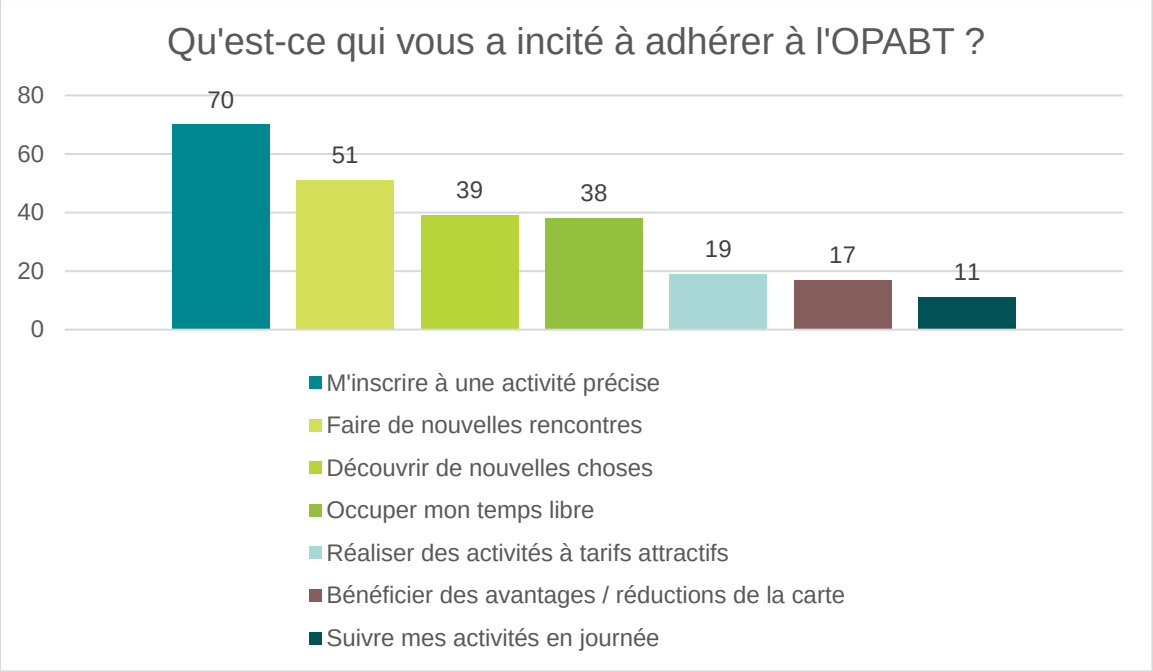
Parmi les répondants, 70 habitent la ville de Belfort et 27 sont non-belfortains. L'échantillonnage est représentatif puisque parmi les participants aux activités de l'OPABT, on retrouve 72% de Belfortains et 28% de non-belfortains. (cf. rapport d'activité 2018, p.20).



A la question « Comment avez-vous connu l'OPABT ? », la majorité des répondants déclare avoir connu l'association grâce au bouche-à-oreille et en passant devant les locaux soit respectivement 43 et 25 personnes. On constate bien que la « réputation » d'une structure est importante. Des adhérents satisfaits (ou non) en parlent dans leur entourage.



A la question « Qu'est-ce qui vous a incité à adhérer à l'OPABT ? », 70 personnes ont répondu « **s'inscrire à une activité précise** » et 51 personnes « **faire de nouvelles rencontres** ». Par ailleurs, 39 personnes déclaraient vouloir **découvrir de nouvelles choses** et 38 « **occuper leur temps libre** ».

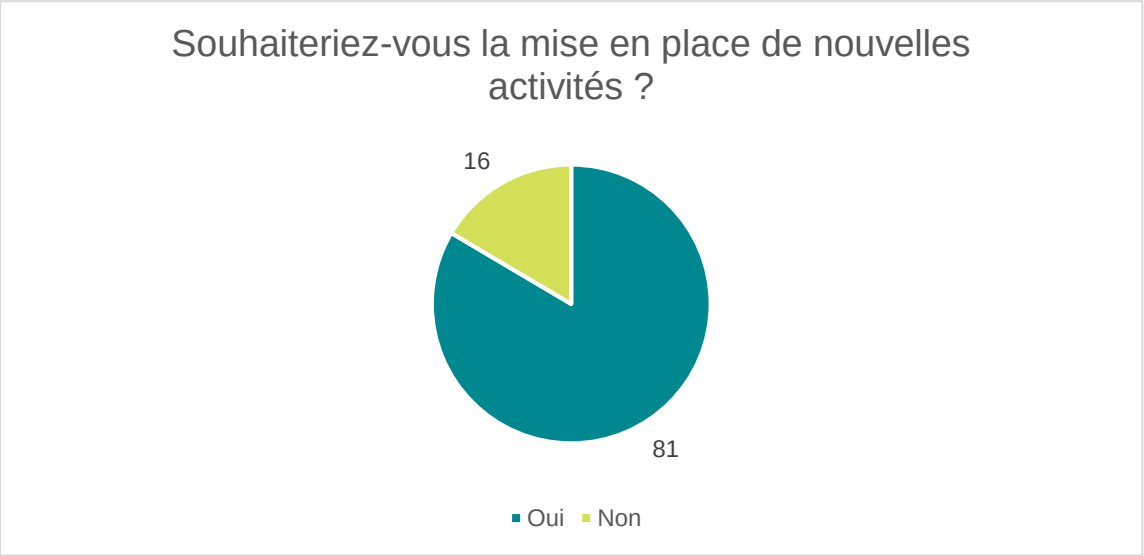


Ces réponses valident les propos énoncés en Assemblée Générale en 2019 : « L'OPABT est une association culturelle et de loisirs mais pas uniquement. Elle tend également à répondre à des enjeux essentiels que sont la lutte contre l'isolement et la perte d'autonomie. »

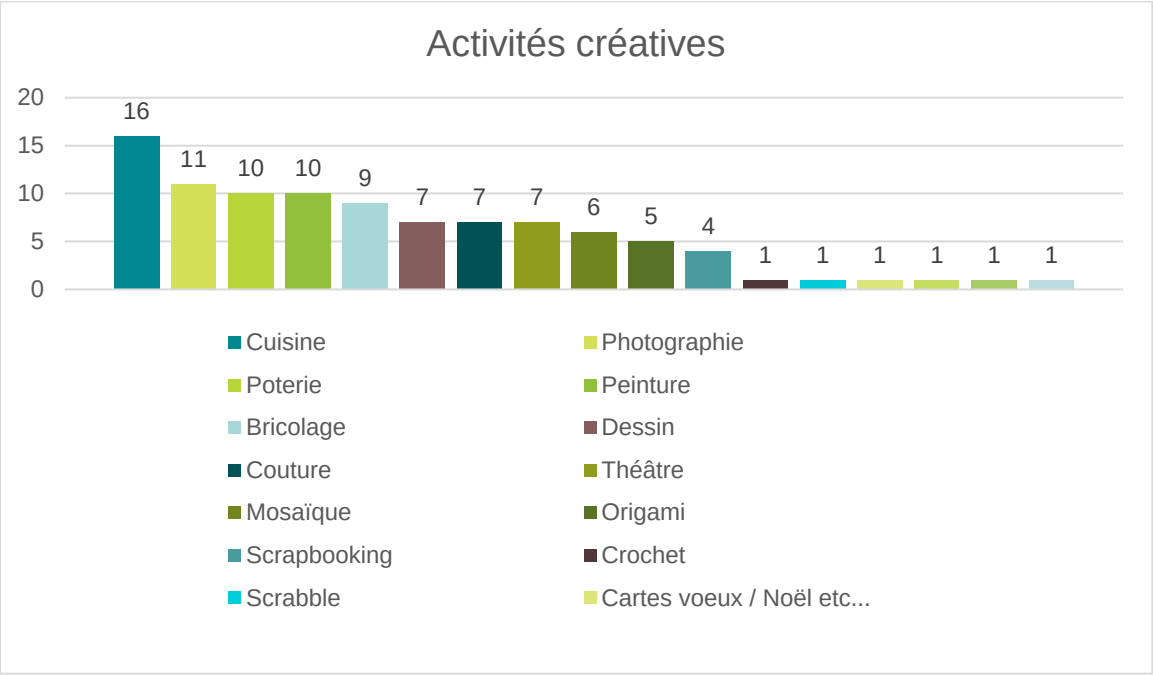
Proposition de nouvelles activités.

Ce questionnaire avait pour but de recueillir les éventuels attentes et besoins en termes de nouvelles activités à mettre en place.

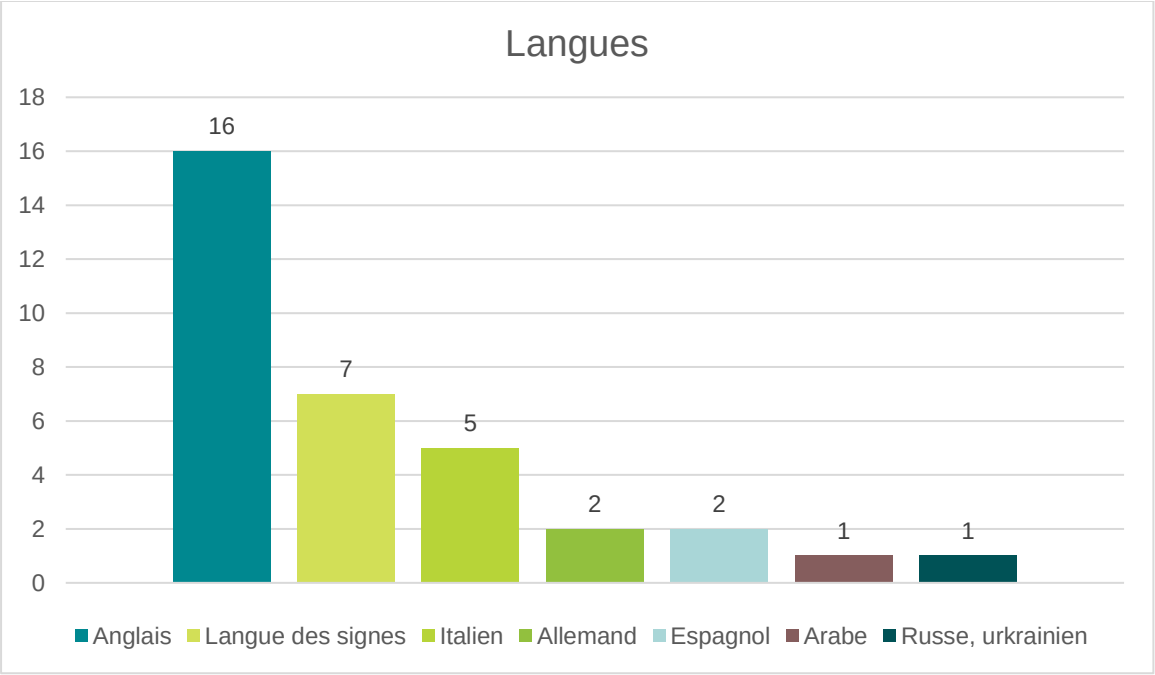
On peut constater que 81 personnes souhaitent la mise en place d'activités nouvelles.



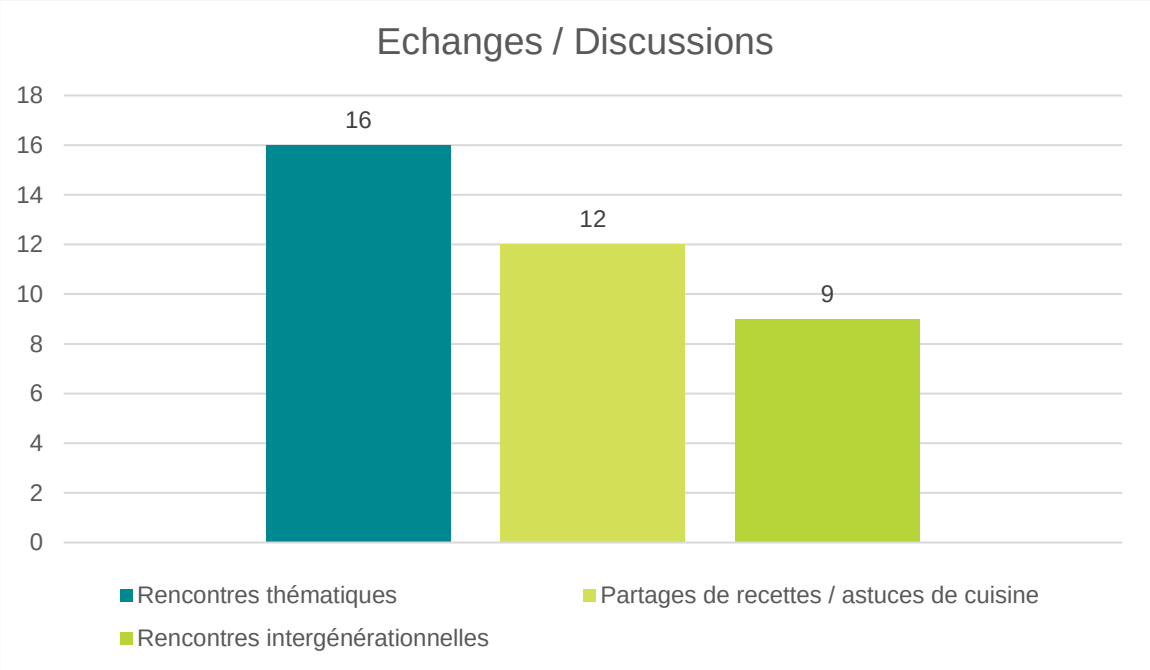
Dans la catégorie « Activités créatives », il y a 16 personnes qui aimeraient faire de la **cuisine** et 11 de la **photographie**. La **poterie** ainsi que la **peinture** intéressent chacune 10 personnes.



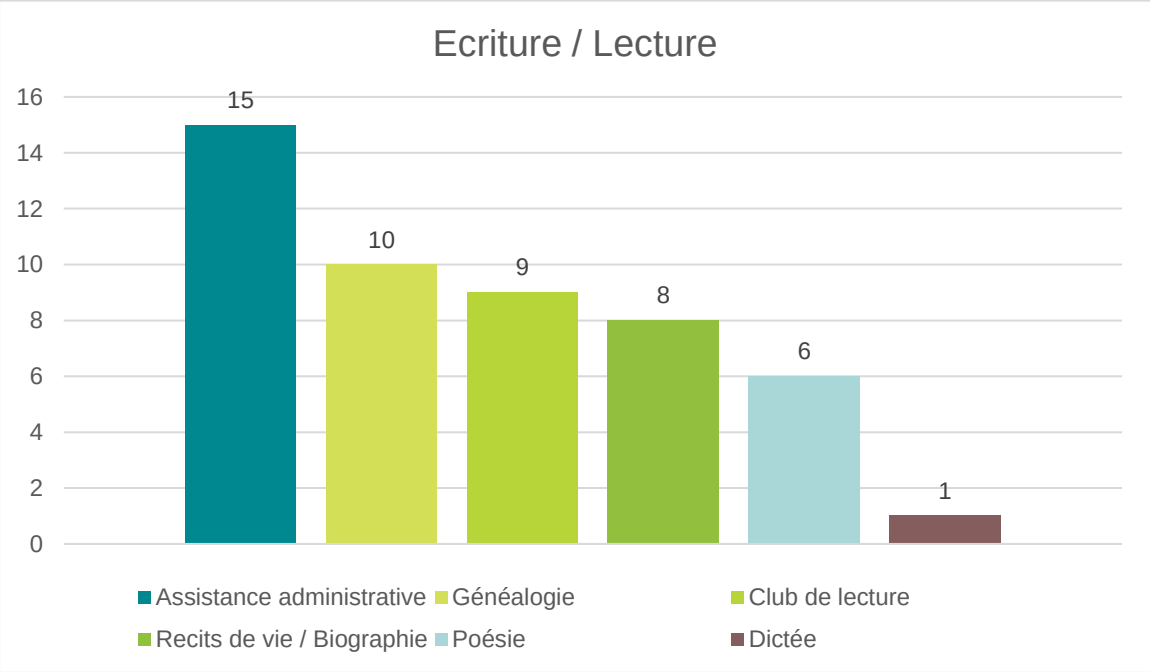
Concernant la catégorie « Langues », on remarque que 16 personnes aimeraient la mise en place d'ateliers **Anglais**. 7 personnes aimeraient que l'OPABT propose également des ateliers de **Langue des signes.**



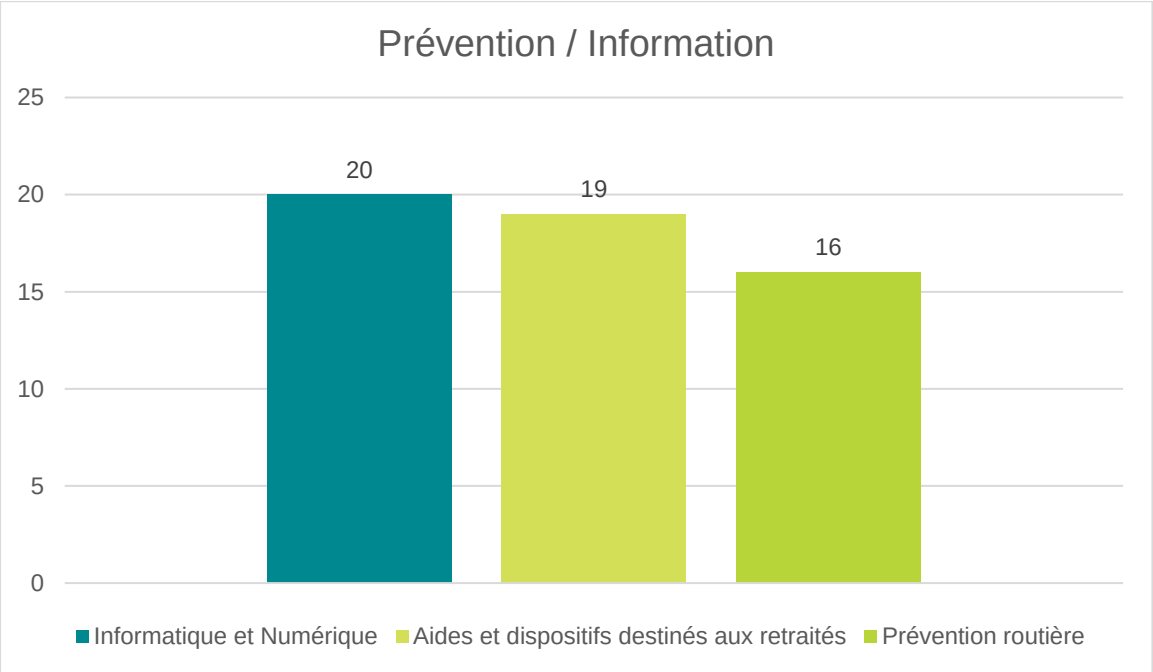
Dans la catégorie « Echanges et Discussions », 16 personnes apprécieraient des **rencontres thématiques** de type café philo, café littérature et 12 personnes aimeraient un **partage de recettes et d'astuces de cuisine**.



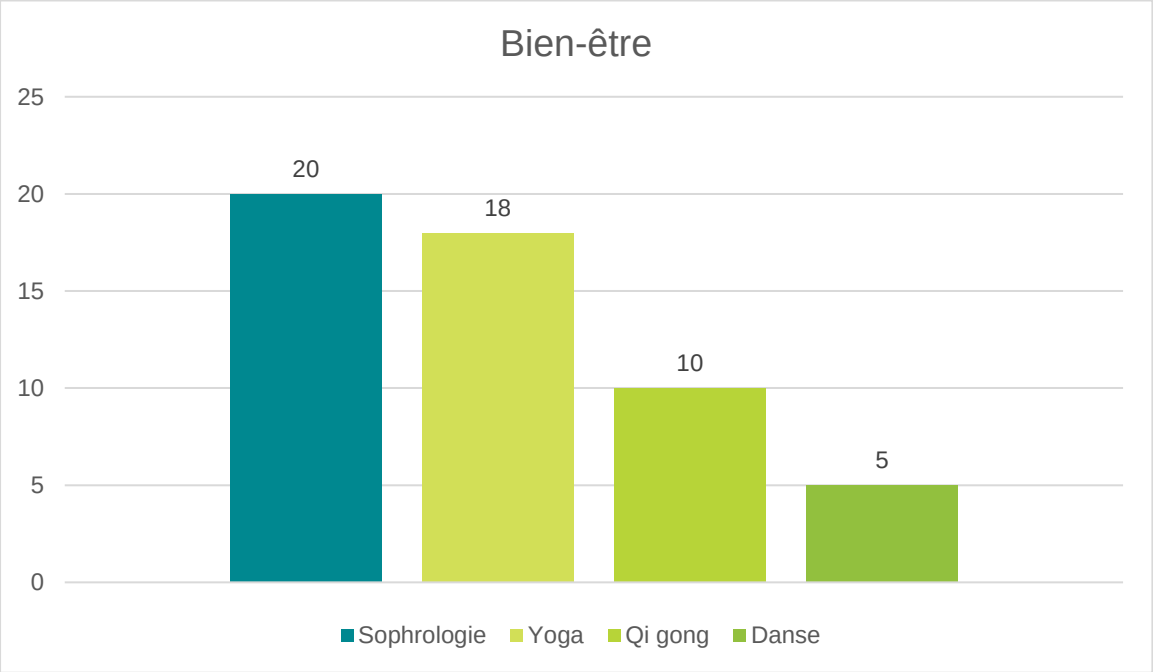
Dans la catégorie « Ecriture et Lecture », 15 personnes aimeraient des conseils et de l'aide dans **l'administratif.** L'OPABT propose de l'aide administrative en ligne. La demande, ici, concerne une aide administrative plus large (écriture de courrier administratif, aide au remplissage de formulaires…). 10 personnes sont également intéressées par la **généalogie**.



Concernant la catégorie « Prévention et Information », la proposition ayant le plus de réponses est l'**informatique et le numérique** intéressant 20 personnes, suivie d'informations sur les **aides et les dispositifs destinés aux retraités.** 16 personnes évoquent la **prévention routière**.

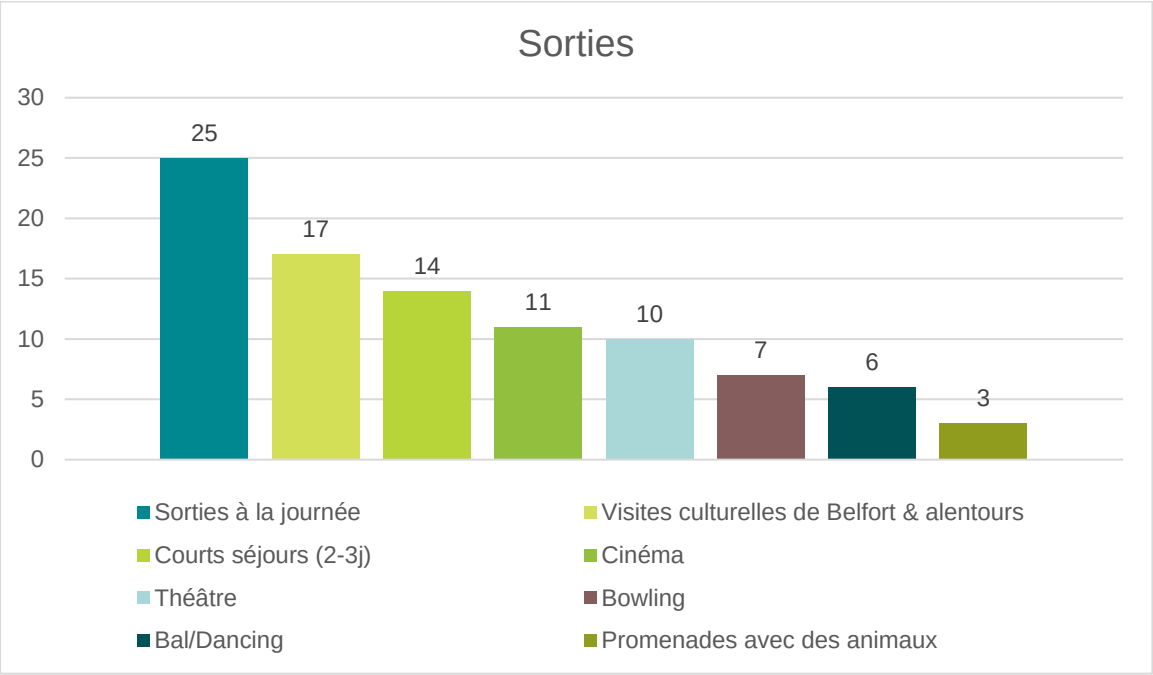


A propos de la catégorie « Bien-être », la **sophrologie** intéresse 20 personnes, le **yoga** 18 personnes et le **qi-gong** 10 personnes.

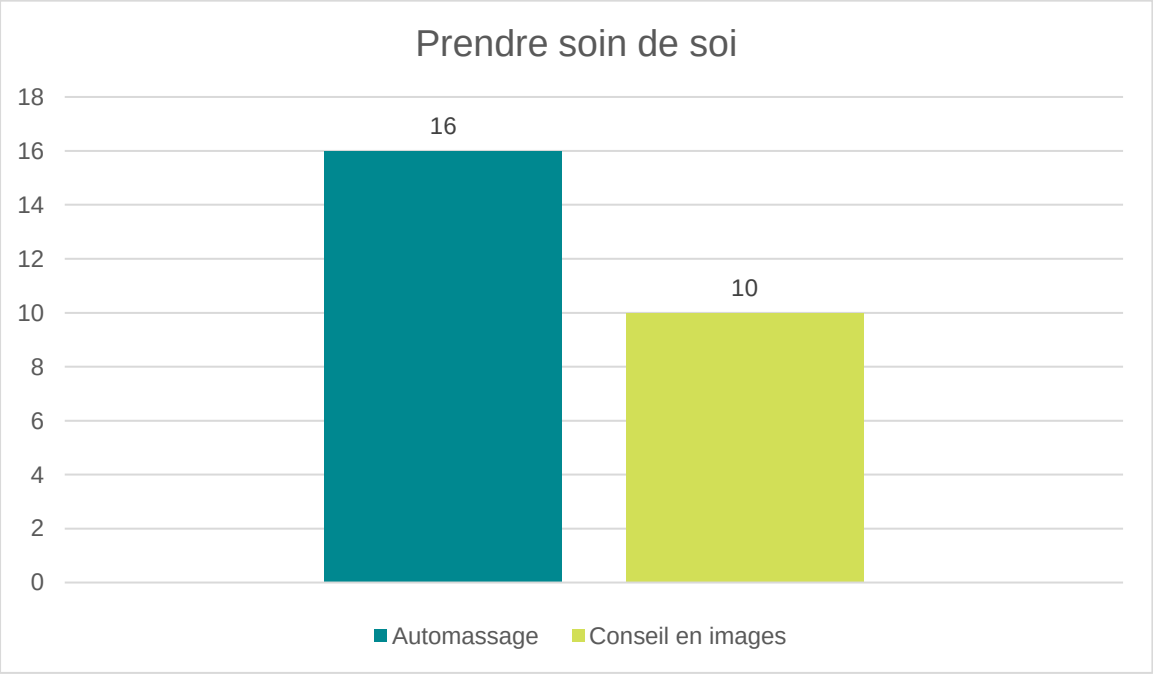


Dans la catégorie « Sorties », on peut remarquer que 25 personnes sont intéressées par des **sorties à la journée**. Il est également à noter que cette activité est celle qui, parmi toutes les activités confondues, a réuni le plus de suffrages. 17 personnes sont également intéressées par des **visites**

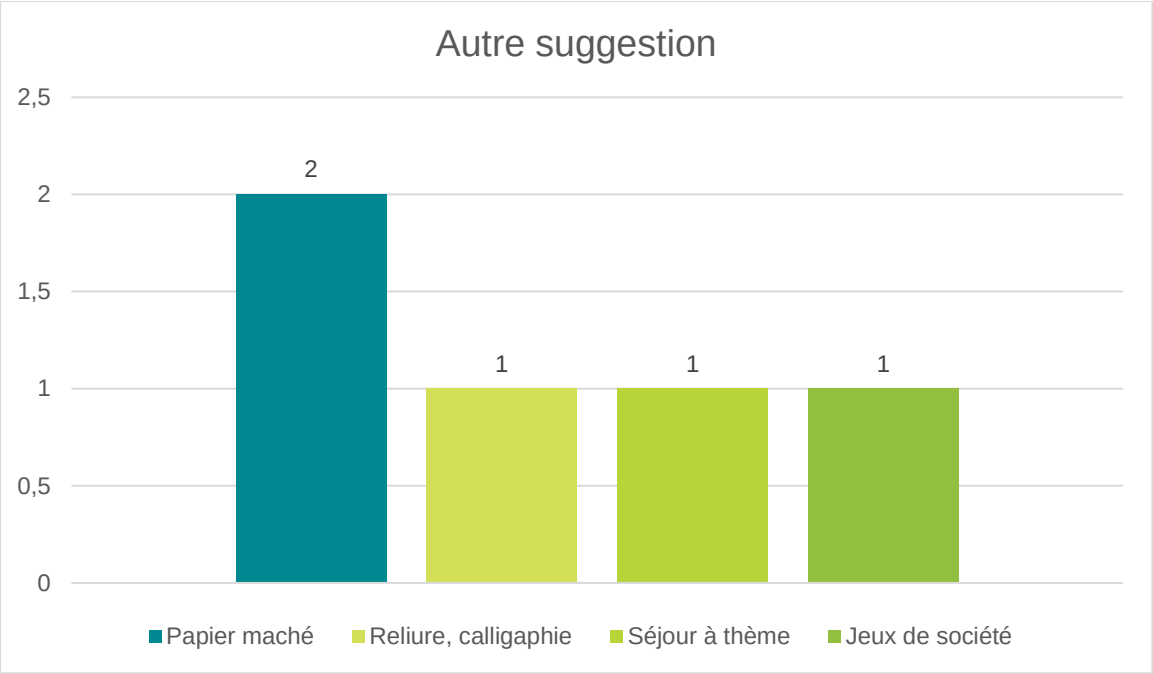
culturelles de Belfort et de ses alentours et 14 personnes par des **courts séjours.** Pour finir, 10 personnes ou plus présentent un intérêt pour les sorties au **cinéma** ou au **théâtre**.



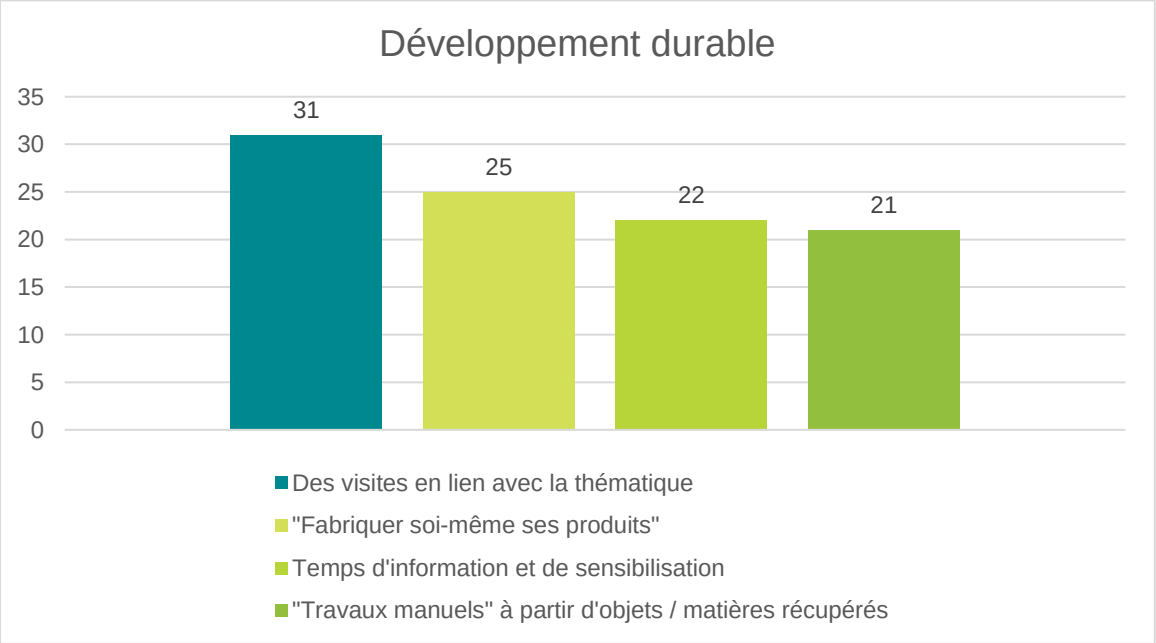
Concernant la catégorie « Prendre soin de soi », deux propositions étaient faites. Il était proposé des **automassages** et des **conseils en image**, ces derniers intéressent respectivement 16 et 10 personnes.



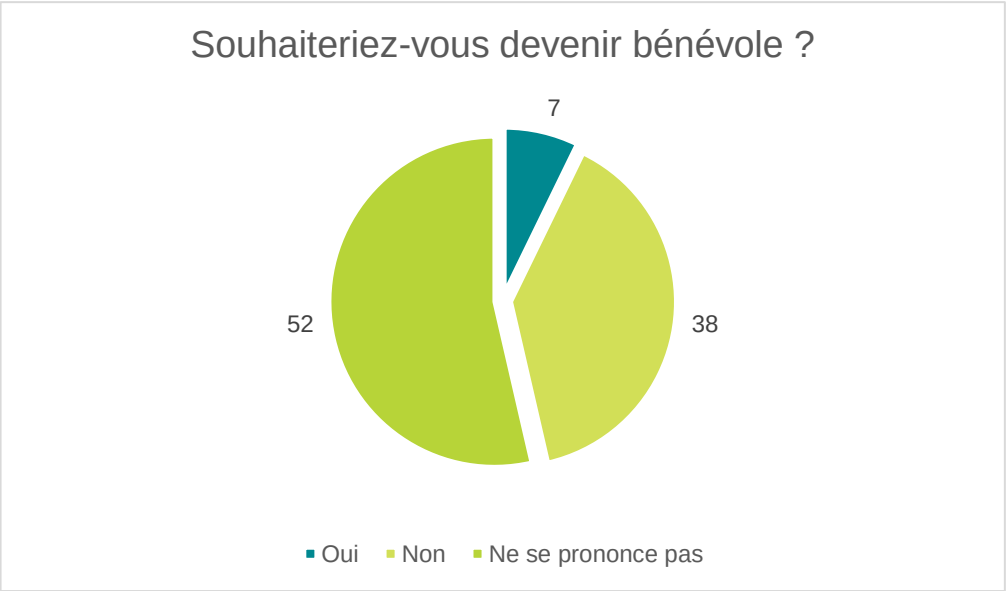
Il y avait également un champ « Autre suggestion » dans le questionnaire afin de laisser les répondants proposer des activités ou des ateliers auxquels nous n'aurions pas pensé. Sur les cinq répondants, deux sont intéressés par l'art du papier mâché. Il a également été proposé de la reliure, de la calligraphie, des séjours à thème, des jeux de société en tout genre.



Une question était dédiée à la notion de **développement durable**. Nous proposions quatre axes. 58 personnes aimeraient en savoir plus sur cette nouvelle notion. Parmi ces dernières, 31 personnes apprécieraient des **visites en lien avec la thématique**, telles que des visites de maisons de l'environnement ou de la nature, de ferme, de permacultures. 25 répondants aimeraient « **fabriquer eux-mêmes leurs produits** ». 22 personnes apprécieraient des **temps d'information et de sensibilisation**. 21 personnes sont intéressées par des activités de **travaux manuels à partir d'objets ou de matières récupérés**.



Une question mettait en avant la volonté ou non des répondants à devenir **bénévoles**, 7 personnes déclarent vouloir devenir bénévoles et 38 personnes ne le souhaitent pas actuellement. Il y a malheureusement 52 personnes qui ne se prononcent pas sur cette question.



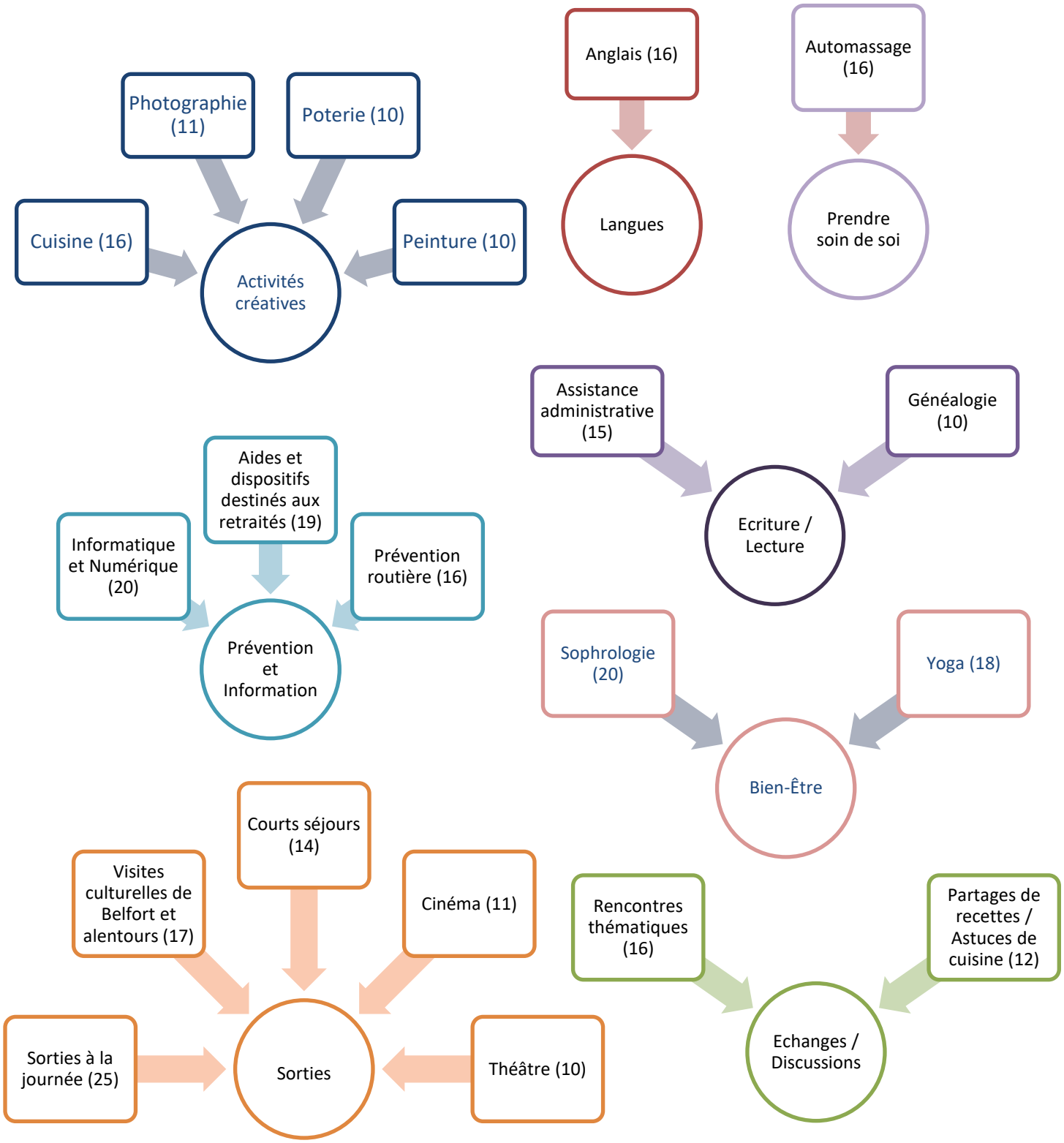
Parmi les personnes qui ont la volonté de devenir bénévole, elles proposent les implications suivantes :

Q9 : Conférence sur l'orgue (histoire, conception, divers instruments). Visite d'un orgue du Territoire de Belfort
Q18 : La cuisine
Q22 : Musique
Q28 : Pâtisserie
Q29 : Accompagner Eva pour les débutants
Q46 : Info débutants
Q71 : Utilisation smartphone

A la dernière question « Auriez-vous d'autres remarques ou suggestions ? », il y a eu 14 réponses.

Q3 : Je suis très satisfaite des activités de l'OPABT. Des problèmes de santé réduisent mes participations, mais je suis heureuse du partage et de l'accueil. Remerciement.
Q4 : Continuer à procurer du plaisir et de la bonne humeur.
Q5 : Merci pour tout ce que vous faites : salariés et bénévoles
Q8 : Et si l'OPABT déménageait ! HOURRAH !
Q15 : Juste un grand merci, 3 ans de bonheur dans la bonne humeur.
Q16 : Que les ateliers se fassent de préférence l'après-midi.
Q19 : Non, les questions sont denses et nombreuses. Mais je voudrais l'activité "Langue des signes".
Q26 : OPABT organisme sérieux, et, pourtant où la convivialité est omniprésente !
Q32 : Tout est intéressant mais mon état de santé me limite dans le temps et la possibilité.
Q45 : Possibilité de pratiquer certaines activités l'après-midi ?? (Ateliers Bons Jours par ex.)
Q57 : Félicitations, très bonne association avec des personnes super sympa où l'on se sent bien.
Q59 : Peu de temps disponible (présence continuelle auprès de mon mari).
Q71 : Grand merci !
Q88 : Je suis très satisfaite et enthousiaste de chaque sortie du groupe randonnée merci à Luc et tous ceux qui participent à ces très bons moments.

Propositions d'ateliers ayant reçu plus de 10 réponses



OPABT

Office Pour les Aînés de Belfort et du Territoire