

RAPPORT D'ACTIVITÉ

2023
2024



SOMMAIRE

| | |
|---|---------------|
| Rapport d'activité 2023/2024 | Page 3 |
|---|---------------|

I/. Vie associative **Page 3**

| | |
|------------------------------------|---------|
| - Les instances | Page 3 |
| - Les moyens humains | Page 5 |
| - Les commissions de travail | Page 9 |
| - Les délégations | Page 12 |
| - Les partenariats | Page 13 |

II/. Animation **Page 16**

| | |
|---|---------|
| - Qui sommes-nous ? Que faisons-nous ? | Page 16 |
| - Les événements de la saison 2023/2024 | Page 19 |
| - Les activités et animations | Page 21 |

III/. Prévention **Page 23**

| | |
|-------------------------------------|---------|
| - Lutte contre l'isolement | Page 23 |
| - Prévention santé, bien-être | Page 26 |
| - Information des retraités | Page 27 |

IV/. Pôle Ressource **Page 28**

| | |
|------------------------------|----------------|
| Revue de presse | Page 29 |
|------------------------------|----------------|

| | |
|--------------------------------|----------------|
| Rapport financier | Page 30 |
|--------------------------------|----------------|

| | |
|---|----------------|
| Compte-rendu de l'assemblée générale du 22 novembre 2023 | Page 36 |
|---|----------------|

RAPPORT D'ACTIVITÉ

I/ LA VIE ASSOCIATIVE

1/ LES INSTANCES

Le Conseil d'Administration de l'OPAR s'est réuni 8 fois au cours de la saison 2023/2024 (*le 18 octobre 2023, le 29 novembre 2023, le 7 février 2024 et le 26 juin 2024 en séances ordinaires et le 13 mars 2024, le 3 avril 2024, le 29 mai 2024 et le 26 juin 2024 en séances exceptionnelles*). 5 réunions de Bureau ont également eu lieu sur cette période (*le 30 août 2023, le 4 octobre 2023, le 17 janvier 2024, le 13 mars 2024 et le 15 mai 2024*).

Les élus au Conseil d'Administration

Au 30/06/2024, les 14 administrateurs sont issus de 5 collèges :

Collège des adhérents directs

Patrick Fabre (*Vitrail*), Jacqueline Guédeux (*Printemps Ginguené*), Madeleine Jaffré (*English Club*), Éliane Le Ray (*Chœurs du Lundi*), Régine Nouvel (*Maurepas*) et Michèle Marty (*Champs Manceaux*).

Association de retraités

Liliane Heuveline (*CFDT*).

Collège des personnes morales concourant à l'action sociale et culturelle

Brigitte Lauer (*UTL*), René Melou (*France Bénévolat*).

Collège des personnes physiques

Martine Cruveiller, Jean-Claude Le Boursicaud, Patricia Méar et Jeannine Devaux.

Personnes qualifiées

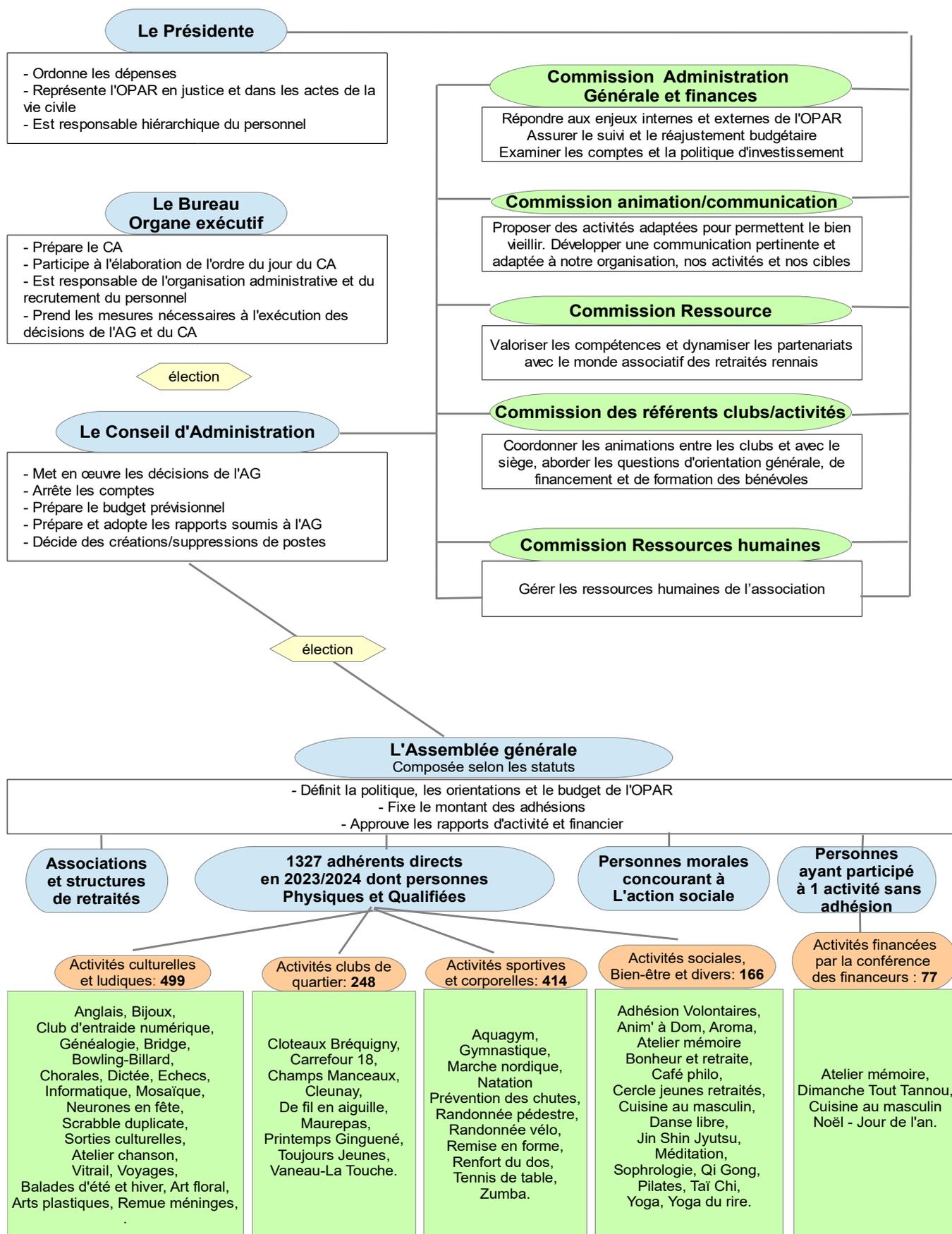
Emmanuel Jouleau.

Les orientations 2023-2024

Lors de l'Assemblée Générale du 22 novembre 2023, Martine Cruveiller, Présidente de l'OPAR, a présenté les objectifs de l'Association pour la saison 2023-2024.

Dans son discours la Présidente a indiqué que l'OPAR aurait à cœur de suivre les orientations du projet associatif de l'OPAR réécrit en 2022 et qui vaut jusqu'en 2026. Puis d'ajouter que l'association continuera à développer des partenariats en apportant son savoir-faire, notamment avec la Ville de Rennes dans le cadre de Rennes Ville Amie des Aînés, ou avec les structures de quartier, et avec ceux qui comme nous luttent contre l'isolement social. Martine Cruveiller souhaite également que l'OPAR puisse cette année encore diversifier davantage ses propositions culturelles et de loisirs afin de répondre au mieux à la demande de nos adhérents. Par ailleurs, elle a souligné la volonté de l'association de développer des activités liées à la transmission de savoirs de nos aînés, mais aussi de la nécessité du bénévolat pour la structure notamment dans le cadre de la lutte contre l'isolement qui est une préoccupation permanente. Enfin, la Présidente a conclu en indiquant que 2024 serait l'année des 55 ans de l'association qui fêtera cet événement autour de 3 moments festifs, un jeu de piste et une dictée géante au cours du mois de mai et un Fest Deiz au mois d'octobre à la Halle Martenot.

Organigramme statutaire au 30/06/2024



2/ LES MOYENS HUMAINS

Les bénévoles

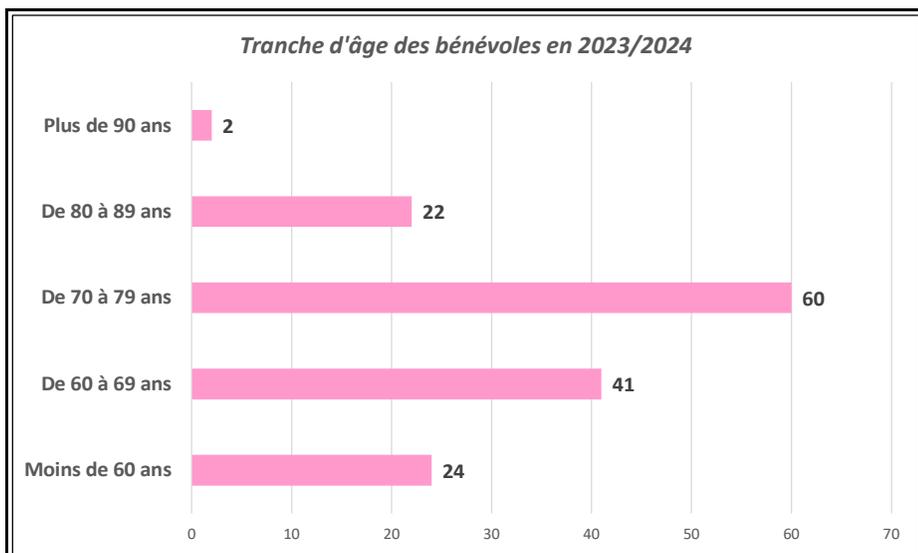
L'OPAR peut compter sur **149 bénévoles** actifs qui s'investissent au sein des clubs et des activités, pour des actions de solidarité lors d'événements ponctuels, ou au siège pour un soutien administratif ou logistique. Ce chiffre est en hausse par rapport à l'an dernier où l'on comptait 144 bénévoles.

La moyenne d'âge des bénévoles sur la saison 2023/2024 est de 67,5 ans, allant de 19 à 98 ans.

Cette moyenne d'âge est en hausse de 1,7 points, puisque la saison dernière elle était à 65,8 ans pour des bénévoles entre 17 et 97 ans.

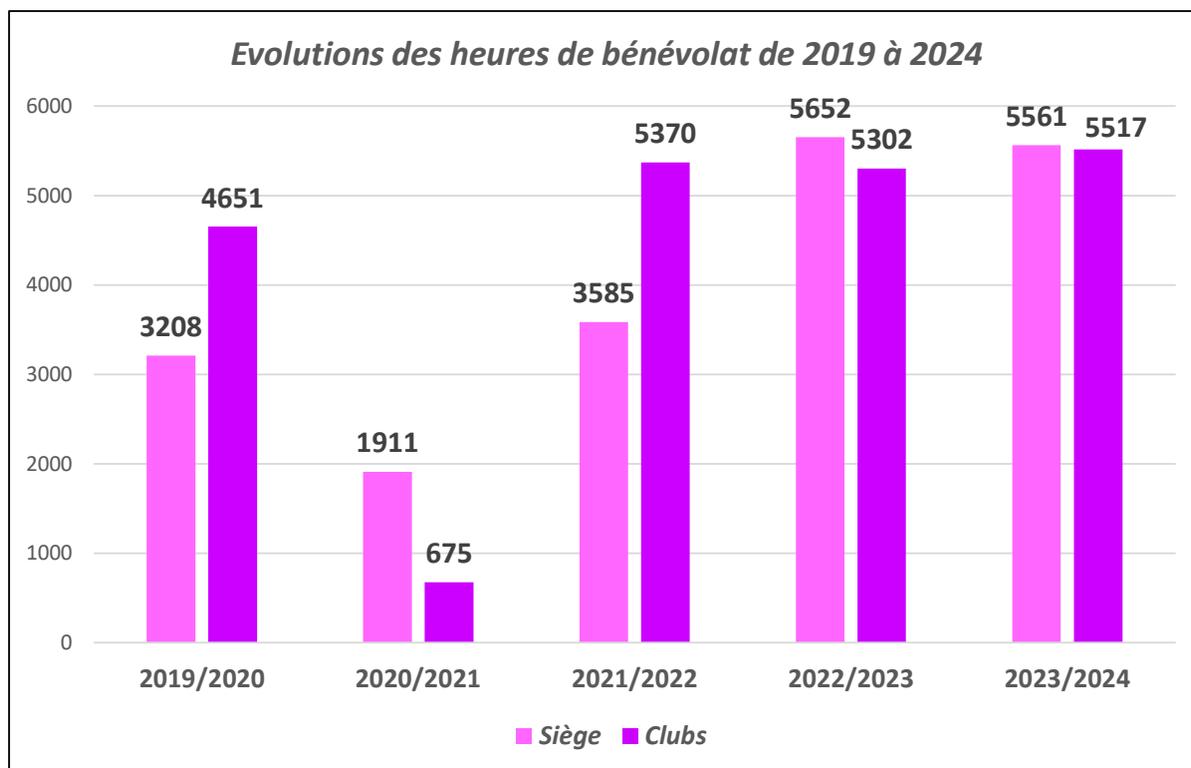
Comme tous les ans, on constate que la répartition femme/homme est

inégal. En effet, cette saison nous avons pu compter sur 113 femmes (75,8%) et 36 hommes (24,%) en tant que bénévoles au sein de notre association, contre 110 femmes et 34 hommes la saison passée.

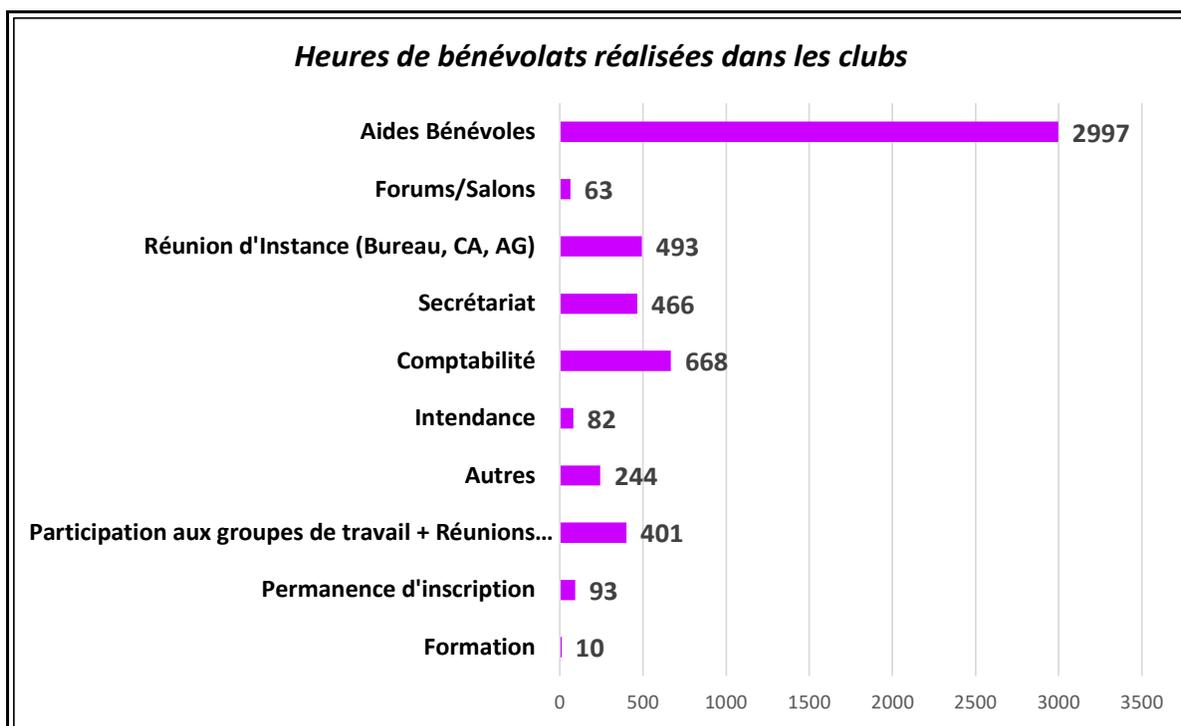


Les heures de bénévolat

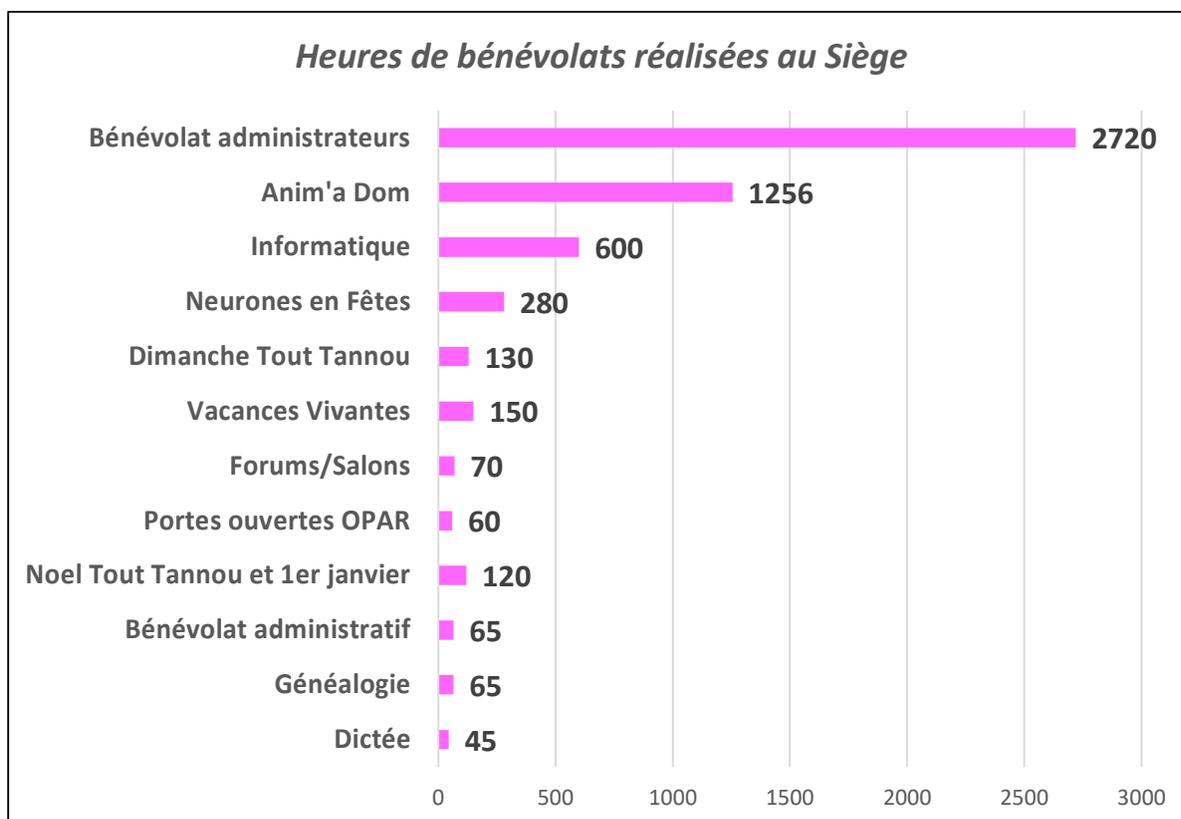
Au total 11 078 heures de bénévolat ont été réalisées en 2023/2024 (contre 10 954 heures en 2022/2023), ce qui représente 6,08 Équivalents Temps Plein pour contribuer au bon fonctionnement de l'OPAR.



1. Dans les clubs, 5 517 heures de bénévolat ont été réalisées cette saison, contre 5 302 heures sur l'exercice 2022/2023.



2. Au siège de l'OPAR, 5 561 heures ont été comptabilisées en 2023/2024, contre 5 652 heures sur l'exercice 2022/2023.



Les salariés

Au 30/06/2024, l'OPAR comptait 8 salariés soit 6,08 équivalents temps plein.



(Absent sur la photo : Renaud Gaillard)

Erika Denoual a été recrutée en CDD du 28 août 2023 au 9 février 2024, en tant que coordinatrice administrative, pour remplacer Hélène Danté partie en congés maternité.

Pierre Gauthier, Chef de chœurs de la chorale de l'OPAR « les chœurs du lundi » est parti en retraite le 30 septembre 2023.

Pierre Bardon, animateur multimédia embauché en septembre 2022, a été licencié économiquement le 10 mai 2024.

Enfin, on compte aussi 24 personnes extérieures issues d'associations partenaires ou de Professions Sports Loisirs 35 qui encadrent certaines de nos activités.

Les volontaires en service civique

L'OPAR a obtenu en 2012 (*renouvelé au 1er trimestre 2022*) un agrément pour l'accueil de volontaires en service civique dans le cadre de missions de solidarité auprès des personnes âgées.

Sur la saison 2023/2024, nous avons accueilli deux volontaires sur la mission « Accompagnement des personnes âgées isolées et soutien aux clubs de quartier » du 4 septembre 2023 au 8 mars 2024 :

> **Raphaël Arnaud**

> **Axel Buriez-Lorgeoux**

Les stagiaires

L'OPAR a accueilli **6 stagiaires** en 2023/2024 sur différents secteurs :

> **Olwen M'Passi Louzala**, lycéenne au Lycée Bréquigny du 20 au 22 novembre 2023.

> **Margaux Vaillant**, étudiante en IUT Carrières Sociales (Rennes 1), du 18 au 29 mars 2024.

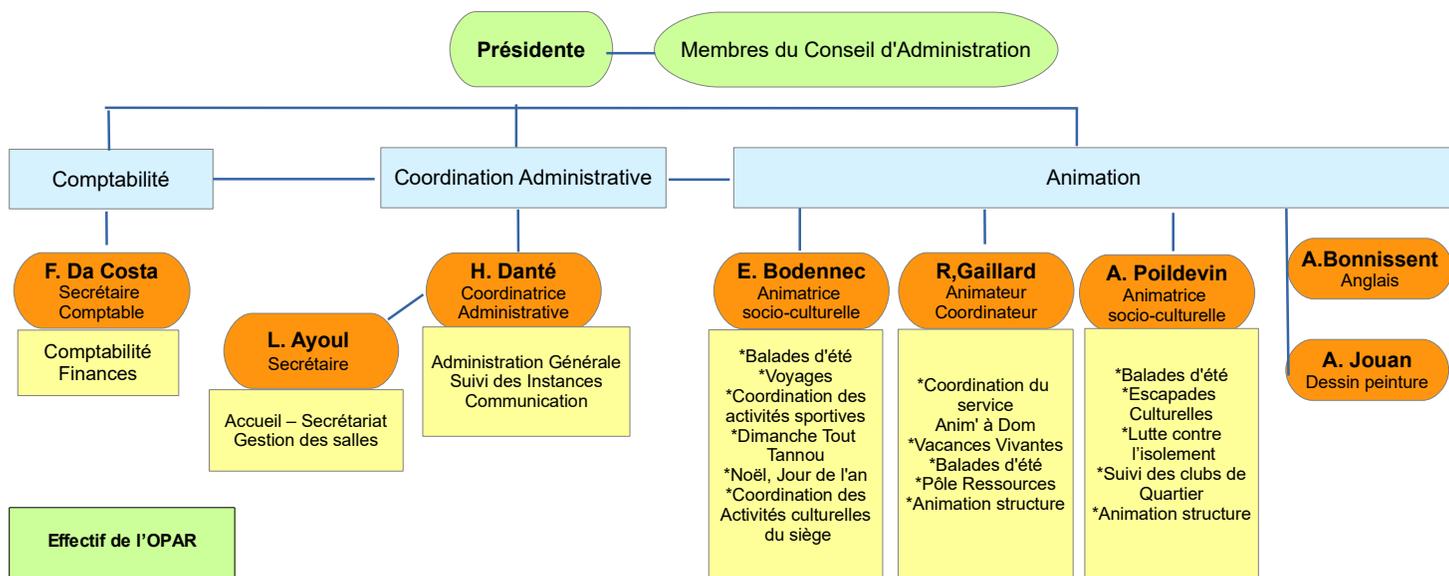
> **Léna Ayoul**, collégienne au LEAP St Exupéry, du 25 au 30 mars 2024.

> **Anne-Sophie Simonnot**, en alternance à l'Université Rennes 1, le 16 avril 2024.

> **Lilou Chrétien**, lycéenne au Lycée De la Salle, du 3 au 28 juin 2024.

> **Liza Bazile**, étudiante en BUT au Lycée Terrade, du 16 juin au 19 juillet 2024.

Organigramme fonctionnel au 30/06/2024



Effectif de l'OPAR
 8 salariés, 6,08 ETP
 +
 2 volontaires
 +
 24 intervenants

L'OPAR accueille 2 volontaires en Service Civique sur la mission :
 Accompagnement des personnes âgées isolées et soutien aux clubs de quartier.

ETP
 Équivalent temps plein

Temps de travail annuel des salariés de l'OPAR

| Salariés | Nbre heures | ETP |
|-------------------|--------------|------------|
| Lindsay Ayoul | 1820 | 1,00 |
| Esther Bodennec | 1820 | 1,00 |
| Renaud Gaillard | 1820 | 1,00 |
| Fernanda Da Costa | 1820 | 1,00 |
| Hélène Danté | 1820 | 1,00 |
| Aurore Poildevin | 1820 | 1,0 |
| Total | 10920 | 6,0 |

Temps de travail annuel des animateurs tech de l'OPAR

| Salariés | Nbre heures | ETP |
|------------------|-------------|--------------|
| Alice Bonnissent | 1592 | 0,881 |
| Alexandra Jouan | 315 | 0,173 |
| Total | 1907 | 1,054 |

Activités encadrées en prestations extérieures

| Activités | Nbr animateurs | Nbr heures | ETP |
|------------------|----------------|---------------|--------------|
| Natation | 3 | 90 | 0,049 |
| Bien-être | 6 | 167 | 0,091 |
| Loisirs créatifs | 3 | 123 | 0,066 |
| Chorale | 1 | 45 | 0,024 |
| Aquagym | 1 | 202 | 0,110 |
| Remise en form | 1 | 30 | 0,016 |
| Gym | 4 | 229 | 0,125 |
| Tai Chi Chuan | 1 | 52 | 0,028 |
| Qi Gong | 1 | 60 | 0,032 |
| Marche Nordiqu | 1 | 30 | 0,016 |
| Yoga | 1 | 37,5 | 0,020 |
| Zumba | 1 | 30 | 0,016 |
| TOTAL | 24 | 1095,5 | 0,593 |

3/ LES COMMISSIONS DE TRAVAIL

Commission Administration Générale et Finances

Pilotée par Jacqueline Guédeux

Pour la saison 2023/2024, la commission Administration Générale et Finances s'est réunie à deux reprises le 14 février et le 17 avril 2024.

* La première commission a permis de faire un point sur la situation comptable pour les six premiers mois de la saison 2023/2024 par rapport au budget établi. Rappelons que le Conseil d'Administration avait décidé une majoration de 10 % sur toutes les charges en raison de l'inflation et ce, sans augmenter les cotisations d'activités en raison de l'augmentation du prix de l'adhésion. Par ailleurs, une reprise sur trésorerie de 102 450€ avait été estimée. Quelques faits ont attiré l'attention de la commission :

- Assurance : La SMACL a augmenté son tarif de 9% par rapport à l'année passée, principalement pour « les dommages des biens », mais nous avons anticipé une hausse de 10%.

- Commission carte bleue : Nous avons eu plus de paiements par carte bleue que prévu. D'après nos statistiques, ce mode de paiement a permis de réduire le traitement des espèces (64 traitements en moins entre octobre et décembre).

- Charges sur exercices antérieurs : Frais qui auraient dû être imputés au précédent bilan. Nous avons reçu la facture du cochon grillé de la fête d'été en décembre (1 850€).

- Frais du personnel : Nous respectons le budget mais l'impact a commencé dès janvier 2024 avec la hausse des valeurs des points qui n'était pas prévue.

- Adhésion des personnes physiques : Au 31 décembre 2023, 1300 personnes avaient adhéré à l'OPAR. Nous avons donc déjà atteint notre objectif.

- Atelier multimédia : 2 496€ représentent les recettes des stages informatiques. Malheureusement il y a eu une importante baisse d'inscriptions depuis que les ateliers sont devenus payants. Ceux dispensés dans les résidences seniors sont peu demandés. Si la demande de subvention à la Conférence des Financeurs n'aboutit pas, nous serons contraints de procéder au licenciement économique de l'animateur.

- Atelier dessin : Cette activité est encore en difficulté, il va falloir prendre des mesures pour la rentrée prochaine.

Cette première commission s'est clôturée par l'analyse synthétique des comptes du Trésorier adjoint. D'après son analyse, l'association ne tiendra pas 3 ans, nous avons déjà perdu 1,5 mois d'autonomie financière par rapport à l'année dernière.

* Lors de la seconde commission, nous avons évoqué la perte considérable des subventions de la Conférence des financeurs et ses conséquences, notamment le licenciement économique de l'animateur multimédia courant mai. Nous avons également échangé sur les cotisations d'activité du Siège, sur l'atelier dessin et la suppression éventuelle du cours de l'après-midi la saison prochaine qui devra être validé par les instances, sur les résultats financiers des clubs, sur les tarifs de mise à disposition des salles pour 2024/2025 et bien évidemment nous avons fait des projections pour le budget 2024/2025.

Commission Animation/Communication

Pilotée par Éliane le Ray et Jean-Claude Le Boursicaud

* La commission animation s'est réunie à 4 reprises au cours de la saison. De nombreux sujets ont été abordés et nous avons notamment travaillé sur les 3 événements des 55 ans : la dictée géante, le jeu de piste et le Fest Deiz. Quelques sorties culturelles ont aussi été mises en place cet hiver à St-Gonlay, à l'écomusée de la Bintinais et aux archives départementales.

Une première proposition a été faite, en lien avec le Gérontopole breton Kozh Ensemble, afin de travailler sur la mixité dans nos activités car les hommes ne représentent que 20 % des adhérents. L'année prochaine sera l'occasion d'expérimenter de nouvelles approches dans ce sens.

Des projets comme la braderie qui avait eu lieu en 2023 n'ont pas eu lieu en juin 2024 du fait des 55 ans, mais devrait être renouveler en 2025. Pour la même raison nous avons aussi modifié pour cette année notre traditionnelle fête d'été en fête de la musique avec un pique-nique au lieu du cochon grillé.

* Aucune commission communication n'a été organisée cette saison, toutefois ses membres ont été sollicités pour donner leurs avis et conseils concernant le contenu et la mise en page de différentes publications de l'association.

> Page Facebook

La page Facebook de l'association a été créée en mars 2017, elle est gérée et mise à jour par une salariée de l'OPAR qui diffuse notamment l'actualité de l'association, des photos des sorties et voyages et des informations générales relatives au public retraité. La page compte aujourd'hui 445 abonnés (417 en 2022/2023) et a comptabilisé 6100 « vues » (3409 en 2022/2023) sur cette saison.

> La vidéo de l'OPAR

Mise en ligne en septembre 2017 sur notre page Facebook, cette vidéo a été regardée 1700 fois. Elle est également présente sur notre chaîne YouTube et comptabilise 402 vues. Elle est aussi diffusée sur la télévision présente dans le hall d'accueil de l'OPAR.

> La chaîne YouTube de l'OPAR

Notre chaîne YouTube compte 13 abonnés et diffuse 2 vidéos : une présentation de l'OPAR (402 vues), une vidéo réalisée lors du 1^{er} confinement avec les salariés et les administrateurs (1234 vues).



> Le guide des activités saison 2023/2024

Le guide des activités de l'association a conservé son format, jugé très pratique par les adhérents et les partenaires. Comme tous les ans, sa page de garde a été modifiée afin de le différencier de la saison précédente. Il a été **imprimé à 3 500 exemplaires** et financé grâce aux publicités des partenaires. Il a été largement distribué dans les forums de quartier, mais aussi lors des portes ouvertes en septembre et au cours de toutes les manifestations auxquelles nous avons participé, notamment le forum des seniors au Glaz Arena.

> La Passerelle OPAR information (lettre d'information mensuelle)

Cette saison, la Passerelle a été éditée 11 mois sur 12 (*un seul numéro pour juin, juillet et août*). Comme toujours, elle a été diffusée par mail et en version papier auprès des adhérents via les bénévoles des clubs, auprès des partenaires, mais aussi déposée auprès des institutions : Mairie, CCAS, CLIC, Office du Tourisme, CARSAT, Centres sociaux, Jeu de Paume, Directions de quartiers, et chez des professionnels de santé convaincus de son intérêt.

Deux numéros 4 pages couleurs ont été édités cette année :

La Passerelle de janvier

Numéro spécial qui annonce les animations de l'année à venir.

La Passerelle de juin/juillet/août

Elle présente les activités et balades d'été. Elle a été financée par la Maison du Monte Escalier.

Notre passerelle est diffusée par mail via MailChimp. Ainsi, 1863 personnes reçoivent notre newsletter tous les mois. En moyenne, 68,09% ouvrent notre mail, ce qui représente 1266 personnes.

> Site Internet

Le site Internet www.opar.fr, est mis à jour chaque année avant la rentrée et également chaque mois avec la mise en ligne de La Passerelle OPAR information, ou lorsqu'un événement est programmé.

Au cours de l'année écoulée, le site a été visité 11 013 fois et grâce à la rubrique « S'inscrire à notre newsletter », 95 personnes de plus reçoivent chaque mois la Passerelle Opar Informations sur les 1863 au total.

> Présence de l'OPAR sur les forums de rentrée

L'OPAR a participé à 3 forums de quartier (Champs Manceaux, Oberthur et Ronceray) en septembre, au forum du bénévolat le 28 septembre 2023 et au salon Senior Mag les 26 et 27 octobre 2023. Des bénévoles ont également été mobilisés pour distribuer nos guides sur les marchés rennais. Ces forums ont mobilisé 11 bénévoles (45 heures) et 5 membres du personnel (20 heures). Environ 600 guides ont été distribués à cette occasion.

> Salon des seniors

L'OPAR a participé à la 6^{ème} édition du Forum des seniors qui s'est déroulé les 15 et 16 mars 2024 au Glaz Arena à Cesson Sévigné. Sur le stand, tenu par les salariés et les bénévoles de l'OPAR, de nombreux contacts ont été pris et de nombreux guides, passerelles et flyers ont été distribués. Plusieurs ateliers découvertes et conférences ont été animés par l'équipe et les partenaires de l'OPAR : yoga du rire, Jin Shin Jyutsu, comment développer des relations significatives, les 7 clés pour une retraite active, comment donner du sens et organiser sa nouvelle vie de retraité.



> Communication dans la presse

139 publications concernant les activités se déroulant au siège de l'OPAR et 20 concernant les clubs ont été publiées dans Infos Locales. Elles sont simultanément publiées sur le site Internet de Ouest France et sur le site Rennes.maville.com. **Un article** a également été réalisé par notre correspondant local Ouest France sur l'actualité ou les événements phares de la saison, ainsi qu'un zoom sur nos missions dans la nouvelle newsletter « L'Essentiel ». (*Voir revue de presse*).

Commission Ressource

Pilotée par Martine Cruveiller

La Commission ressource est composée de 8 membres et s'est réunie une seule fois cette saison, le 16 février 2024. Elle a notamment étudié la synthèse des résultats de l'enquête de satisfaction, 27% de réponses. Les répondants demeurent majoritairement dans les quartiers Centre, Bourg l'Evêque et Bréquigny, et 14% d'entre eux sont bénévoles ou souhaitent le devenir. Ils ont également exprimé une forte satisfaction concernant l'accueil de l'OPAR, sa communication et sa convivialité. Enfin, les personnes ayant répondu souhaiteraient davantage d'activités artistiques et culturelles. La commission a également travaillé sur les idées de débats, d'animations ou de visites concernant la journée des bénévoles du mois d'avril 2024.

Commission Ressource Humaines (CRH)

Pilotée par Martine Cruveiller

La CRH est composée de 6 membres et s'est réunie à 7 reprises cette saison, les 29 septembre, 11 octobre, 13 décembre 2023, 6 et 14 février, 17 avril et 30 mai 2024. Les travaux de la CRH ont porté sur :

1) Les salariés

- * Les entretiens professionnels biennaux.
- * La révision du document de l'entretien de maîtrise professionnelle qui a lieu tous les 4 ans, et les entretiens eux même.
- * L'étude des nouvelles dispositions les concernant
- * Le point sur les nouvelles demandes de formations. Ces formations sont désormais limitées en raison de nos difficultés financières.

2) Autre point

- * Voyage « Vacances vivantes »

Notre salarié organisateur de ce voyage nous a fait part des difficultés inhérentes à la chaleur difficilement supportable en ce début septembre. La CRH préconise de programmer dorénavant ce voyage au printemps. A noter que du fait de l'absence en arrêt de travail de ce salarié, le voyage «Vacances vivantes» a dû être annulé en 2024.

Commission des Référents des Clubs et Activités

Pilotée par Martine Cruveiller

Cette commission s'est réunie trois fois cette saison, le 6 septembre 2023, le 24 janvier et le 3 avril 2024.

S'adressant aux référents des clubs et activités de l'OPAR, cette commission a regroupé en moyenne une trentaine de personnes à chaque réunion. Elles ont permis d'informer les personnes présentes des différents projets et actualités de l'association et aussi d'échanger, de réfléchir et de travailler sur les activités de l'OPAR. Cette année, la réunion de mois d'avril a été couplée avec la journée des bénévoles. Les 50 participants ont pu travailler sur la Responsabilité Sociale et Environnementale des Associations (RSEA). Ils ont également partagé le traditionnel buffet froid offert par l'OPAR à ses bénévoles, et ont pu participer à un après-midi ludique autour de jeux de société, de casques de réalité virtuelle ou d'une visite au Parlement de Bretagne.

Enfin, deux temps d'informations ont été organisés, le premier en septembre avec Annie Caresmel, présidente de l'association Les Ajoncs, qui a présenté sa structure et l'événement « Les Fêlés du vocal ». Le second temps qui s'est déroulé en janvier, a permis à Alexandre Dubois, directeur des Jardins d'Arcadie, de présenter sa résidence service.

4/ LES DÉLÉGATIONS

Les délégués de l'OPAR sont présents dans les comités, instances et groupes de travail.



- **REVAA (Rennes Ville Amie des Aînés)**
Martine Cruveiller - Suppléante : Madeleine Jaffré

- **Comité Consultatif Autonomie et Accessibilité Rennes et Rennes Métropole**
Emmanuel Jouleau

- **Conseil des Mobilités**
Emmanuel Jouleau

- **Conseils de quartiers et correspondants de quartiers**
Conseil de quartier n°1 Centre : Martine Cruveiller
Conseil de quartier n°3 Bourg l'Evesque, La Touche, Moulin du Comte : Marie-Jehanne Descottes
Conseil de quartier n°10 Villejean : Emmanuel Jouleau – Suppléante : Patricia Méar
Conseil de quartier n°9 Cleunay, Arsenal Redon : Jeannine Devaux
Conseil de quartier n°8 Sud gare, n°11 Le Blosne et n°12 Bréquigny : Michèle Marty

- **CODEV (Conseil de développement de la métropole de Rennes)**
Hélène Danté



- **Mouvement Associatif Rennais**
Martine Cruveiller – Suppléant : Emmanuel Jouleau

- **UROPAR (Union Régionale des Offices des Personnes à la Retraite)**
Madeleine Jaffré et Hélène Danté

- **UTL**
Martine Cruveiller



- **France Bénévolat**
Martine Cruveiller – Suppléant : Emmanuel Jouleau

- **Association Média Seniors**
Hélène Danté

L'association Média seniors dans le cadre de la programmation de la rubrique C'Pratique sur TV Rennes, s'est réunie le 15 décembre 2023 et le 14 juin 2024.

5/ LES PARTENARIATS

Les partenaires institutionnels

Les partenaires institutionnels soutiennent financièrement les actions sociales, culturelles, sportives et préventives de l'OPAR.

| | |
|---|--|
|  | <p>La Ville de Rennes assure le financement principal du fonctionnement administratif de l'OPAR. Elle finance également une part essentielle des activités de solidarité de l'association. Une nouvelle convention de mission 2022/2026 a été votée au conseil municipal le 27 juin 2022. La Ville met aussi à disposition de l'association le matériel nécessaire à l'organisation des manifestations de l'OPAR comme pour la Fête d'été ou encore les portes ouvertes.</p> |
|  | <p>Le Conseil Départemental accorde à l'OPAR un financement pour son fonctionnement administratif.</p> |
|  | <p>La Conférence des Financeurs d'Ille-et-Vilaine a accordé à l'OPAR pour l'année 2024, une subvention pour 4 actions sur les projets suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anim' à Dom - 2 Ateliers mémoire - Gym douce - Cuisine au masculin |
|  | <p>L'Association Pour Bien Vieillir en Bretagne qui rassemble la CARSAT, la Sécurité Sociale des Indépendants et la MSA a accordé à l'OPAR 1 subvention sur projet pour la réalisation d'actions de prévention : Ateliers Bienvenue à la retraite.</p> |
|  | <p>La CARSAT a apporté un soutien financier à l'OPAR en finançant un triporteur pour ses actions de lutte contre l'isolement dans le quartier. L'OPAR a ainsi pu mettre en place son action Anim'Mobile</p> |
|  | <p>L'OPAR est adhérent à l'Office des sports depuis de nombreuses années. Il est un lieu ressource pour toutes les associations sportives, et nous apporte aide et conseils tout au long de l'année. L'Office loue également ponctuellement son mini bus à l'OPAR pour divers déplacements.</p> |

Agréments et autres partenariats

| | |
|---|--|
|  | <p>Agréé ANCV, l'OPAR peut ainsi proposer aux personnes remplissant certaines conditions de ressources un tarif très préférentiel, pour un voyage dans le cadre de l'opération Seniors en vacances.</p> |
|  | <p>L'OPAR est agréé au dispositif « Sortir », ce qui permet aux adhérents détenteurs de la carte de bénéficier de réductions sur l'ensemble des propositions faites par l'association, qu'il s'agisse d'une activité régulière ou d'une participation ponctuelle à une activité.</p> |

| | |
|--|--|
|  <p>FÉDÉRATION ILLE-ET-VILAINE la ligue de l'enseignement un avenir par l'éducation populaire</p> | <p>L'OPAR est une Association agréée éducation populaire qui favorise le renouveau de la citoyenneté et une éducation populaire et laïque. Elle encourage toutes les initiatives individuelles et collectives, notamment celles qui développent l'éducation et la formation tout au long de la vie, la culture et le sport pour tous et les vacances pour le plus grand nombre. L'association est donc affiliée à la ligue de l'enseignement. Cette dernière a notamment collaboré avec l'OPAR cette saison pour la réécriture de son projet associatif.</p> |
|  <p>présence verte libres d'être actifs</p> | <p>L'OPAR est partenaire de Présence Verte pour l'installation des dispositifs de téléassistance au domicile des personnes âgées. Cela permet à l'association de se faire connaître auprès de ces personnes et de leur proposer de participer à des activités adaptées.</p> |

Les actions ponctuelles réalisées avec d'autres associations et partenaires

Dans le cadre de nos expositions :

- Alexandra Jouan, du 03/06/23 au 08/09/23, exposition de peintures.
- Atelier Op'art de l'OPAR du 11/09/23 au 20/10/23, exposition de peintures.
- Thérèse Henningsen, du 27/10/23 au 27/12/23, exposition de peintures.
- Philippe Le Lain, du 08/01/24 au 01/03/24, exposition de peintures.
- Elisa Barthod, du 04/03/24 au 07/05/24, exposition de peintures.
- Jean-Yves Gérard et Karine Nicolleau, du 13/05/24 au 11/07/24, exposition de peintures et photos.



Dans le cadre des actions menées par la Ville de Rennes

- > **Quinzaine "Viens je t'emmène"** en partenariat avec la Ville de Rennes. L'OPAR a proposé 6 animations pour accompagner les personnes âgées sur des temps d'animations conviviaux ou originaux.
- > Participation à l'animation de **la Maison des Aînés et des Aidants** en proposant 1 activité à l'année : neurones en fêtes.
- > Participation à différents groupes de travail dans le cadre de **Rennes Villes Amie des Aînés et Rennes Métropole Ville Amie des Aînés**.

Dans le cadre des sorties et animations proposées ponctuellement

- > **Un voyage au Pouliguen** du 4 au 8 septembre 2023 en partenariat avec le CIAS (*Centre Intercommunal d'Action Social*) de Mordelles a été organisé : 5 personnes du CIAS et deux de leurs bénévoles ont participé au voyage accompagné par l'animateur de l'OPAR. Le CIAS a mis à notre disposition un véhicule, et le second nous a été loué par l'Office des sports avec lequel nous sommes partenaires.

Dans le cadre des concerts de nos chorales

- > **Concerts des chorales de l'OPAR** dans les établissements d'accueil de personnes âgées de Rennes et St-Jacques de la lande : Résidence Espace&Vie La Mabilais, Résidence du Colombier, Résidence Domitys, Résidence la Rablais, Résidence Petites Sœurs des Pauvres et Maison St-François.

Dans le cadre du Pôle Ressource

- > **MONALISA coopération départementale** : Travail et réflexion autour de l'isolement.

Les activités régulières réalisées avec d'autres associations et partenaires

- > La marche nordique et le renfort du dos avec l'association **Cap2S**
- > La remise en forme avec **le Stade Rennais Athlétisme**
- > Le Taï Chi Chuan avec **l'association Yin Yang**
- > Conventionnement avec **Professions Sports Loisirs** pour les activités natation, pilates, gymnastique d'entretien et équilibre et prévention des chutes.
- > L' aquagym avec **BlueNat**.
- > Le café philo avec **l'association 12 lunes**

Action Sociale Partenariale

- > Partenariat étroit avec le **CLIC de Rennes** et échanges avec les Conseillères sociales en gérontologie des **CDAS** dans le cadre du service Anim' à Dom
- > Accueil de stagiaires des **lycées professionnels, formations sociales et universitaires**
- > **Partenariat avec Globalcité**, signature de la convention le 17 février 2020.
- > Partenariat avec **la Maison Sport Santé**, signature de la convention au 2ème trimestre 2022.

Les mises à disposition d'espaces et de salles de réunion de l'OPAR

Mises à disposition gratuites ou dans le cadre partenarial

- > Réunions du **Collectif d'animation du quartier Centre**
- > Réunion de la **Direction de quartier Centre**

Mises à disposition moyennant une participation aux frais

Ponctuellement :

- 9 réunions de syndicats de copropriétés pour des Assemblées Générales d'immeubles du quartier : **Tycop, Inova, Le Marec, Foncia et Hardy**.
- **Sylvie Hurel**, pour un après-midi bien-être
- **Association Clin d'oeil**, pour son assemblée générale.
- **Association Asslema Breizh**, pour 3 réunions.

A l'année :

- Les cours de danse avec l'association **Rock'n Joy**
- Les répétitions de la chorale **Bijoux cailloux**

Partenariats sur les actions de communication

Nos partenaires annonceurs nous ont permis d'éditer notre guide des activités 2023/2024, nous les remercions chaleureusement.



II/ LES ANIMATIONS

1/ QUI SOMMES-NOUS ? QUE FAISONS-NOUS ?

Les adhérents

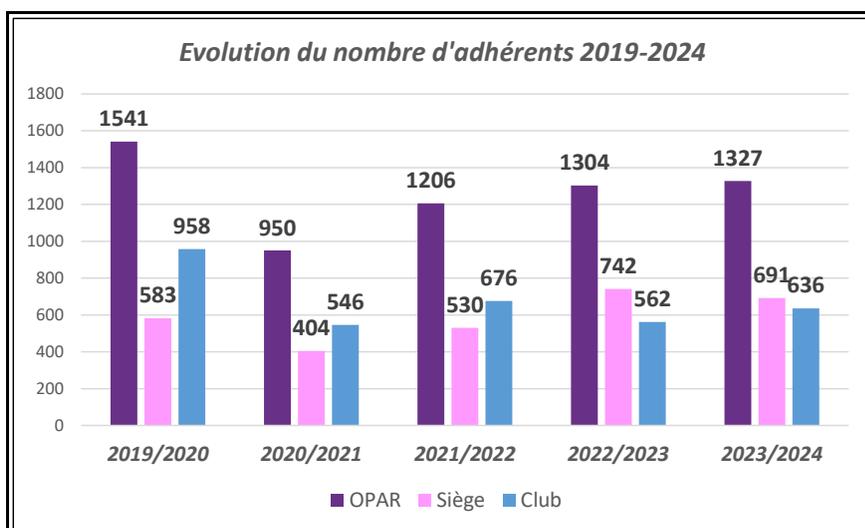
L'OPAR compte 1327 adhérents, soit une hausse de 23 adhérents de plus par rapport à l'année dernière.

On constate que depuis la fin de la crise sanitaire (2021), les adhérents reviennent de plus en plus pratiquer des activités à l'OPAR. Cette saison, les adhérents ont pratiqué en moyenne 1,21 activités au Siège et 1,07 activités dans les clubs.

3 323 personnes sont également venues à l'accueil de l'association pour s'inscrire ou se renseigner sur nos activités.

Par ailleurs, on constate cette saison que les animations des clubs de quartier ont augmenté, avec 20 personnes en plus.

A contrario, les activités culturelles et ludiques ont réuni moins de personnes cette saison (- 40 personnes), idem pour les activités sportives et corporelles (- 11 personnes).



| Adhérents par type d'activités | Clubs 21/22 | Siège 21/22 | Total 21/22 | Clubs 22/23 | Siège 22/23 | Total 22/23 | Clubs 23/24 | Siège 23/24 | Total 23/24 |
|------------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Activités sociales et bien-être | | 75 | 75 | | 112 | 112 | | 166 | 166 |
| Activités clubs de quartiers | 207 | | 207 | 228 | | 228 | 248 | | 248 |
| Activités culturelles et ludiques | 257 | 269 | 526 | 233 | 306 | 539 | 268 | 231 | 499 |
| Activités sportives et corporelles | 212 | 186 | 398 | 101 | 324 | 425 | 120 | 294 | 414 |
| TOTAL | 676 | 530 | 1206 | 562 | 742 | 1304 | 636 | 691 | 1327 |

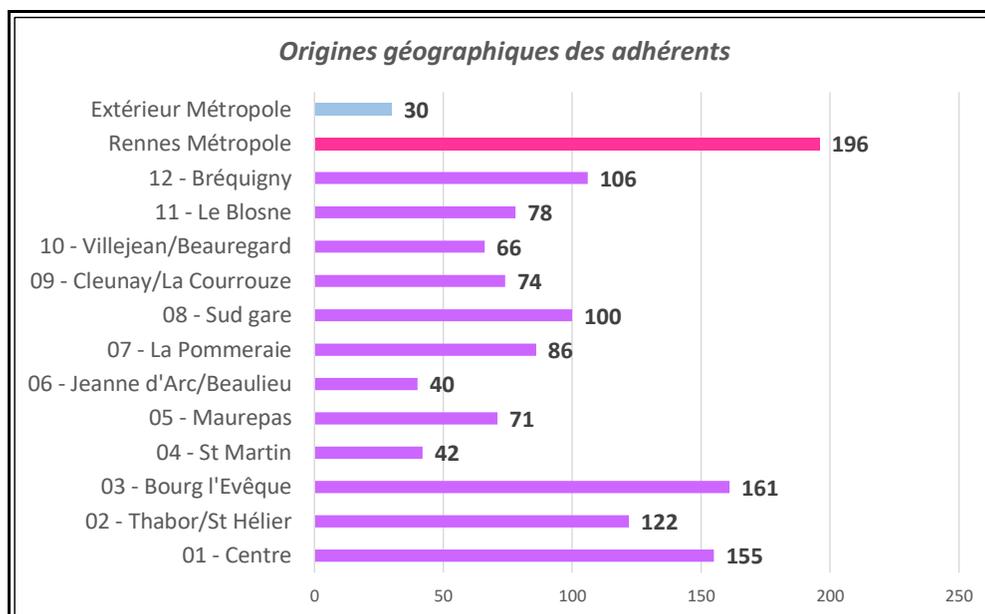
Répartition Homme-Femme

La répartition homme-femme est toujours inégale: **80,2% de femmes et 19,8% d'hommes.**

> **1065 femmes, soit 80,2%** contre 1051 femmes (80,6%) en 22/23 et 964 femmes (80%) en 21/22.

> **262 hommes soit 19,8%** contre 253 hommes (19,4%) en 22/23 et 242 hommes (20%) en 21/22.

Origines géographiques

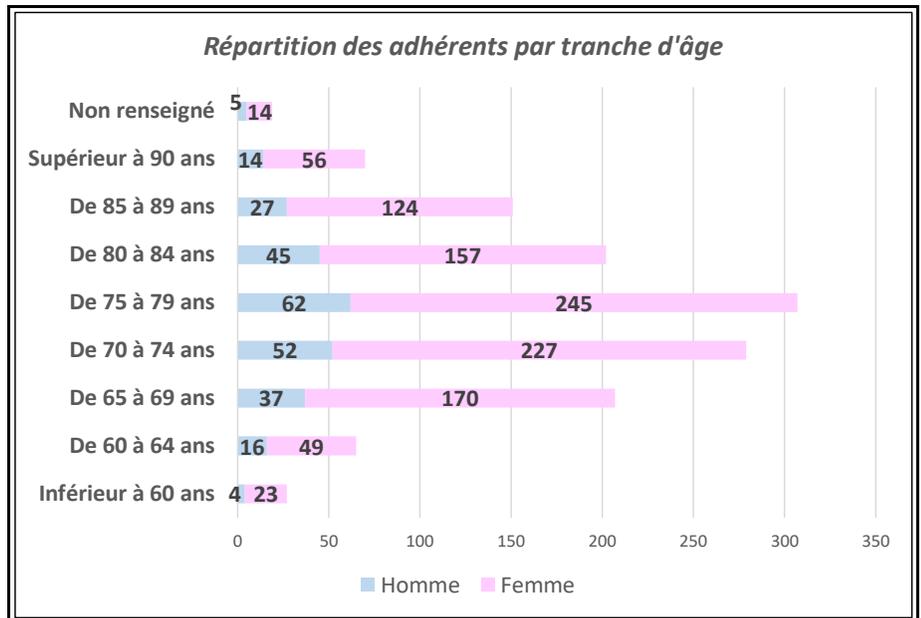


La très grande majorité de nos adhérents habite Rennes (1101 personnes). Ils vivent majoritairement dans les deux quartiers les plus proches de l'OPAR, les quartiers Centre (155 adhérents) et Bourg l'évêque (161 adhérents). Viennent ensuite les quartiers Thabor/St Héliier (122 adhérents), Bréquigny (106 adhérents) et Sud Gare (100 adhérents). 196 adhérents vivent dans la métropole rennaise (Chantepie, Pacé, Noyal, Bruz,...) et 30 autres en dehors de la métropole (Domloup, Chateaugiron,...).

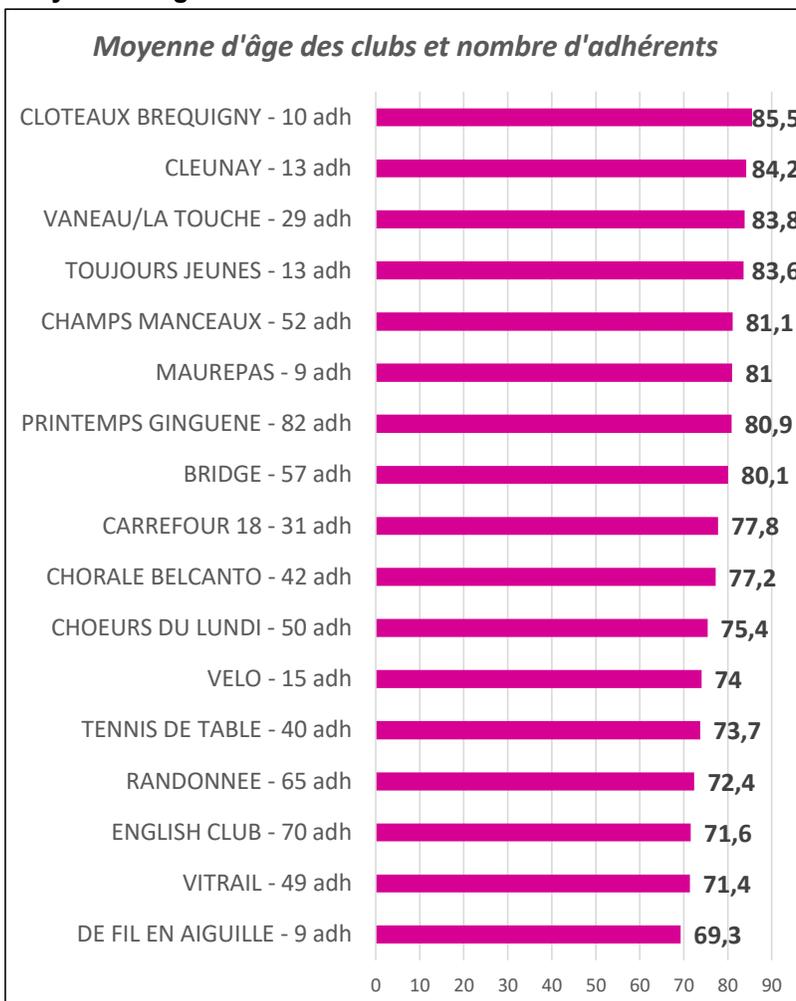
Analyse des âges

La moyenne d'âge des adhérents de l'OPAR sur la saison 2023/2024 est de **75,9 ans**. Ce chiffre est en très légère hausse de 0,4 ans par rapport à l'an dernier ou nous avions une moyenne d'âge de 75,5 ans.

La répartition par tranche d'âge de nos adhérents, montre que les moins de 70 ans représentent 22,8% personnes, que **les 70-79 ans, personnes les plus nombreuses à fréquenter les activités de l'association, représentent 44,8%** et que les plus de 80 ans représentent 32,4%.



Moyenne d'âge dans les clubs



Comme depuis quelques années maintenant, les moyennes d'âge les plus élevées se trouvent dans les clubs de quartier, avec **une moyenne de 80,8 ans sur les 9 clubs de quartiers**.

Notre association peut ainsi se féliciter d'accueillir chaque semaine, dans différents quartiers de la Ville de Rennes, les adhérents les plus âgés pour partager des moments de convivialité et ainsi rompre leur isolement.

Le service Handistar permet par ailleurs à de plus en plus de retraités âgés ou en perte de mobilité, de maintenir le lien social en participant à ces activités de quartier.

Enfin, tout comme sur la saison dernière, **les moyennes d'âge les plus jeunes se trouvent dans les activités culturelles, physiques et corporelles avec une moyenne d'âge de 74,5 ans sur les 8 clubs d'activité**.

La participation aux activités

6 nouvelles activités ont vu le jour cette saison: Aroma, Cercle de jeunes retraités, Danse libre, Jin Shin Jyutsu, Billard-Bowling et Jeu d'échecs. Nous comptons au total **39 649** participations à ces activités. *(18 366 au Siège et 21 283 dans les clubs).*

| Participation Siège | Nbre de participations |
|---|------------------------|
| Activités Estivales | 430 |
| Aquagym | 2485 |
| Art floral | 33 |
| Atelier chanson | 120 |
| Atelier mémoire | 24 |
| Balades d'été et d'hiver | 370 |
| Bijoux + Mosaïque | 27+36 |
| Bonheur et Retraite | 120 |
| Bowling et Billard | 80 |
| Café philo | 208 |
| Cercle des jeunes retraités + Aroma | 40 + 35 |
| Club d'entraide numérique | 570 |
| Conférences, information | 74 |
| Cuisine au masculin | 24 |
| Danse libre + Jin Shin Jyutsu | 127+111 |
| Dessin, peinture | 418 |
| Dictée | 114 |
| Dimanche Tout Tannou | 705 |
| Équilibre et Prévention des chutes | 1192 |
| Fêtes, convivialité | 203 |
| Généalogie | 210 |
| Gym d'entretien | 1459 |
| Jeu d'échecs | 300 |
| Marche nordique | 2160 |
| Méditation | 221 |
| Natation initiation et perfectionnement | 544 |
| Noël et Jour de l'an | 188 |
| Neurones en fête | 87 |
| Pilates | 526 |
| Portes Ouvertes / Passeport retraite | 300 + 118 |
| Qi Gong | 316 |
| Remue-méninges | 493 |
| Remise en forme | 336 |
| Renfort du dos | 385 |
| Scrabble duplicate | 150 |
| Stages informatique | 297 |
| Sophrologie | 104 |
| Tai Chi | 870 |
| Visites Anim' à Dom | 742 |
| Voyages et Séjours | 103 |
| Yoga et Yoga du rire | 172+220 |
| Zumba | 519 |
| TOTAL | 18366 |

| Participations Clubs | Nbr de participations |
|-----------------------------|-----------------------|
| Bals – Thé dansants | 1256 |
| Belote | 3050 |
| Bridge | 1737 |
| Chorale répétitions | 2539 |
| Chorale concerts | 500 |
| Cours d'Anglais | 1995 |
| Convivialité : repas, fêtes | 600 |
| Divers | 30 |
| Jeux de société | 661 |
| Lotos | 423 |
| Palets | 423 |
| Randonnées pédestres | 1036 |
| Scrabble | 722 |
| Sorties d'une journée | 353 |
| Tarot | 763 |
| Tennis de table | 1447 |
| Travaux manuels | 286 |
| Vélo | 306 |
| Vitrail initiation | 336 |
| Vitrail pratique | 2820 |
| TOTAL | 21283 |

2/ LES ÉVÉNEMENTS DE LA SAISON 2023/2024

Journée Portes ouvertes, jeudi 14 septembre 2023

Les portes ouvertes de l'association se sont déroulées pour la 3ème année consécutive un jeudi de 10h à 17h. Près de 300 personnes (*250 personnes l'an dernier*), sont venues se renseigner au cours de la journée sur les différents stands d'activités solidaires, bien-être et prévention, culturelles et ludiques, artistiques et créatives, physiques et corporelles et ont également pu rencontrer les référents des clubs de quartier. Nous avons eu le plaisir d'accueillir Christophe Fouillère, élu à la Ville de Rennes en charge du vieillissement. Ce dernier a pu échanger avec les bénévoles et visiteurs présents sur place, qui ont apprécié sa venue. Lors de cette journée nous avons eu des échos très positifs de la part des intervenants et des visiteurs, qui au travers de notre association retrouvent le plaisir de pratiquer des activités. Enfin, une dizaine de bénévoles ont été mobilisés (40 heures) sur cette journée, ainsi que l'équipe salariée (35 heures).

"Viens je t'emmène" du 14 au 27 novembre 2023

En partenariat avec Notre Temps, le Réseau Villes Amies des Aînés et la Ville de Rennes, l'OPAR a proposé aux retraités seuls, de participer à diverses animations :

13 et 20 novembre

> Viens je t'emmène jouer aux échecs à l'OPAR

15 novembre

> Viens je t'emmène prendre soin de toi à l'EHPAD Léon Grimault

15 novembre

> Viens je t'emmène à un après-midi ludique à l'OPAR

16 et 23 novembre

> Viens je t'emmène à une séance de yoga du rire à l'OPAR

17 novembre

> Viens je t'emmène à la découverte de What'sApp à l'OPAR

20 novembre

> Viens je t'emmène à la découverte d'un atelier numérique sur la sécurité informatique à l'OPAR

Au total 81 personnes ont participé aux 8 animations proposées par l'OPAR.

Réception des vœux de l'OPAR, le mercredi 10 janvier 2024



L'OPAR invite chaque année tous ses bénévoles, les partenaires institutionnels et privés à une réception afin de fêter la nouvelle année. Cette année, la réception des vœux a rassemblé une cinquantaine de personnes autour de Martine Cruveiller, présidente de l'OPAR et de Christophe Fouillère, élu de la Ville de Rennes en charge du vieillissement.

La journée des bénévoles, le mercredi 3 avril 2024

Cette année la journée des bénévoles était couplée avec la réunion des référents des clubs et activités de l'OPAR. 50 bénévoles se sont donc réunis le matin pour faire un point sur l'actualité de l'association et travailler ensemble sur la responsabilité sociale et environnementale des associations (*RSEA*). A l'issue de la matinée, tous ont pu partager le traditionnel buffet froid offert par l'OPAR à ses bénévoles pour les remercier de leur investissement et de leur implication dans les activités de l'association. L'après-midi, selon les goûts de chacun, 3 animations étaient proposées : jeux de société, casques de réalité virtuelle ou visite du Parlement de Bretagne.

Les 55 ans de l'OPAR – 1ère partie

L'année 2024 marque les 55 ans de l'association. Pour célébrer cet anniversaire, l'OPAR a décidé de proposer trois temps d'animation, deux au mois de mai et un au mois d'octobre 2024.

*** Jeu de piste le mercredi 15 mai 2024**

Le 15 mai a eu lieu le premier événement, un jeu de piste organisé par l'OPAR en collaboration avec 8 volontaires en service civique d'Unis-Cités. Malheureusement les conditions climatiques n'étant pas optimales, le jeu de piste et ses épreuves ont dû se dérouler dans les locaux de l'OPAR à défaut des 8 lieux emblématiques rennais initialement prévus. Cela n'a pas entamé la bonne humeur des 23 participants, qui en équipe, ont pu solliciter leur sens de l'observation, leur curiosité, leur logique, leur capacité physique et leur culture générale pour



résoudre les énigmes et défis proposés par les bénévoles, services civiques et animatrices de l'OPAR. A l'issue de ce parcours, l'ensemble des participants s'est retrouvé pour partager un goûter en toute convivialité et récompenser l'équipe gagnante qui s'est vue remettre des paniers garnis.

* Dictée Géante le mercredi 22 mai 2024

Le mercredi 22 mai, c'est autour de Madeleine Jaffré, vice-présidente de l'OPAR et ancienne professeure de français, qu'une trentaine de personnes s'est réunie pour plancher sur la dictée géante qu'elle avait préparé spécialement pour l'occasion. Cette dernière a proposé un texte avec des pièges orthographiques, mots rares, règles de grammaire complexes ou encore expressions peu connues. Christophe Fouillère, élu à la Ville de Rennes en charge du vieillissement s'est même prêté au jeu ! Tous les participants ont reçu en cadeau un marque page, et la gagnante qui a obtenu la note de 16/20 s'est vu remettre des livres et un panier garni. Les 9 autres meilleures notes ont aussi pu repartir avec un livre. A l'issue de cette dictée, les participants ont partagé un verre de l'amitié.

Le passage de la flamme Olympique à Rennes, samedi 1er juin 2024

Cette année, un événement planétaire s'est déroulé en France, les Jeux Olympiques et Paralympiques. Rennes a eu la chance de voir passer la flamme le 1er juin dans ses rues, avec des relayeurs de renom, dont une adhérente de l'OPAR, Michèle Sévin, ancienne pongiste paralympique ayant déjà participé aux JO d'Atlanta, de Sidney et d'Athènes. Un petit groupe de l'OPAR est allé sur le parcours pour la soutenir et l'encourager.



La Fête de la musique, mercredi 19 juin 2024

Cette année, pour fêter l'arrivée de l'été, nous avons décidé de faire un pique-nique zéro déchets dans le parc Tannou à proximité de l'OPAR, agrémenté d'animations l'après-midi. Une nouvelle fois la météo n'a pas été au rendez-vous et c'est dans la grande salle de l'OPAR que les 50 participants ont pu pique-niquer au sec. L'après-midi, le public a assisté à une démonstration des élèves du cours de Zumba, écouter une violoncelliste mais aussi les chants de la chorale Belcanto de l'OPAR. Malgré le mauvais temps, c'est dans la joie et la bonne humeur de nos adhérents que cette journée s'est déroulée et terminée vers 16h30.

Passeport retraite, juin 2024

Tout au long du mois de juin, l'OPAR a proposé aux retraités de Rennes et de sa Métropole, de participer à des séances d'essai dans les activités et clubs participants à l'opération. Sur inscription à l'accueil, les personnes intéressées ont reçu un passeport leur permettant d'accéder à des activités pour pouvoir les découvrir gratuitement. Une occasion de préparer sa rentrée et de profiter des places disponibles en fin de saison ! Cette année il y a eu 53 participations aux activités sportives (52 participations en 2023), 27 participations aux activités culturelles (7 participations en 2023) et 38 participations aux activités bien-être (38 participations en 2023).

Au total, 118 participations cette saison (97 en 2023) dont 72 femmes et 7 hommes, avec une moyenne d'âge de 72,5 ans (69,8 ans en 2023). Parmi eux se trouvaient 53 adhérents et 26 non adhérents.

3/ LES ACTIVITÉS ET ANIMATIONS

636 adhérents font partie d'un club sur les 1 327 adhérents en 2023/2024. L'OPAR compte 17 clubs de retraités répartis sur la ville de Rennes et selon leur type d'activité.

- > 9 clubs de quartier.
- > 5 clubs d'activités culturelles, artistiques ou ludiques.
- > 3 clubs sportifs.

Les référents de club

Afin d'aider les clubs de quartier dans l'organisation des activités et le suivi administratif, les référents des clubs ont œuvré tout au long de l'année.

- > Aurore Poildevin, est chargée du suivi des clubs de quartiers.
- > Esther Bodennec est chargée du suivi des clubs sportifs.
- > Renaud Gaillard est chargé du suivi des clubs Bridge et Belcanto.

Dispositif Sortir

69 personnes ont bénéficié de la carte Sortir pour faire des activités régulières ou ponctuelles à l'OPAR sur l'exercice 2023/2024 (56 sur l'exercice 2022/2023).

Rapport d'activité des clubs

►► Club Clôteaux-Bréquigny

Cette saison, le club Clôteaux-Bréquigny s'est à nouveau réuni le lundi après-midi dans la ludothèque de la MJC de Bréquigny. Un lieu apprécié des participantes car il permet d'avoir accès à certains jeux de société pour varier les animations à chaque rencontre.

Chaque semaine, 11 adhérentes de 64 à 71 ans sont donc venues pour pratiquer des activités ludiques variées : quiz, petit bac, jeux de société divers, ... le tout dans la convivialité et la bonne humeur. Deux rencontres à l'extérieur du club ont été organisées : un repas au restaurant et une animation à la bibliothèque de Bréquigny. Enfin, depuis le mois de janvier une nouvelle bénévole participe à l'animation des séances et apporte de nouvelles idées pour le club.

►► Club Vélo/Cyclotourisme

Quand on partait de bon matin, quand on partait sur les chemins, à bicyclette ! Nous étions quelques bons copains, y'avait Gérard y'avait Roger, y'avait Françoise et Jean-Allain, et puis Hélène !

Comment ne pas entendre Alain fredonner, entre autres, cette chanson au sein de notre super groupe...

Malgré une météo très capricieuse cette année, cela ne nous a pas empêchés d'effectuer de nombreux kilomètres ensemble et toujours dans la bonne humeur ! Pas de bobos à déplorer, pas de pertes non plus... juste quelques crevaisons mais tout le monde est toujours rentré à bon port.

Si nous tournons autour de Rennes à partir de nos 7 points de départ différents, cette année nous avons pu effectuer 3 sorties (sous le soleil) hors de Rennes associant les cyclos du mardi et du jeudi, pour notre plus grand plaisir : Brocéliande et ses couleurs d'automne en novembre 2023, Guipry Messac le long de la vilaine en avril 2024 et un circuit autour de Saint Méloir des Ondes en juin 2024. Ces sorties ayant fait l'unanimité, nous en prévoyons d'autres pour la saison 2024-2025 dont une partie de la voie verte « La régalande » : Mont Saint Michel / Maen Roch aller-retour. A qui veut nous rejoindre, rendez-vous lors des portes ouvertes du 12 septembre prochain à l'OPAR, à bicyclèèèèèèèè !



▶▶ Chorale Belcanto

Comme tous les ans, les membres de la chorale Belcanto se sont retrouvés à l'OPAR tous les mercredis après-midi pour chanter dans la joie et la bonne humeur. Elle a aussi eu l'occasion de faire 3 concerts dans des résidences seniors mais aussi participer à la fête d'été de l'OPAR le 19 juin. Après de longues années à diriger la chorale, Marie-Pierre Durand, cheffe de chœurs, a décidé de voguer vers de nouvelles aventures. A la rentrée, la chorale Belcanto aura un nouveau chef de chœurs.

▶▶ Club Cleunay

Cette saison, le Club de Cleunay a réuni 14 personnes pour des jeux de société tout au long de l'année à la Maison des Familles. Ces vendredis après-midi ont été ponctués de quelques temps forts : un repas de Noël le 22 décembre, la Galette des rois le 12 janvier ou encore la fête des mères le 24 mai. Grâce aux partenariats de l'OPAR avec l'IGR-IAE Rennes et Unis-cité, de nombreuses animations créatives et ludiques ont pu voir le jour cette saison : confection de décorations de Noël, réalisation de fleurs en carton, réalisation de photophore, atelier travaux d'aiguille, animations jeux vidéo, animations casque VR en intergénérationnel, etc.

▶▶ Club Randonnée Pédestre

Cette saison 2023/2024 a permis aux 65 adhérents du club de faire des randonnées (10 à 12 km) et/ou des promenades (6 à 8 km) dans la Métropole rennaise. Des moments conviviaux ont également été organisés dans la joie et la bonne humeur pour le plaisir de tous.



▶▶ Club d'entraide numérique

Comme depuis de nombreuses années maintenant, le club d'entraide numérique propose le mardi et le jeudi après-midi un temps d'échange et d'entraide sur les pratiques de l'informatique et d'internet. Destiné aux adhérents ayant déjà des bases en informatique, cette saison 19 personnes encadrées par des bénévoles, ont participé sur ces deux-demi journées à des échanges autour de diverses thématiques comme : l'installation de logiciels, les réseaux sociaux, des conseils sur les achats d'ordinateur ou sur les abonnements, l'utilisation d'Excel, ANTS, ChatGPT..... La saison prochaine, l'OPAR ne dispensant plus de cours informatiques, quelques changements seront opérés au sein de club. Ainsi, les inscriptions seront au trimestre afin de donner la possibilité au plus grand nombre de se faire aider et un thème choisi collectivement sera développé 1 fois par mois lors des 2 sessions.

▶▶ Chorale Les Chœurs du lundi



Cette année la chorale a vu le départ à la retraite de son chef de chœurs Pierre Gauthier, qui pendant des années a dirigé les choristes dans la joie et la bonne humeur ! Il a été remplacé en septembre 2023 par Gérard Baslé qui assure la direction de la chorale bénévolement avec humanité et professionnalisme. Cette saison, 4 concerts ont été organisés, notamment le traditionnel concert solidaire à l'église St-Paul. Cet événement a permis de récolter 760€ en faveur de l'association « *Petits cadeaux bonheur* » qui organise des actions en faveur des personnes atteintes d'un cancer. 2 repas conviviaux ont également eu lieu au cours de l'année et le programme de la prochaine saison s'annonce aussi riche !

▶▶ Club Printemps Guingéné

Cette saison, les adhérents du club Printemps Guingéné se sont réunis plusieurs fois par semaine dans une ambiance conviviale pour pratiquer les activités suivantes : bals, palets, jeux de société et tarot. Tous les 2èmes mardis du mois, un loto est également organisé et rencontre toujours un grand succès. Au cours de l'année, de nombreuses sorties se sont déroulées dans la région, comme par exemple un cochon grillé à Cardroc, les langoustines à Saint-Quay Portrieux, une tête de veau à Pacé ou encore un spectacle cabaret à Muzillac. 4 goûters ont également été offerts aux adhérents du club lors des inscriptions en début d'année ainsi que pour Noël, la galette des rois et la fête des mères. C'est toujours avec joie et bonne humeur que chacun partage ces moments de découverte et de lien social.

III/ LA PRÉVENTION

La prévention est une thématique importante au sein de l'OPAR. L'association agit dans ce secteur depuis ses débuts, sur plusieurs axes :

- Prévention de l'isolement par la proposition d'activités toujours prétextes à la rencontre et à la lutte contre l'isolement social des retraités et des personnes âgées.
- Prévention santé et bien-être avec des activités physiques adaptées et des ateliers plus spécifiques.
- Prévention par l'information en étant un lieu de convergence et de diffusion de l'information et de formation des retraités.

1/ LA LUTTE CONTRE L'ISOLEMENT

Pôle Ressource

MONALISA

L'OPAR est adhérent à l'association MONALISA (*Mobilisation Nationale de Lutte contre l'isolement des Agées*) depuis 2014. La volonté de créer un réseau de lutte contre l'isolement se traduit par la mise en place des "équipes citoyennes MONALISA". Elles sont composées de citoyens bénévoles qui s'associent pour agir ensemble contre la solitude et l'isolement social des personnes âgées dans leur quartier, ville ou village.

La coopération MONALISA 35 souhaite se réinventer à travers 4 grandes thématiques de travail : la communication réseaux entre partenaires, la création d'équipes citoyennes pour accompagner les bénévoles, la création de temps forts et la formation des bénévoles.

Anim' à Dom

Pour cette saison, 50 personnes âgées isolées ont été accompagnées par le service. La moyenne d'âge des personnes inscrites est de 81 ans allant de 63 à 100 ans.

Cette année, par manque de bénévoles, nous n'avons pas pu satisfaire l'ensemble des personnes demandeuses. En fin de saison, 6 personnes âgées sont en attente d'un bénévole ou d'un volontaire en service civique.

39 demandes d'accompagnement nous ont été adressées par des professionnels (CDAS, CLIC, DACTiv, professionnels de santé), par les familles ou par les personnes elles-mêmes (qui ont souvent été orientées vers Anim'à Dom par le CLIC).

53 bénévoles (5 hommes et 48 femmes), ont effectué des visites, ainsi que 2 volontaires en service civique. La moyenne d'âge des bénévoles est de 44,3 ans allant de 19 à 77 ans.

Nous constatons depuis la crise sanitaire une accentuation des situations d'isolement parmi les personnes âgées avec une forte demande émanant de personnes seules. L'âge moyen des bénévoles du service Anim' à Dom a légèrement augmenté (45,3 ans cette saison contre 40,6 ans en 2022/2023). 37,7% de bénévoles ont entre 19 et 34 ans et 20,7% de bénévoles ont plus de 65 ans.

Animations

Dimanche Tout Tannou

Depuis 15 ans il est proposé aux personnes âgées isolées un temps et un lieu de rencontre un dimanche par mois. La plupart ont lieu au siège de l'association mais nous avons aussi pris le car pour aller écouter l'Opérette « *Monsieur Carnaval* » à Pleurtuit et un autre dimanche a eu lieu à la Maison des familles de Cleunay. Le principe est de partager le déjeuner et d'assister à une animation l'après-midi. Cette année nous avons accueilli : Charly Paut, Planète seniors, La Plomberie du Canal, Nostalgia, Voix Nomades et Hadenn A Breizh. Deux repas ont également été proposés en juillet et août dans une crêperie rennaise.

En 2023-2024 nous avons donc organisé 11 Dimanche Tout Tannou. Au total nous avons accueilli 373 personnes pour les repas et 332 personnes pour les animations. Cette action a été financée par la Conférence des financeurs jusqu'en mars 2024, ce qui a permis de rendre ces rencontres accessibles au plus grand nombre. Depuis le mois d'avril cette action n'est malheureusement plus subventionnée. Nous avons donc augmenté le tarif pour le repas et proposons davantage d'animations bénévoles. Merci aux 3 bénévoles sur qui nous pouvons toujours compter, pour que ces moments puissent avoir lieu.



Voyage ANCV à Saint-Généès en Dordogne

Lors de ce séjour, nous étions dans un village vacances ULVF situé dans une petite ville typique du Périgord noir. Le groupe de 46 personnes a pu profiter de cette belle région. Au programme : promenade en gabarre à la Roque-Gageac, grotte de Rouffignac, gouffre de Padirac, Rocamadour, Château des Milandes... Le dispositif « ANCV seniors en vacances » a permis aux personnes de partir en vacances à un tarif abordable et à 22 participants d'avoir une réduction de 194€ supplémentaires grâce à ce dispositif soumis à un barème de revenu annuel. De nombreuses rencontres amicales ont eu lieu lors de ce voyage très convivial.



Balades d'été

Durant l'été 2023, 9 balades ont été programmées. Elles ont été accompagnées par nos animateur(rices) Aurore, Esther et Renaud. Ils ont pu compter sur les bénévoles pour les soutenir lors de ces sorties :

- Mardi 4 juillet : Bignan et Poul Fétan (56), *44 inscrits*.
- Mardi 11 juillet : La Gacilly et Lohéac (56 et 35), *27 inscrits*.
- Mardi 18 juillet : Lamballe (22), *25 inscrits*.
- Mardi 25 juillet : Nantes (44), *48 inscrits*.
- Mardi 1er août : Concarneau (29), *48 inscrits*.
- Mardi 8 août : Sud Mayenne (53), *36 inscrits*.
- Jeudi 17 août : Saint-Nazaire (44), *38 inscrits*.
- Mercredi 23 août : Piré Chancé (35), *38 inscrits*.
- Mardi 29 août : Auray (56), *50 inscrits*.

151 personnes ont profité de ces balades et nous avons enregistré 349 inscriptions pour ces 9 balades. C'est encore une grande majorité de femmes qui participent (129 femmes et 22 hommes).



Balades d'Hiver

Cet hiver, trois balades ont été proposées par les animateur(rices) de l'OPAR :

- Jeudi 12 octobre 2023 à Saint Gonlay.
- Mardi 12 décembre 2023 à l'écomusée de la Bintinais.
- Mardi 23 avril 2024 aux archives départementales.

Ces visites ayant réuni 28 personnes ont été très appréciées par nos adhérents.

Les animations de l'été 2023

Outre les traditionnelles balades d'été qu'il organise depuis de nombreuses années, l'OPAR propose aux personnes qui le souhaitent en juillet et août des activités les lundis, mercredis et jeudis.

Ainsi, cet été, 27 personnes ont fait travailler leurs méninges, 38 ont participé aux balades culturelles, 4 aux après-midis ludiques et 12 se sont baladées dans les parcs rennais. Au total ce sont 81 personnes qui ont pu profiter au cours de l'été de ces activités ludiques et culturelles proposées par nos animateur(rices).

Vacances Vivantes



Du 4 au 8 septembre 2023, 12 vacanciers de Rennes et Mordelles ont pris la direction du Pouliguen pour un séjour au centre « *Mon Abri* ». Ils étaient accompagnés par Renaud Gaillard, animateur à l'OPAR, Gérard, bénévole de la Longère au CIAS à l'Ouest de Rennes, Huguette et Chantal, bénévoles à l'OPAR. Au programme : visite guidée de la cité médiévale de Guérande, visite du Musée Bernard Boesch, petit train et balade à la Turballe, découverte de la Brière en chaland, Océarium du Croisic ou encore visite de la maison des paludiers. Tous ont bien apprécié ce séjour en Loire Atlantique.

Noël Tout Tannou le 25 décembre 2023 et jour de l'an le 1^{er} janvier 2024

Pour la 14^{ème} édition du Noël Tout Tannou, nous avons choisi le thème du « *Noël blanc* ». Les 4 bénévoles qui ont participé à la décoration de la salle se sont réunis à 7 reprises. Le jour de Noël nous avons accueilli 68 personnes dont 5 avaient la carte sortir. C'est encore avec plaisir qu'Henri Bertru, chanteur et accordéoniste, a animé cette journée de Noël. Cette journée a été chaleureuse et conviviale, les participants ont pu danser, chanter, raconter des histoires, des poèmes... Pour le jour du Nouvel An, deux tavernes rennaises ont accueilli chacune 60 personnes. C'est donc au total 120 personnes isolées qui sont venues fêter la nouvelle année. Encore une fois nous remarquons à quel point il est important de proposer ces repas pour que les moments festifs soient sous le signe du partage et de la joie. Noël Tout Tannou et le Jour de l'An ont été financés par la Conférence des Financeurs, cela permet de proposer aux participants un coût abordable.



Escapade culturelle



Du 3 au 5 avril 2024, 45 personnes ont pu profiter de l'escapade culturelle organisée cette année en Sologne. Au programme : visite des Châteaux du Clos Lucé, de Cheverny et de Chambord, visite en calèche de la ville de Blois, visite d'un domaine viticole et d'une usine de chocolat. Le cadre de l'hébergement dans un charmant domaine a été particulièrement apprécié des participants, ainsi que la richesse des visites proposées. Cette année encore, l'ambiance générale au sein du groupe a permis à chacun de profiter de ces trois journées bien remplies.

Anim'Mobile

Lancé en avril 2023, cette saison était la première année complète de l'action Anim'Mobile. Pour rappel, l'objectif est d'aller à la rencontre des habitants dans les quartiers de Rennes afin de lutter contre l'isolement et de créer du lien social. Sur la saison 2023/2024, il y a eu 37 temps de rencontre (*des actions organisées avec des partenaires comme les commissions seniors des quartiers ou Saint Vincent de Paul sont inclus dans ce chiffre*). Plus de 250 personnes ont été rencontrées, principalement dans trois quartiers de Rennes : Bréquigny, Bourg-L'évêque/La Touche/Moulin du Comte et Maurepas. Ces temps « d'aller vers » sont portés par Aurore, animatrice à l'OPAR, accompagnée par deux bénévoles régulières, 2 services civiques et des stagiaires.



Ces moments sont généralement bien appréciés par les habitants car certains constatent une perte de lien social avec leur voisinage. C'est particulièrement le cas sur le quartier de La Touche où des habitués ont été au rendez-vous toute l'année quel que soit le temps et la température.

2/ PRÉVENTION SANTÉ, BIEN-ÊTRE

Au vu de l'intérêt grandissant des adhérents pour les actions de prévention santé, l'OPAR a souhaité étendre son offre d'activités :

Les ateliers mémoire

Sur la saison 2023/2024, deux sessions mémoire ont été organisées, permettant ainsi à 24 personnes d'être sensibilisées. Ces ateliers mémoire ont pour objectifs de :

- Mieux connaître le fonctionnement de sa mémoire
- Prendre conscience de notre responsabilité pour améliorer notre mémoire
- Reprendre confiance dans les capacités de sa mémoire

Ces ateliers permettent de nombreux échanges et la création de liens entre les participants. C'est aussi souvent l'occasion pour certaines d'entre elles de découvrir les activités proposées au sein de l'association.

Groupes de parole

Marie David sait créer une ambiance conviviale où chacun peut s'exprimer et être écouté avec bienveillance. De nombreuses thématiques sont abordées : *La liberté d'expression doit-elle avoir des limites ? Serions-nous plus heureux si nous étions ignorants ? Peut-on se passer du passé ?...* Au total, 18 cafés philo ont eu lieu cette année comptant 208 inscriptions, ce qui fait une moyenne de 11,5 personnes par ateliers.

Yoga du rire

Le yoga du rire est une discipline sérieuse, malgré son nom, qui apporte de multiples bienfaits, tant au corps qu'à l'esprit, et ce tout en s'amusant, en prenant du plaisir et en créant du lien. Cette saison, Esther Bodennec, formée par l'institut Français du Yoga du rire et du rire Santé, a eu le plaisir de proposer cette activité à un groupe de 16 personnes allant de 61 à 85 ans. Cette pratique, reconnue par la médecine, est très appréciée pour augmenter le niveau de bonheur et accompagner dans la guérison.

Méditation pleine conscience

Cette activité de bien-être en plein essor, vise à diminuer le stress et vivre davantage le moment présent. Elle permet d'apprendre à rééquilibrer ses émotions et d'appréhender de manière plus apaisée la réalité quotidienne. Hervé Arnoux a accueilli cette saison un groupe de 16 personnes, allant de 62 à 94 ans.

Pilates

Cette année, 2 cours de pilates réunissant au total 31 personnes, allant de 58 à 84 ans ont été organisés à l'OPAR. Cette gymnastique très douce est un mélange d'étirements et de respiration qui permet de travailler l'ensemble du corps et les muscles en profondeur sans mouvement brusque.

Les ateliers de prévention des chutes

L'OPAR propose des cours d'équilibre et prévention des chutes tout au long de l'année à raison d'une séance par semaine hors vacances scolaires. Le cours a pour objectif de préserver et de renforcer l'équilibre pour éviter les chutes, de mieux connaître ses capacités, de reprendre confiance en soi et d'apprendre à se relever d'une chute. La pratique à l'année permet de renforcer l'équilibre et de travailler sur la coordination des mouvements en toute sécurité.

En 2023/2024, 63 participants allant de 67 à 97 ans étaient inscrits à un des 5 ateliers proposés à l'année au square de la Rance et à la Maison de quartier de Villejean soit 16 personnes de plus que l'année dernière.

Il s'agit d'une activité incontournable et entièrement financée par la conférence des financeurs, ce qui permet à tous d'en bénéficier gratuitement pour vieillir en bonne santé.

Le parcours de Remise en forme

En partenariat avec le Stade Rennais Athlétisme, l'OPAR propose deux créneaux de remise en forme par semaine afin de reprendre l'activité physique avec des exercices de renfort adaptés qui vont solliciter en douceur le système cardio-vasculaire et les chaînes musculaires. Le renforcement musculaire proposé s'effectue la plupart du temps sans charge mais avec du matériel ludique et spécifique tel que, fitball, bâtons, waff, medecin ball, élastiques, etc... La saison 2023/2024 a compté 21 participants. Pour la plupart d'entre eux, cette activité a eu des répercussions bénéfiques directes sur leur santé et sur leur motivation à poursuivre une activité physique.

Le renfort du dos

Les problèmes de dos sont récurrents chez les retraités. Ils peuvent être la conséquence d'un manque de musculation de cette partie du corps qui ne travaille pas suffisamment. Pour s'adapter à la demande, nous avons proposé aux adhérents des cours à l'année. 18 personnes ont pu en bénéficier cette année.

Des activités physiques adaptées aux retraités

Toutes les activités sportives développées à l'OPAR ont pour objectif principal de permettre aux retraités de se maintenir en bonne santé physique. Elles sont également le prétexte à la rencontre et à la lutte contre l'isolement social. Hormis la randonnée, le tennis de table et le vélo, les activités physiques sont encadrées par des professionnels diplômés.

3/ INFORMATIONS DES RETRAITÉS

Réunions d'information - conférences

L'OPAR organise des réunions et ateliers sur diverses thématiques santé, prévention et services en faisant intervenir des professionnels ou des associations concernées. En 2023/2024, 74 personnes ont pu y assister.

- Ateliers UFC Que Choisir :
 - Repérer les arnaques numériques, le 19 octobre, 10 participants
 - Repérer les substances toxiques dans les produits d'hygiène, le 16 novembre, 12 participants
 - Gaz et électricité, contrats et écogestes, le 14 décembre, 12 participants
 - Le démarchage et techniques de vente, le 18 janvier, 9 participants
 - Nutrition du champ à l'assiette, le 15 février, 13 participants
- Conférence sur la nutrition, le 4 octobre, 13 participants
- Présentation du dispositif sortir, le 26 janvier, 5 participants

Enfin, le hall d'accueil de l'OPAR est doté de présentoirs qui permettent aux retraités de retrouver une information détaillée sur des thématiques diverses (sociales, santé, ...).

Ateliers multimédia – réduction de la fracture numérique

L'OPAR propose des ateliers multimédia pour les retraités afin de les accompagner dans la découverte et l'utilisation des outils numériques et d'internet : ordinateurs, tablettes et smartphones. Cette action a pour objectif la réduction de la fracture numérique et un meilleur accès aux droits via un programme d'initiation spécifique orienté vers la découverte des sites internet utiles en termes de droits. L'OPAR concentre son action sur l'initiation 3 niveaux à ces outils avec une pédagogie et un rythme d'apprentissage adaptés (*4 à 6 personnes maximum par stage*). Ce projet n'étant plus financé par la Conférence des Financeurs d'Ille-et-Vilaine, depuis mai 2023 les stages sont payants et ont malheureusement été désertés. Nous avons par ailleurs été contraints de licencier économiquement notre animateur multimédia en mai 2024, mettant ainsi fin aux stages informatiques très appréciés de nos adhérents.

De septembre 2023 à mai 2024, 170 stages ou cours ont été dispensés auprès de 297 personnes par Pierre Bardou, notre animateur multimédia :

- Stages apprentissage général (*ordinateur, tablette, smartphone*) : 27 stages effectués, 69 inscriptions.
 - Stages à thèmes (*achats sur internet, retouches photos, what's app, classement sur ordinateur, doctolib, photos sur tablette et smartphone...*) : 72 stages effectués, 153 inscriptions.
- Cours individuels à l'OPAR : 60 cours effectués, 60 inscriptions.
- Stages en résidence seniors (*espace et vie, domitys, ...*) : 11 stages effectués, 15 inscriptions.

IV/ POLE RESSOURCES

Accueil des bénévoles au Pôle ressource

Les personnes souhaitant faire du bénévolat sont reçues individuellement pour construire leur projet. Un suivi est ensuite mis en place pour évoquer leurs parcours et leurs actions.

Les formations du Pôle Ressource

Le pôle ressource propose diverses formations qui permettent aux bénévoles de se retrouver pour approfondir leurs connaissances et échanger sur leurs pratiques de bénévolat.

Cette année, nous avons invité 9 bénévoles du service Anim' à Dom à suivre la formation « Vieillesse et Isolement » proposé par les Petits Frères des Pauvres. Cette formation d'une journée leur a permis de mieux identifier les causes et conséquences de l'isolement social des seniors, d'appréhender les conséquences du vieillissement. Elle leur a fourni les clés et outils pour prendre en compte ces changements dans la relation d'accompagnement.

Le Pôle Ressource prévoyait de proposer aux bénévoles Anim' à Dom 3 formations organisées par la coopération Monalisa : Formation Socle Monalisa, Formation Écoute active, relation à l'autre et Formation Geste et Postures, Accompagnement physique. Ces dernières n'ont pu être proposées par manque de subventions données à la coopération. Le Pôle Ressource prévoit aussi de proposer aux bénévoles une formation PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1).

Temps d'échange inter-bénévoles Anim' à Dom

Ce groupe est animé par Renaud Gaillard, accompagné de Martine Cruveiller, et s'est réuni en octobre 2022, janvier, avril et juin 2023. Il permet aux bénévoles d'échanger et de partager leur expérience, de revenir sur les questionnements rencontrés avec les personnes accompagnées et de travailler conjointement sur l'accompagnement bienveillant dans un cadre convivial et confidentiel. Ils sont encouragés à discuter sur ce qu'ils vivent dans leurs actions et à relever les points positifs et négatifs qu'ils rencontrent. Ces temps sont aussi l'occasion de se repositionner dans son bénévolat grâce aux témoignages des autres bénévoles. Si nous constatons des dysfonctionnements récurrents dans le binôme bénévole-personne accompagnée, le coordinateur intervient pour apaiser les tensions. Lorsqu'il n'y a pas de solution, l'OPAR propose au bénévole de changer de personne accompagnée.

REVUE DE PRESSE

■ Newsletter l'Essentiel 1/06/2024

Rompre la solitude des aînés



Parmi ses actions, l'Opar propose Anim'à Dom pour nouer des liens avec des personnes âgées (Photo : Opar - Anne-Cécile Esteve).

L'observatoire et pôle d'animation des retraités rennais (Opar) met en place, ce mois-ci, un « **passport retraite** » pour permettre de découvrir **gratuitement** ses activités.

A Propos

* L'Opar est une association rennaise créée en **1969**, qui tisse du **lien social** et s'attache au « **bien vieillir** ».

« L'enjeu était à la fois de **rompre l'ennui et la solitude** », résume Hélène Danté, coordinatrice de la structure.

* « **Aujourd'hui, en cette période post-covid, ce sont des missions d'autant plus importantes** », poursuit-elle.

« L'assistance sociale nous fait remonter de plus en plus de **demandes**, or, nous avons aussi **moins de bénévoles** depuis la crise sanitaire. »

* Parmi ses missions, l'Opar mène notamment des **Anim'à Dom**. Des bénévoles **se rendent** chez des adhérents. « **En ce moment, nous visitons une trentaine de personnes, par exemple pour faire de la lecture une fois par semaine.** »

■ Ouest France le 18/06/2024

Coup de pouce pour les Petits cadeaux bonheur



Les représentants de l'Opar et des Petits cadeaux bonheur lors de la remise de chèque. | PHOTO : OUEST-FRANCE

L'Observatoire et pôle d'animation des retraités rennais (Opar) a accueilli jeudi les représentants de l'association Les petits cadeaux bonheur pour une remise de chèque d'un montant de 760 €. En avril dernier, « **nous avons organisé un concert en l'église Saint-Paul en partenariat avec Les chœurs du lundi et la Chorale des rails chantantes** », détaille Martine Cruveiller, présidente de l'Opar.

« **Cette somme va nous permettre de poursuivre notre action auprès des personnes atteintes d'un cancer** », confie Danièle Simon, présidente.

Depuis 2015, les doigts de fée des 60 bénévoles tricotent et cousent des couvre-chefs, des doudous, des cache-poche de stomie ou encore des prothèses mammaires. Un soutien qui n'a pas de prix.

RAPPORT FINANCIER

1. Bilan au 30/06/2024

| Actif | | Passif | |
|---|------------------|--|------------------|
| Immobilisations <i>(Valeur du matériel que l'on possède)</i> | 11 686 € | Fonds propres <i>(Apports des financeurs à l'origine et excédents constatés depuis)</i> | 275 151 € |
| Stock <i>(Ce que nous avons acheté mais pas encore consommé)</i> | 28 731 € | Provisions <i>(Ce que nous risquons de payer)</i> | 33 088 € |
| Créances usagers <i>(Ce que les usagers nous doivent)</i> | 2 244 € | Fonds dédiés <i>(Fonds affectés restant à utiliser)</i> | 0 € |
| Autres créances <i>(Ce que l'on nous doit)</i> | 105 169 € | Dettes sociales <i>(Ce que l'on doit aux salariés et aux organismes sociaux)</i> | 38 294 € |
| Trésorerie <i>(Avoirs financiers placés ou en banque)</i> | 311 921 € | Autres dettes <i>(Sommes dues aux fournisseurs et aux autres partenaires)</i> | 36 664 € |
| Autres <i>(Charges payées d'avance)</i> | 10 712 € | Produits constatés d'avance <i>(Produits perçus par avance)</i> | 87 268 € |
| TOTAL | 470 464 € | TOTAL | 470 464 € |

2. Résultat 2023/2024

| | SIEGE | CLUBS | TOTAL |
|-------------------------|------------------|----------------|------------------|
| Produits d'exploitation | 483 481 € | 75 338 € | 558 819 € |
| Charges d'exploitation | 525 266 € | 70 441 € | 605 707 € |
| Résultat d'exploitation | -51 785 € | 4 896 € | -46 888 € |
| Résultat financier | 7 561 € | 145 € | 7 707 € |
| Résultat exceptionnel | -3 533 € | -740 € | -4 273 € |
| Impôt sur les sociétés | -526 € | 0 € | -526 € |
| Résultat net | -48 281 € | 4 302 € | -43 980 € |

3. Report à nouveau

| Affectation du résultat | Total |
|--------------------------------|---------------|
| Report à nouveau au 30/06/2023 | -61 741,00 € |
| Résultat au 30/06/2024 | -43 980,00 € |
| Report à nouveau au 30/06/2024 | -105 721,00 € |

4. Compte de résultat

| | Exercice N | Exercice N-1 | Ecart N / N-1 | |
|---|----------------|----------------|---------------|-------------|
| | 30/06/2024 12 | 30/06/2023 12 | Euros | % |
| Produits d'exploitation (1) | | | | |
| Cotisations | 73 246 | 66 805 | 6 441 | 9.64 |
| Ventes de biens et services | | | | |
| Ventes de biens | | | | |
| Ventes de dons en nature | | | | |
| Ventes de prestations de service | 247 966 | 232 821 | 15 145 | 6.51 |
| Parrainages | | | | |
| Produits de tiers financeurs | | | | |
| Concours publics et subventions d'exploitation | 220 422 | 217 904 | 2 519 | 1.16 |
| Versements des fondateurs ou consommations de la dotation consommable | | | | |
| Ressources liées à la générosité du public | | | | |
| Dons manuels | | | | |
| Mécénats | | | | |
| Legs, donations et assurances-vie | | | | |
| Contributions financières | | | | |
| Reprises sur amortissements, dépréciations, provisions et transferts de charges | 8 946 | 8 591 | 355 | 4.13 |
| Utilisations des fonds dédiés | | | | |
| Autres produits | 7 610 | 612 | 6 998 | NS |
| Total I | 558 190 | 526 732 | 31 458 | 5.97 |
| Charges d'exploitation (2) | | | | |
| Achats de marchandises | | | | |
| Variation de stock | | | | |
| Autres achats et charges externes | 321 310 | 302 464 | 18 846 | 6.23 |
| Aides financières | | | | |
| Impôts, taxes et versements assimilés | 4 865 | 4 483 | 381 | 8.51 |
| Salaires et traitements | 211 388 | 202 665 | 8 723 | 4.30 |
| Charges sociales | 51 569 | 48 693 | 2 876 | 5.91 |
| Dotations aux amortissements et aux dépréciations | 3 826 | 4 348 | 522 | 12.00 |
| Dotations aux provisions | 5 780 | 4 039 | 1 741 | 43.10 |
| Reports en fonds dédiés | | | | |
| Autres charges | 6 340 | 7 890 | 1 550 | 19.64 |
| Total II | 605 078 | 574 582 | 30 496 | 5.31 |
| 1 - Résultat d'exploitation (I-II) | 46 888 | 47 850 | 962 | 2.01 |

(1) Dont produits afférents à des exercices antérieurs

(2) Dont charges afférentes à des exercices antérieurs

| | Exercice N 30/06/2024 | 12 | Exercice N-1 30/06/2023 | 12 | Ecart N / N-1 | |
|---|--------------------------|----|----------------------------|----|---------------|---------------|
| | | | | | Euros | % |
| Produits financiers | | | | | | |
| De participation | | | | | | |
| D'autres valeurs mobilières et créances de l'actif immobilisé | | | | | | |
| Autres intérêts et produits assimilés | 7 707 | | 4 113 | | 3 594 | 87.38 |
| Reprises sur provisions, dépréciations et transferts de charge | | | | | | |
| Différences positives de change | | | | | | |
| Produits nets sur cessions de valeurs mobilières de placement | | | | | | |
| Total III | 7 707 | | 4 113 | | 3 594 | 87.38 |
| Charges financières | | | | | | |
| Dotations aux amortissements, aux dépréciations et aux provisions | | | | | | |
| Intérêts et charges assimilées | | | | | | |
| Différences négatives de change | | | | | | |
| Charges nettes sur cessions de valeurs mobilières de placement | | | | | | |
| Total IV | | | | | | |
| 2. Résultat financier (III-IV) | 7 707 | | 4 113 | | 3 594 | 87.38 |
| 3. Résultat courant avant impôts (I-II+III-IV) | 39 182 | | 43 738 | | 4 556 | 10.42 |
| Produits exceptionnels | | | | | | |
| Sur opérations de gestion | 50 | | 44 | | 6 | 13.64 |
| Sur opérations en capital | 775 | | 870 | | 95 | 10.92 |
| Reprises sur provisions, dépréciations et transferts de charges | | | | | | |
| Total V | 825 | | 914 | | 89 | 9.74 |
| Charges exceptionnelles | | | | | | |
| Sur opérations de gestion | 5 098 | | 1 110 | | 3 988 | 359.28 |
| Sur opérations en capital | | | | | | |
| Dotations aux amortissements, aux dépréciations et aux provisions | | | | | | |
| Total VI | 5 098 | | 1 110 | | 3 988 | 359.28 |
| 4. Résultat exceptionnel (V-VI) | 4 273 | | 196 | | 4 077 | NS |
| Participation des salariés aux résultats (VII) | | | | | | |
| Impôts sur les bénéfices (VIII) | 526 | | 311 | | 215 | 69.13 |
| Total des produits (I+III+V) | 566 722 | | 531 759 | | 34 962 | 6.57 |
| Total des charges (II+IV+VI+VII+VIII) | 610 702 | | 576 003 | | 34 699 | 6.02 |
| 5. EXCEDENT OU DEFICIT | 43 980 | | 44 244 | | 264 | 0.60 |

5. Prestations valorisées

| PRESTATIONS VALORISEES | |
|--|------------------|
| • Ville de Rennes | |
| Valeur locative des locaux du siège de l'OPAR | 120 311 € |
| Fluides (eau et électricité) | 3 586 € (*) |
| Frais de maintenance | 1 392 € (*) |
| Manifestation de la Porte Ouverte septembre 2023 | 812 € |
| Sous-total | 126 101 € |
| • Heures de bénévolat : siège et sections | 159 394 € |
| TOTAL | 285 495 € |

(*) Informations non transmises par la Ville de Rennes. Chiffres basés sur les données 2022/2023.

| SUBVENTIONS / ACTIONS EN DIRECTION DES PERSONNES AGEES | |
|--|--------------|
| • Ville de Rennes | |
| Viens je t'emmène - ateliers | 370 € |
| TOTAL | 370 € |

6. Budget prévisionnel 2023/2024

| CHARGES | SIEGE | SECTIONS | PRODUITS | SIEGE | SECTIONS |
|--|----------------|--------------|---|----------------|--------------|
| ACHATS CONSOMMES | 7 110 | 1 775 | PRODUITS FINANCIERS | 3 260 | |
| Achat papier | 630 | | | | |
| Achat matériel | 150 | 210 | SUBVENTIONS | 185 786 | 1 000 |
| Entretien, Réparation | 520 | 300 | Ville de Rennes : Fonctionnement | 161 405 | |
| Fournitures de Bureau | 1 200 | 1 265 | Conseil Départemental / Général | 1 200 | |
| Frais d'imprimerie | 2 445 | | Office des sports | 561 | |
| Frais de photocopies | 2 015 | | Subvention sur projets (Conf. Fin, Carsat, VDR,...) | 17 320 | 1 000 |
| Frais divers | 150 | | Subvention des 55 ans de l'OPAR | 2 700 | |
| | | | Subvention Service Civique | 2 600 | |
| SERVICES EXTERIEURS | 63 460 | 5 701 | ADHESIONS | 39 984 | |
| Loyer salles d'activités des clubs | 10 100 | 400 | Adhésions des personnes physiques | 39 000 | |
| Location extérieure hors clubs | 50 | | Adhésions des personnes morales | 300 | |
| Location machine à affranchir et balance | 550 | | Adhésions des personnes physiques professionnelles | 224 | |
| Location photocopieur | 2 300 | | Adhésions des associations exerçant activité à l'OPAR | 210 | |
| Affranchissements | 1 900 | 165 | Adhésions solidaires | 250 | |
| Téléphone | 2 140 | | | | |
| Location routeur | 990 | | PRESTATIONS | 35 560 | 1 000 |
| Abonnement internet | 910 | | Prestations de secrétariat | 400 | |
| Entretien des locaux | 9 600 | | Publicité sur les supports de communication | 3 350 | |
| Maintenance | 3 915 | | Mise à disposition des salles Tannou | 2 610 | |
| Frais de communication | 540 | | Mise à disposition du personnel dans les clubs | 21 340 | |
| Assurances | 6 570 | | Indem. de Fin de Carrière des Animateurs | 680 | |
| Abonnement journaux - magazines | | 190 | Refacturation aux clubs (SACEM, matériel) | 4 750 | |
| Forums | 555 | | Assurance sportive | 1 855 | |
| Honoraires | 14 120 | | Dons – Contributions volontaires | 575 | 1 000 |
| Vie sociale | 250 | 3 271 | | | |
| Pharmacie | 10 | | | | |
| Subvention aux clubs | 100 | | | | |
| Déplacements – Frais de missions – Réceptions | 1 585 | | | | |
| Frais Assemblée Générale – Assemblée annuelle | 120 | 900 | | | |
| Services bancaires | 770 | 15 | | | |
| Location système carte bleue | 305 | | | | |
| Commission carte bleue | 240 | | | | |
| Adhésions | 1 180 | 60 | | | |
| Adhésion des structures hébergeant les clubs | 105 | | | | |
| Indemnités des services civiques | 2 760 | | | | |
| Formation des services civiques | 480 | | | | |
| Déplacement des services civiques | 665 | | | | |
| Déplacement des stagiaires (enseignement secondaire) | 25 | | | | |
| Pôle ressource – formation des bénévoles | 50 | | | | |
| Déplacement des bénévoles | 575 | 700 | | | |
| | | | | | |
| FRAIS DE PERSONNELS | 246 365 | | AUTRES PRODUITS | 775 | |
| Formation personnel | 500 | | Remboursement (CPAM, Prévoyance, formation) | 500 | |
| Œuvres sociales | 915 | | Quote-part subvention équipement | 255 | |
| Personnels Permanents | 222 850 | | produits divers | 20 | |
| Salaires bruts | 170 000 | | | | |
| URSSAF - Pole Emploi – CPF | 30 000 | | | | |
| Retraite complémentaire | 8 800 | | | | |
| Prévoyance | 3 500 | | | | |
| Mutuelle | 3 600 | | | | |
| Médecine du Travail | 650 | | | | |
| Formation continue | 3 800 | | | | |
| Indemnité de déplacements | 1 500 | | | | |
| Remboursement abonnements de transport | 1 100 | | | | |
| Personnels Animateurs Techniciens | 22 000 | | | | |
| Salaires bruts | 17 000 | | | | |
| URSSAF - Pole Emploi – CPF | 2 840 | | | | |
| Retraite complémentaire | 800 | | | | |
| Prévoyance | 350 | | | | |
| Mutuelle | 500 | | | | |
| Médecine du Travail | 110 | | | | |
| Formation continue | 400 | | | | |
| | | | PRODUITS EXCEPTIONNELS | 59 559 | 0 |
| CHARGES EXCEPTIONNELLES | 1 500 | 1 000 | Reprise de trésorerie | 59 559 | |
| Réserve | 1 500 | | | | |
| Don | | 1 000 | | | |
| | | | | | |
| IMPOTS ET TAXES | 5 415 | 4 750 | | | |
| Autres taxes | 1 000 | | | | |
| SACEM des activités des clubs | 4 415 | 4 750 | | | |

| CHARGES | SIEGE | SECTIONS | PRODUITS | SIEGE | SECTIONS |
|---|----------------|---------------|---|----------------|---------------|
| ACTIVITES D'ANIMATION DU SIEGE | 198 695 | | ACTIVITES D'ANIMATION DU SIEGE | 207 031 | |
| <i>Solidarité et préventions</i> | <i>28 210</i> | | <i>Solidarité et préventions</i> | <i>25 545</i> | |
| Anim'adom | 1 585 | | Anim'adom | 250 | |
| Animation structure - PO - VJTE – Rdv positif... | 3 000 | | Animation structure - PO - VJTE – Rdv positif... | 2 800 | |
| Anniversaire 55 ans de l'OPAR | 4 800 | | Anniversaire 55 ans de l'OPAR | 3 250 | |
| Dimanche tout Tannou | 10 500 | | Dimanche tout Tannou | 10 700 | |
| Noël Tout Tannou | 1 500 | | Noël Tout Tannou | 1 500 | |
| Repas Jour de l'An | 4 250 | | Repas Jour de l'An | 4 500 | |
| Atelier mémoire | 1 775 | | Atelier mémoire | | |
| Remues ménages | | | Remues ménages | 504 | |
| Café philo | 1 800 | | Café philo | 2 041 | |
| Clubs de quartier | 5 547 | | Clubs de quartier | 1 055 | |
| Côteaux-Bréquigny | 1 162 | | Côteaux-Bréquigny | 330 | |
| Francisco Ferrer (Toujours Jeunes) | 1 124 | | Francisco Ferrer (Toujours Jeunes) | 104 | |
| Carrefour 18 | 875 | | Carrefour 18 | 125 | |
| Vaneau | 1 036 | | Vaneau | 256 | |
| Maurepas | 900 | | Maurepas | 240 | |
| Clubs de quartiers mutualisés | 300 | | Clubs de quartiers mutualisés | | |
| Isolément | 150 | | Isolément | | |
| Activités culturelles et ludiques | 5 899 | | Activités culturelles et ludiques | 7 053 | |
| Art floral | 864 | | Art floral | 912 | |
| Club d'entraide numérique | | | Club d'entraide numérique | 360 | |
| Cuisine au masculin | 750 | | Cuisine au masculin | | |
| Echiffable - Scrabble Duplicate | | | Echiffable - Scrabble Duplicate | 28 | |
| Jeu d'échec | 25 | | Jeu d'échec | 225 | |
| Neurones en fête – dictée | | | Neurones en fête – dictée | 480 | |
| Atelier chanson | | | Atelier chanson | 288 | |
| Dessin – peinture | 4 260 | | Dessin – peinture | 4 760 | |
| Activités physiques et de bien-être | 87 783 | | Activités physiques et de bien-être | 73 371 | |
| Aquagym | 26 400 | | Aquagym | 30 008 | |
| Natation | 5 305 | | Natation | 5 950 | |
| Bienvenue à la retraite – pour bien vivre en Bretagne | 3 385 | | Bienvenue à la retraite – pour bien vivre en Bretagne | | |
| Gymnastique d'entretien | 8 035 | | Gymnastique d'entretien | 9 860 | |
| Gym douce | 2 400 | | Gym douce | | |
| Équilibre et prévention des chutes | 4 800 | | Équilibre et prévention des chutes | 5 115 | |
| Remise en forme | 2 730 | | Remise en forme | 3 129 | |
| Sophrologie | 595 | | Sophrologie | 679 | |
| Tai chi chuan | 1 500 | | Tai chi chuan | 2 340 | |
| Yoga | 2 295 | | Yoga | 2 349 | |
| Yoqa du rire | 300 | | Yoqa du rire | 1 260 | |
| Méditation | 1 800 | | Méditation | 2 040 | |
| Zumba | 2 250 | | Zumba | 3 520 | |
| Pilate | 3 733 | | Pilate | 4 650 | |
| Jin shin jitsu | 980 | | Jin shin jitsu | 1 099 | |
| Danse libre | 1 275 | | Danse libre | 1 372 | |
| Voyages | 84 350 | | Voyages | 83 735 | |
| Balades d'été – animation d'été | 19 340 | | Balades d'été – animation d'été | 24 900 | |
| Escapade culturelle | 23 000 | | Escapade culturelle | 24 000 | |
| Séjour voyage ANCV | 41 010 | | Séjour voyage ANCV | 43 735 | |
| Balade vivantes | 1 000 | | Balade vivantes | 1 100 | |
| Nouvelles activités | 5 908 | | Nouvelles activités | 6 272 | |
| Auto-défense | 1 439 | | Auto-défense | 1 550 | |
| Renfort du dos | 3 028 | | Renfort du dos | 3 100 | |
| Stretching | 1 439 | | Stretching | 1 550 | |
| Palets | | | Palets | 72 | |
| ACTIVITES D'ANIMATION DES SECTIONS | | 56 536 | ACTIVITES D'ANIMATION DES SECTIONS | | 67 902 |
| Achats des goûters | | 3 116 | Participation des goûters | | 2 970 |
| Achats de lots pour jeux et concours | | 2 750 | Participation aux jeux et concours | | 4 000 |
| Sorties organisées pour les adhérents | | 23 370 | Sorties organisées pour les adhérents | | 19 260 |
| Bals (musicien – guiso) | | | Entrées bals | | 5 100 |
| Fournitures d'activités | | 5 300 | Cession fournitures d'activités | | 3 560 |
| Prestation animation | | | Prestations d'animations des sections | | 120 |
| Facturation du personnel pour les activités | | 22 000 | Cotisations d'activités des participants | | 32 892 |
| Dotations Indemnités Fin de Carrière | 5 900 | | | | |
| Dotations aux amortissements | 3 510 | 140 | | | |
| TOTAL | 531 955 | 69 902 | TOTAL | 531 955 | 69 902 |
| BUDGET CONSOLIDE | 601 857 | | BUDGET CONSOLIDE | 601 857 | |

Compte-rendu de l'assemblée générale du 22 novembre 2023

Le 22 novembre 2023 à 10h, les membres de l'association OPAR se sont réunis en Assemblée Générale Ordinaire au siège de l'OPAR, 62 rue de Dinan. Il a été établi une feuille d'émargement qui laisse apparaître un total de 48 membres présents ou représentés.

Accueil par la Présidente, Martine Cruveiller

La Présidente remercie les délégués et les partenaires pour leur présence à l'Assemblée Générale Ordinaire de l'OPAR. Monsieur Christophe Fouillère, Adjoint délégué au Vieillissement, n'ayant pas pu venir, Mme Cruveiller se charge de transmettre un message de sa part :

«Madame la Présidente, Mesdames et Messieurs, je suis sincèrement désolé de ne pas pouvoir être avec vous à l'occasion de votre assemblée générale qui est un moment très important pour votre vie associative, mon absence étant due à un problème de santé qui m'oblige à l'isolement cette semaine. Adjoint délégué au vieillissement depuis le 15 mars 2023, j'ai eu l'occasion d'aller à votre rencontre sur deux temps forts organisés par l'OPAR et d'échanger avec vos administrateurs en juin et novembre 2023. Nos échanges de vendredi dernier ont été particulièrement riches sur les actions et les perspectives de l'OPAR, votre rapport d'activité 2022-2023 témoignant de la diversité et de la qualité des actions que vous conduisez en direction des personnes âgées de Rennes, ainsi que de la vitalité de l'engagement bénévole que vous mobilisez pour conduire vos activités. Je tiens à saluer la qualité du dialogue que nous entretenons et à vous assurer du soutien de la Ville de Rennes, à travers notamment la mise en œuvre de la convention qui nous lie et qui nous fait partager plusieurs enjeux : la lutte contre l'isolement des aînés, le lien social et la réduction de la fracture numérique. Nous serons également à vos côtés pour accompagner les festivités que vous organiserez en 2024 à l'occasion de votre 55ème anniversaire et appuyer vos demandes de subventions auprès de la conférence des financeurs au sein de laquelle la Ville est représentée. Par ailleurs, je souhaite partager avec vous une excellente nouvelle pour notre Ville : après Rennes Métropole qui s'est vue décerner le « label Or » Métropole Amie des Aînés, la Ville de Rennes vient d'obtenir le « label Platine » Ville Amie des Aînés décerné par le Réseau Francophone des Villes Amies des Aînés. L'OPAR participe au comité de suivi de cette démarche qui a débattu récemment sur notre plan d'action Rennes Ville Amie des Aînés qui sera soumis à l'approbation du conseil municipal du 4 décembre prochain. L'obtention de ce label est une reconnaissance pour l'action de notre Ville et pour l'ensemble des acteurs qui œuvrent en direction des personnes âgées sur notre territoire, ce qui doit nous encourager à poursuivre nos efforts et surtout à continuer à élaborer des réponses nouvelles aux enjeux du vieillissement et aux besoins des personnes âgées. Je sais pouvoir compter sur vous pour nous aider à répondre à ces enjeux comme vous pouvez compter sur la Ville pour vous accompagner dans vos initiatives. Je vous souhaite une très belle assemblée générale. »

Adoption du compte-rendu de l'Assemblée Générale du 23 Novembre 2022

Le compte-rendu est adopté à l'unanimité.

Rapport moral - Martine Cruveiller, Présidente

Notre assemblée générale de ce jour porte sur l'exercice allant du 1er juillet 2022 au 30 juin 2023, et je vous présente maintenant le rapport moral concernant cette période. Après la pandémie qui nous a tous éprouvés, nous avons constaté avec grand plaisir un retour de nos adhérents, désireux de reprendre des activités et par là même de retrouver du lien social. Nous n'avons pas encore retrouvé le nombre d'adhérents d'avant COVID qui était de 1500, mais au 30 juin 2023, nous avons 1304 adhérents. Depuis plus d'un demi-siècle, la volonté de l'OPAR est d'offrir aux retraités, des activités qui leur permettent des moments agréables et amicaux. Cependant les temps ont changé et désormais nos préoccupations majeures vont aussi vers les personnes en difficulté. Dans un objectif de lutte contre l'isolement des seniors, notre service Anim'à Dom existe depuis 2005. Le but est de répondre à la demande d'une personne âgée isolée ou de sa famille, en recherchant un bénévole qui pourra aller lui rendre une visite hebdomadaire. La constitution d'un binôme personne âgée/bénévole demande du savoir-faire et de la perspicacité, pour bâtir une relation harmonieuse tenant compte du caractère de chacun. Nous avons donc systématisé des rencontres trimestrielles entre bénévoles d'Anim'à Dom afin qu'ils se sentent soutenus ; ils peuvent ainsi exprimer leurs craintes ou leurs

difficultés mais aussi leur satisfaction. Dans cet esprit, nous avons déployé de nouvelles actions de solidarité. Des actions de partenariat «Thé ou café » qui consistent à aller proposer aux passants une boisson chaude gratuite dans la rue, à des endroits recommandés par les bailleurs. Dans la même veine, nous avons aussi Anim'Mobile : grâce au vélo triporteur identifié OPAR, salariée et bénévole(s) se positionnent dans des lieux stratégiques, pour aller à la rencontre des habitants et créer du lien social par des temps de rencontres conviviales. Par ailleurs une salariée de l'OPAR est en lien avec nos clubs de quartier et elle apporte un soutien logistique et/ou d'animation à nos clubs qui en ont besoin. Enfin, toujours soucieux de connaître les attentes de nos adhérents ou les améliorations à apporter, nous lançons tous les 3/4 ans une enquête de satisfaction. La précédente datant de 2019, nous avons diffusé un nouveau questionnaire auquel il peut être répondu anonymement. Les résultats seront connus très prochainement et nous espérons qu'ils seront riches de nouvelles propositions. Comme à l'accoutumée vous seront présentés ce matin le rapport d'activité, puis l'expert-comptable et le commissaire aux comptes prendront la parole, et un point sera fait sur le budget. Un grand merci à tous les bénévoles ainsi qu'aux salariés de l'OPAR, pour leur implication et la qualité du travail fourni. Je vous remercie de votre attention.

Le rapport moral est validé à l'unanimité.

Rapport d'activité - Jean-Claude Le Boursicaud, Secrétaire

Vie associative

15 administrateurs font partie du Conseil d'administration de l'association et sont issus de 5 collèges. Sur la saison 2022/2023, l'OPAR comptait 1304 adhérents répartis comme suit : 539 sur les activités culturelles et ludiques / 228 sur les activités clubs de quartier / 425 sur les activités sportives et 112 sur les activités sociale, bien-être et diverses / 75 ont pu participer à des activités financées par la Conférence des Financeurs. Concernant le bénévolat il représente 10 954 heures ce qui équivaut à 6 équivalents temps plein. L'équipe de l'association est composée de 10 salariés. Elle a accueilli cette année 2 volontaires en service civique et 7 stagiaires. 6 commissions internes se réunissent régulièrement et travaillent sur différentes thématiques et des administrateurs font également partie de diverses délégations comme le Conseil des Mobilités ou encore Rennes Villes Amie des Aînés. L'OPAR collabore avec différents partenaires notamment financiers mais aussi en termes de communication dans ses différentes publications. L'association bénéficie également de plusieurs agréments (ANCV, dispositif « Sortir » et affiliation à la Ligue de l'enseignement). Elle participe à différentes actions avec d'autres partenaires et associations comme Global Cité ou la Maison des Aînés et des Aidants.

Animation

Sur cet exercice l'OPAR comptait 1304 adhérents dont la moyenne d'âge était de 75,5 ans. On constate qu'au niveau répartition des tranches d'âges, les 70-79 ans sont les plus nombreux au sein de l'association, ils représentent 45,8% des adhérents. Concernant les activités, les activités culturelles et ludiques regroupent le plus d'adhérents, avec 539 personnes. Sur la répartition des adhérents par quartier, sans surprise les adhérents les plus nombreux proviennent des quartiers les plus proches de l'OPAR, les quartiers Bourg l'Évêque et Centre, soit 330 adhérents. 179 adhérents viennent des communes de la métropole rennaise et 31 de villes extérieures à la Métropole. L'OPAR est partenaire du dispositif « Sortir », permettant à ses adhérents de bénéficier de réductions sur le prix des activités en fonction de leurs revenus, 56 personnes ont pu en bénéficier sur cette saison. 3 nouvelles activités ont vu le jour en septembre 2022 : pilates, zumba et escalade. Plusieurs événements ponctuels ont été organisés : le traditionnel Noël Tout Tannou, notre journée Portes-Ouvertes, la participation à l'évènement Viens Je T'emmène ou encore l'organisation du Forum « seniors et numérique ». L'OPAR compte 17 clubs : 9 clubs de quartiers, 5 clubs d'activités culturelles, linguistiques, artistiques ou ludiques, et 3 clubs sportifs. Un nouveau club a vu le jour cette année, de fil en Aiguilles, avec des activités autour du tricot.

Prévention

La prévention est une thématique importante pour l'OPAR qui agit dans ce secteur depuis sa création. L'association propose différentes activités dans le cadre de la prévention de la lutte contre l'isolement social des personnes âgées. 1318 personnes ont bénéficié de ces actions cette année. Grâce au soutien de la CARSAT, nous avons pu développer un nouveau service : Anim'Mobile. L'objectif du projet est d'aller à la rencontre des seniors dans différents quartiers de Rennes pour créer du lien social et lutter contre l'isolement. Pour cela, nous nous installons avec le vélo cargo (contenant du matériel d'animation) en bas

d'un immeuble ou sur une place pour proposer des moments conviviaux, d'échange et d'animation. L'idée est de proposer ces temps de façon régulière afin de devenir un point de repère et de ressource pour les personnes qui en ont besoin. Pour ces premiers mois, nous avons réalisé 8 animations entre le 17 avril et le 22 juin, et nous avons touché 103 personnes. L'OPAR agit aussi sur la prévention de la santé et du bien-être avec des activités physiques adaptées et des ateliers spécifiques, tels que le Yoga du rire, la prévention des chutes, la mémoire, ... Cette année, nous avons eu 376 participations à ces activités. Enfin, depuis quelques années pour répondre au mieux à la fracture numérique, l'association propose des stages multimédias qui rencontrent un vrai succès, avec 523 participations cette année.

Pôle Ressource

Au sein de l'OPAR, les personnes souhaitant faire du bénévolat sont reçues pour construire leur projet de bénévolat et participer ensuite aux actions de l'association. Le pôle ressources propose également diverses formations qui permettent aux bénévoles d'approfondir leurs connaissances.

Le rapport d'activité est approuvé à l'unanimité.

Rapport financier, Ludovic Busson – expert-comptable et Julien Baslé, commissaire aux comptes

Présentation de l'Expert-comptable (pages 31 à 36 du rapport d'activité). Comme les années passées, différents tableaux sont présentés :

- 1 - Évolution du nombre d'adhérents : en hausse 1304 contre 1206 en 2021/2022
- 2 - Présentation globale du compte de résultat : le siège présente un déficit de 44 244€
- 3 - Produits d'Exploitation : 526 732€.
- 4 - Charges d'Exploitation : 574 582€.
- 5 - Présentation globale de la trésorerie de l'association au 30/06/2023.
- 6 - Présentation générale du bilan.

Intervention du Commissaire aux Comptes

Rapport sur les comptes : Suite à nos travaux et à la justification des interrogations suscitées par nos contrôles, nous avons pu fonder notre opinion : nous certifions que les comptes annuels sont, au regard des règles et principes comptables français, réguliers et sincères, et donnent une image fidèle du résultat des opérations de l'exercice écoulé ainsi que de la situation financière et du patrimoine de l'association à la fin de cet exercice. **En conclusion, les comptes ne présentent pas d'anomalies significatives.** Nous n'avons pas d'observation à formuler sur la sincérité et la concordance avec les comptes annuels des informations données dans le rapport d'activité et les états financiers présentés en Assemblée Générale.

***L'assemblée générale, après avoir entendu le rapport de l'expert-comptable et le rapport du commissaire aux comptes approuve à l'unanimité les comptes annuels de l'OPAR pour l'exercice 2022-2023 se traduisant par un résultat déficitaire de 44 244€.**

***L'assemblée générale approuve à l'unanimité l'affectation du résultat de l'exercice 2022/2023, soit – 44 244€ au poste « report à nouveau ».**

***L'assemblée générale, à l'unanimité, donne quitus entier et sans réserve au conseil d'administration pour sa gestion relative à l'exercice 2023-2024.**

***L'assemblée générale approuve, à la majorité (1 abstention), le rapport spécial du commissaire aux comptes.**

L'assemblée générale renouvelle le mandat de la Société d'Expertise Comptable et de Commissariat aux Comptes (Cafex).

Élections des candidats au Conseil d'Administration

Candidats au titre du collège des adhérents directs des clubs et sections : Jacqueline GUEDEUX et Régine NOUVEL renouvellent leur candidature.

Candidat au titre du collège des personnes physiques : Patrick FABRE renouvelle sa candidature.

Résultats des élections

Votants : 48, Nuls : 0, Suffrages exprimés : 48.

Candidats au titre du collège des adhérents directs de sections : Jacqueline GUEDEUX (48 voix), Régine NOUVEL (48 voix).

Candidat au titre du collège des personnes physiques : Patrick FABRE (47 voix).

Montant des adhésions 2024/2025 - Jacqueline Guédeux, Trésorière

L'assemblée générale après en avoir délibéré valide à l'unanimité les montants des adhésions pour la période du 1er juillet 2024 au 30 juin 2025 :

*Adhérents des clubs ou section, personnes physiques et associations exerçant une activité à l'OPAR : 30€

*Personnes morales : 60€

*Personnes physiques professionnelles : 56€.

Rapport d'orientation - Martine Cruveiller, Présidente

Comme il était souhaité l'année dernière, nous avons aujourd'hui validé la remise à jour de nos statuts. En ce qui concerne l'avenir, nous aurons à cœur de suivre les orientations de notre projet associatif réécrit en 2022 et qui vaut jusqu'en 2026. Nous continuerons à développer des partenariats en apportant notre savoir-faire : notamment avec la Ville de Rennes dans le cadre de Rennes Ville Amie des Aînés, ou avec les structures de quartier, et avec ceux qui comme nous luttent contre l'isolement social. Pour appui, nous allons bientôt disposer de casques de réalité virtuelle qui permettront de nouvelles découvertes. Nous avons créé des liens avec Saint Vincent de Paul et les Petits frères des Pauvres. La journée annuelle coordonnée par la Maison des Aînés et des Aidants qui a eu lieu le 3 octobre sur la dalle du Colombier et qui rassemblait 14 partenaires, prend de l'ampleur. Elle sera rééditée. Pour nous faire connaître davantage, nous sommes présents sur les forums associatifs. Dans ce but également nous avons l'ambition d'être plus visibles. Cependant si la signalétique pour nous trouver est présente elle est très « discrète » dirons-nous, et elle n'incite pas à venir nous rencontrer spontanément... Aussi nous souhaitons pouvoir apposer le logo de l'OPAR sur le mur extérieur. Une demande d'autorisation est en cours auprès de la ville. Nous avons beaucoup œuvré pour proposer des activités multimédia, qui permettent de lutter contre la fracture numérique qui affecte nos aînés. Nous continuerons en ce sens. Pour la diversité des propositions de loisirs que nous offrons à nos adhérents, nous avons déjà créé des partenariats avec l'Opéra et le TNB. Nous allons en chercher de nouveaux. Nous développerons aussi des offres de balades variées à la demi-journée. Afin que tout un chacun puisse s'inscrire aux activités que nous proposons, notre guide annuel et notre site internet informent le public qu'il peut, sous conditions de ressources, bénéficier du dispositif « Sortir ». Nous allons amplifier cette information, et nous prévoyons une présentation par l'APRAS début 2024. Depuis la dernière rentrée nous proposons des activités dynamiques comme le pilates ou la zumba qui rencontrent un franc succès. Nous essayons aussi de faire tester de nouveaux jeux dans les clubs de quartiers et de développer davantage l'activité palets, bowling, billard ... Nous avons créé récemment une petite formation musicale qui se réunit pour le plaisir, et qui s'est-elle même nommée « *On ne se prend pas au sérieux* ». Si vous jouez d'un instrument, vous êtes les bienvenus. Par ailleurs, nous aimerions développer des activités liées à la transmission de savoirs. Sans nul doute nos aînés ont cette richesse. Et c'est là que vous les adhérents vous pouvez nous aider par votre connaissance des personnes ressources. Il en va de même pour le bénévolat. Vous l'avez compris, la lutte contre l'isolement est pour nous une préoccupation permanente et nous avons besoin de vous. Alors si vous, ou vos voisins et amis disposez d'un peu de temps, n'hésitez pas à proposer de l'aide. Nous accompagnons les bénévoles dans la démarche. Enfin, au mois de mai 2024, nous fêterons les 55 ans de l'OPAR et nous nous retrouverons pour trois événements festifs.

Le rapport d'orientation est validé à l'unanimité.

Budget prévisionnel - Jacqueline Guédeux, Trésorière

Le budget prévisionnel 2023/2024 a été adopté par le Conseil d'Administration du 28 juin 2023. Il se trouve aux pages 35 et 36 du rapport d'activité 2022/2023. Une fois de plus, il montre un déficit. Il est de 102 450€ pour le siège. Avec l'inflation que nous vivons actuellement, nous avons majoré à 10% toutes les charges.

◆ LES CHARGES :

* Achats consommés : 23 335€ contre 19 635€ en 2022/2023 (hausse 3 700€)

– Eau et électricité : suite aux nouvelles mesures de la Ville de Rennes, ces frais vont être totalement à la charge de l'OPAR à partir de 2024 contre 30% jusqu'ici. Malheureusement, avec la crise de l'énergie, nous allons subir une autre augmentation. Jusqu'à présent, les factures s'élevaient en moyenne à 3 300€ et nous craignons devoir à la Ville de Rennes 15 000€ pour 2023/2024.

–Frais d'imprimerie : malgré la suppression d'une passerelle 4 pages couleurs, nous serons à 385€ de plus

par rapport au précédent budget avec la hausse des prix.

–Frais de photocopies : nous avons du surcoût notamment à cause de notre public qui a besoin du support papier pour les activités. Financièrement, il est moins intéressant de changer de contrat.

• Services extérieurs : 63 795€ contre 74 675€ en 2022/2023 (baisse 10 880€).

–Loyers des salles d'activités des clubs : il a été constaté que certaines salles coûtaient cher par rapport au nombre d'adhérents et parfois la superficie ne correspondait plus du fait de la baisse du nombre de participants. Un travail a été fait pour que le coût soit plus juste et plus adapté.

–Internet : nous avons dorénavant la fibre.

–Entretien des locaux : il est effectué par une employée d'une autre association. Celle-ci nous a avertis que nous serons impactés par la révision du nouveau système de calcul du salaire.

–Maintenance : pour permettre d'envoyer les mails groupés aux adhérents, nous avons été contraints de passer à un système payant.

–Assurance : supplément avec le vélo cargo.

–Réception : il a été décidé de combiner le buffet froid de la CRCA avec la journée des bénévoles.

–Commission carte bleue : frais engendrés pour le paiement par carte bleue effectué par nos adhérents.

* Frais de personnel : 235 320€ contre 206 330€ en 2022/2023 (hausse de 28 990€)

- La convention collective a annoncé une hausse de la valeur des points en janvier 2024 pour pallier la hausse du SMIC. Ce qui engendre également l'augmentation des charges sociales.

- Un tuilage est prévu pour remplacer Hélène Danté avant son départ en congé maternité.

- Formation du personnel : obligation de l'employeur. Le coût est en fonction des besoins des salariés et de l'OPAR pour développer leurs compétences.

* Charges exceptionnelles :

- Réserve : 1 500€ en 2022/2023. Il a été décidé de maintenir ce montant en cas d'imprévu.

* Impôts et taxes : 5 310€ contre 4 500€ en 2022/2023 (hausse de 810€)

- Hypothèse d'une augmentation des taxes.

◆ PRODUITS :

* Subventions : 211 921€ contre 222 988€ en 2022/2023 (baisse de 11 067€)

- Subvention de la Ville de Rennes : diminution de 7 295€ pour 2023

– Subvention sur projets : la Conférence des financeurs ne souhaite plus financer l'atelier multimédia (-27 000€).

– Subvention pour les 55 ans de l'OPAR : une aide a été demandée à la Ville de Rennes pour financer cet événement.

•Adhésions : 39 610€ contre 38 330€ en 2022/2023 (hausse de 1 280€)

– Personnes physiques : nous espérons atteindre les 1300 adhérents.

– Autres adhésions : des nouvelles adhésions ont été conçues afin que les professionnels participent aux frais de l'OPAR.

* Prestations : 41 502€ contre 33 540€ en 2022/2023 (hausse de 7 962€)

- Mise à disposition du personnel : en adéquation par rapport à la hausse du salaire.

– Mise à disposition des salles : la nouvelle association qui remplace Fun Club 35 utilisera nos locaux plus régulièrement.

– Refacturation aux clubs : nous avons demandé une participation financière pour les frais d'électricité aux clubs qui utilisent les locaux de l'OPAR.

* Autres produits : 4 730€ contre 2 470€ en 2022/2023 (hausse de 2 260€). Cela dépend du coût engagé pour les frais de formation du personnel. Normalement la moitié est pris en charge par l'organisme de formation.

* Activités d'animation du siège :

– Il a été décidé de maintenir pour cette nouvelle saison les tarifs des cotisations d'activités pour ne pas trop impacter nos adhérents avec le coût de l'inflation.

– Certaines activités bénéficient de l'aide de la Conférence des Financeurs.

– Pour les repas organisés par l'OPAR (Dimanche Tout Tannou, Noël et Jour de l'An) : une fois de plus, les traiteurs et les restaurants augmentent leur coût.

- Clubs de quartiers : certaines sections sont gérées par l'OPAR. Le coût s'élève au total à 33 895€. Il comprend le salaire et les charges patronales de l'animatrice, les loyers et la vie sociale.
- Isolement : réserve de fond pour lutter contre ce fléau.
- Atelier numérique : le poste du salarié à temps complet est entièrement à la charge de l'OPAR.

CONCLUSION : Le budget 2023/2024 s'élève à 603 101 Euros pour le siège et 70 415 Euros pour les sections qui auront également une perte de 3 060€. Ce qui amène un budget global à 673 516 Euros.

Certains adhérents s'inquiètent de la situation financière de l'OPAR, au vu du déficit actuel et du prévisionnel 2023/2024. Le Conseil d'Administration est interrogé sur les raisons de la non augmentation de l'adhésion à l'OPAR au regard de la situation financière. La Présidente et la Trésorière indiquent que le montant de l'adhésion avait déjà été augmenté la saison précédente, il importe que celui-ci puisse rester accessible aux personnes.

Le budget prévisionnel est approuvé à la majorité (2 abstentions).

Clôture de l'Assemblée Générale - Martine Cruveiller, Présidente

La Présidente remercie l'ensemble des membres présents pour leur participation à cette Assemblée.

L'ordre du jour étant épuisé et plus personne ne demandant la parole, la séance est levée à 12h.

En conséquence, de tout ce qui précède, il a été dressé le présent procès-verbal de l'Assemblée Générale Ordinaire qui s'est tenue le 22 novembre 2023.

Le Secrétaire
Jean-Claude LE BOURSICAUD

La Présidente
Martine CRUVEILLER