

HORIZONS

MAGAZINE DES LOCATAIRES DE L'OPAC DE QUIMPER-CORNOUAILLE

MAI À AOÛT 2025

#49



ZOOM SUR

LE PARCOURS RÉSIDENTIEL



Chers locataires, merci à toutes et tous d'avoir participé à notre enquête de lectorat menée en avril dernier. Vos retours sont précieux pour faire évoluer ce magazine à votre image. Grâce à vous, nous continuerons à en faire un lien utile et proche de votre quotidien. Bonne lecture !

Gildas LE GRAND, Directeur Général

LE RÉPERTOIRE DE L'OPAC

[ADRESSE]

85 rue de Kergestin
CS 23005
29334 Quimper cedex

[INTERNET]

opac@opac-cornouaille.fr
www.opac-cornouaille.fr

[TÉLÉPHONE]

Accueil général : 02 98 55 60 00
Accueil paiement : 02 98 65 83 58
Accueil technique : 02 98 55 64 00

Retrouvez-nous sur
les réseaux sociaux



Horizons Bulletin d'information de l'OPAC de Quimper-Cornouaille
Directeur de Publication : Gildas Le Grand / Rédaction : Nathalie Mavic, Vanessa Damour / Photos-visuels : Adobe stock, OPAC de Quimper-Cornouaille, Christophe Thomas Photographe, Jeanne Larzul, née Tanneau, épicière. Mejour-Roz, Plonéour-Lanvern, Michel Thersiquel-Les Amis de Michel Thersiquel / Conception et réalisation : OPAC de Quimper-Cornouaille / Impression : La Poste SA / Dépôt légal : Juillet 2025 / ISSN 2106-3613.

Les propos tenus en rubrique « Paroles aux associations » de ce magazine n'engagent que les émetteurs. Ni l'OPAC de Quimper-Cornouaille, ni ses représentants ne seraient être tenus pour responsables, ou faire l'objet de poursuites de quelque nature que ce soit devant les tribunaux.

SOMMAIRE

02 Côté Édito

03 Côté Associations

04 Côté Patrimoine

06 Côté Rendez-vous



08 Côté Évènements

09 Côté Propriétaires

10 Côté Loisirs

ASSOCIATION CLCV



Comme chaque année au printemps, vous avez reçu votre décompte de charges locatives. Nous vous conseillons d'étudier ce document et de le comparer aux années précédentes et avec vos voisins (même si vous avez un remboursement). Vérifiez si tous les entretiens annuels (VMC, chaudière, plomberie, ...) ont été effectués, sinon signalez-le par écrit à l'OPAC pour que cette prestation ne soit pas facturée.

La CLCV peut vous accompagner à l'OPAC pour consulter les factures justificatives, si vous le souhaitez.

La CLCV demande que l'OPAC vous donne une meilleure information :

- liste individualisée de vos charges à l'entrée dans le logement,
- information de toute modification (ajout d'une nouvelle charge, ...),
- transmission systématique des relevés individuels ISTA (chauffage collectif).

Vos élus CLCV ont voté CONTRE l'augmentation des loyers, mais le conseil d'administration de l'OPAC a décidé de maintenir cette hausse qui s'ajoute aux augmentations de charges.

Pour toutes vos questions, individuelles ou collectives, venez nous rencontrer lors de la permanence de vos élu-e-s tous les vendredis.

PERMANENCES

Adresse : 7 rue de Kergestin, Quimper
Téléphone : 02 98 55 30 57
Email : clcv.quimper@wanadoo.fr
Site internet : www.clcv.org
Le vendredi matin de 9h30 à 11h30

ASSOCIATION AFQC



Association
Familiale
Quimper
Cornouaille

Cher(e)s locataires,
Nous tenons à remercier celles et ceux d'entre vous qui nous ont aidé à faire des 75 ans de notre association, une aussi merveilleuse journée !

Quel succès grâce à vous.

Nous recommencerons donc avec le même plaisir, la même envie de vous faire plaisir, le dimanche 7 décembre prochain de 9h à 17h, à la Maison Pour Tous de Penhars à Quimper, pour notre braderie solidaire de Noël.

Une occasion d'échanger avec vous dans la bonne humeur et la convivialité.

Mme MAHIEU, votre représentante demeure à votre disposition, pour répondre à vos sollicitations et toujours défendre au mieux vos intérêts de locataires vis-à-vis de l'Opac de Quimper-Cornouaille.

Le prêt de matériel reste actif cet été pour vous aider à entretenir vos logements et jardins au 06.44.25.78.83.

Le vestiaire et la brocante solidaires rouvriront après la pause estivale le

lundi 1^{er} septembre dès 13h30.

À chacune, chacun d'entre vous, nous souhaitons un très bel été.

PERMANENCES

Adresse : 56 avenue de la Libération, Quimper
Téléphone : 02 98 55 36 00 / 06 44 25 78 83
Email : afquimper29@gmail.com
Site internet : www.afqc.fr
Uniquement sur rendez-vous



D CÔTÉ Patrimoine

À Trégunc, la résidence « La Caravelle » comprend 11 logements adaptés aux seniors et une salle commune. Construite par notre Office, elle est gérée par le CCAS de la commune.

[BIEN VIEILLIR CHEZ SOI : UN ENJEU DE SOCIÉTÉ, UN ENGAGEMENT POUR NOTRE OFFICE]

Le vieillissement de la population est une réalité qui appelle des réponses adaptées aux besoins de nos locataires. Aujourd'hui, près d'un tiers des locataires de notre parc social a plus de 50 ans, et 1 locataire sur 6 est retraité. Face à cette évolution, notre Office se mobilise au quotidien et agit concrètement pour permettre à chacun de bien vieillir chez soi, dans un cadre de vie adapté.

Conscient des enjeux que soulève le vieillissement de ses locataires, notre Office développe depuis plusieurs années une approche globale pour y répondre. Constructions neuves adaptées, aménagements ciblés des logements existants, accompagnement des collectivités en construisant des structures spécialisées : autant d'actions complémentaires qui traduisent notre volonté d'assurer à chacun un cadre de vie confortable et sécurisé, quelles que soient ses capacités ou son âge.

Des logements pensés pour les seniors

Dans plusieurs communes du Finistère sud, notre Office construit des logements spécialement conçus pour les personnes âgées. De plain-pied, faciles d'accès, proches des services, ils favorisent l'autonomie et la qualité de vie.

Des aménagements pour rester chez soi plus longtemps

Nous savons que bien vieillir passe aussi par des adaptations simples

du logement. Sur demande, accompagnée d'un justificatif médical, et après validation par nos services, nous proposons des travaux qui facilitent le quotidien de nos locataires : remplacement d'une baignoire par une douche, installation de barres d'appui, ajout d'une rampe pour accéder au jardin, ... Ces aménagements permettent de rester chez soi dans de bonnes conditions, malgré la perte progressive d'autonomie.

Des établissements adaptés

Quand rester à domicile n'est plus possible, notre Office accompagne aussi les parcours de vie les plus fragiles. Nous travaillons main dans la main avec les collectivités partenaires du territoire pour construire des établissements adaptés. Nous avons ainsi construit deux EHPAD à Concarneau et Quimper, et récemment réhabilité l'EHPAD des Magnolias.

Un logement pour chaque étape de la vie

Parce que les besoins évoluent tout au long de la vie, notre engagement ne s'arrête pas à l'âge. Il s'inscrit dans une vision globale du parcours résidentiel, pour accompagner chaque locataire au plus près de sa réalité. Dans les pages suivantes, découvrez comment notre Office agit au quotidien pour que chacun puisse « mieux habiter », à chaque étape de sa vie.



L'OPAC de Quimper-Cornouaille a construit l'EHPAD de Concarneau. Cet établissement, géré par La Fondation Massé Trévidy, a été livré en 2021.

BON À SAVOIR

Conformément au règlement intérieur, vous êtes tenu :

- de maintenir votre cave ou garage propre et en bon état,
- de faciliter l'accès aux agents de l'Office ou aux prestataires en cas d'inspection ou d'intervention,
- de signaler tout dysfonctionnement ou usage inapproprié à votre chef de secteur ou notre service technique.

Pour des raisons de sécurité, il est strictement interdit de :

- stocker des produits inflammables ou dangereux (essence, solvants, bouteilles de gaz, ...),
- entreposer des encombrants ou objets volumineux gênant l'accès ou favorisant la propagation d'un feu,
- effectuer des travaux ou modifications dans les lieux sans autorisation,
- obstruer les accès ou les dispositifs de ventilation.



[CAVES, GARAGES : LES BONS USAGES À CONNAÎTRE]

Les caves et garages sont des annexes utiles de votre logement. Leur usage est encadré pour garantir la sécurité de tous et préserver le bon état des lieux.

Ces espaces peuvent être utilisés pour : **le stationnement d'un véhicule (garage), le rangement de vos biens personnels, à condition qu'ils ne présentent pas de danger (bouteille de gaz, essence, ...), un stockage raisonnable, permettant une circulation facile et l'accès aux installations techniques.**

Ces règles permettent de préserver la sécurité de tous et la qualité de votre cadre de vie. Merci de votre vigilance !



N'OUBLIEZ PAS

Les annexes de votre logement (cave, garage, ...) doivent elles aussi être assurées ! L'assurance habitation est obligatoire pendant toute la durée de votre bail, pour couvrir les éventuels dommages causés à l'immeuble ou à des tiers.

[BARBECUES : CE QU'IL EST PERMIS DE FAIRE (OU NON)]

Avec les beaux jours, l'envie de partager un bon barbecue en famille ou entre amis revient naturellement. Pour que ce moment reste agréable pour tous, quelques règles sont à respecter :

- **Sur les balcons et terrasses**, l'utilisation de barbecues, qu'ils soient électriques, à gaz ou au charbon, est strictement interdite. Ces espaces ne sont pas adaptés et présentent des risques pour la sécurité et le confort des voisins.
- **Dans les jardins privés**, les barbecues sont tolérés, à condition de les orienter de manière à ce que les fumées ne gênent pas les habitations voisines. Pensez à vos voisins : un bon barbecue, c'est encore mieux sans fumée dans leur salon !

Merci à chacun de contribuer à la convivialité et au bon voisinage.





D CÔTÉ Rendez-vous

[PARCOURS RÉSIDENTIEL : MIEUX HABITER, À CHAQUE ÉTAPE DE VOTRE VIE]

Trouver un logement adapté à sa situation, c'est essentiel pour bien vivre au quotidien. À travers le parcours résidentiel, l'OPAC de Quimper-Cornouaille vous accompagne dans les différentes étapes de votre vie.

Au fil des années, votre situation évolue : un enfant arrive, les plus grands quittent le nid, vos revenus changent, vos besoins aussi. Le parcours résidentiel, c'est justement cette idée que le logement doit suivre ces évolutions.

Notre objectif : vous permettre de vivre dans un logement toujours en phase avec votre situation, qu'elle soit familiale, personnelle ou financière.

Dans le logement social, ce parcours peut s'inscrire dans la durée : il permet aux locataires de bénéficier d'un logement correspondant à leurs besoins réels, tout au long de leur vie. Un T4 à l'arrivée d'un enfant, un T2 quand les enfants quittent le foyer, un appartement pour ne plus

avoir à s'occuper d'un jardin devenu difficile à entretenir avec le temps, ou encore un logement plus accessible en cas de perte d'autonomie. Autant d'exemples qui montrent l'importance d'adapter le logement à chaque moment de la vie.

Un accompagnement renforcé dès votre demande

Aujourd'hui, si vous êtes déjà locataire de notre Office et que vous déposez une demande de logement (dans le cadre d'une mutation), vous êtes informé dès le départ des conditions à remplir. Cela vous permet de mieux comprendre ce qui peut faci-

liter ou retarder une réponse favorable.

Nos critères sont simples et transparents :

- Avoir une assurance logement à jour,
- Ne pas avoir d'impayés de loyer,
- Ne pas être à l'origine de troubles de voisinage,
- Entretien correctement son logement.

Ces engagements permettent d'étudier votre demande dans les meilleures conditions et, si possible, de vous proposer une solution adaptée au sein de notre parc.



Les chargé-e-s de location guident les locataires à chaque étape de leur parcours résidentiel, en les aidant à trouver des solutions adaptées à leurs besoins et aux différents moments de leur vie.»

Olivier L'Helgouarc'h, Directeur de la gestion locative

Un logement qui vous ressemble : et si c'était le bon moment de faire le point ?

Il est parfois utile de prendre un moment pour réfléchir : votre logement est-il encore adapté à votre quotidien ? Est-il devenu trop grand ou trop petit ? Trop éloigné de vos lieux de vie ? Avez-vous besoin d'un logement plus accessible ou plus fonctionnel ? Ces évolutions sont naturelles, et il est important de ne pas attendre une situation d'urgence pour entamer une démarche de changement de logement.

Si vous vous posez ces questions, n'hésitez pas à en parler avec nos équipes. Une demande de mutation peut être déposée à tout moment sur le site www.demandelogement29.fr. Cela per-

met d'anticiper, de mieux comprendre vos besoins et de vous accompagner sereinement dans votre parcours résidentiel.

Bientôt : une commission pour mieux examiner les situations particulières

À partir de septembre, notre Office mettra en place une Commission d'Attribution des Logements et d'Examen de l'Occupation des Logements (CALEOL). Cette instance permettra d'examiner plus finement certaines situations, comme un logement devenu trop grand ou trop petit, afin d'apporter une réponse plus adaptée à chaque situation. Nous vous en reparlerons dans un prochain numéro.

[LE RÔLE CLÉ DES CHARGÉ-E-S DE LOCATION]



Écouter, conseiller, orienter : les chargé-e-s de location sont vos interlocuteurs privilégiés si vous envisagez un changement de logement. Grâce à leur connaissance fine du parc locatif et à leur disponibilité, ils vous accompagnent dans un projet réaliste, cohérent avec vos besoins.

Leur rôle : vous guider avec bienveillance, du dépôt de votre demande jusqu'à une éventuelle nouvelle attribution.



Sur présentation d'un justificatif médical, et après validation par nos services, notre Office peut réaliser des aménagements pour permettre à ses locataires de rester chez eux dans de bonnes conditions. Par exemple, le remplacement d'une baignoire par une douche, plus pratique en cas de perte de mobilité.



É CÔTÉ vènements

[DÉMARRAGE DE L'ENQUÊTE OPS À LA RENTRÉE !]

Comme tous les deux ans, une grande enquête va démarrer à l'OPAC de Quimper-Cornouaille : l'enquête Occupation du Parc Social, dite enquête OPS. Pourquoi cette enquête ? Comment y répondre ? Et surtout... est-ce vraiment important ? On vous explique tout simplement...

À quoi ça sert, l'enquête OPS ?

L'OPS, c'est un peu comme une photo de tous les locataires à un instant T. Elle permet de savoir qui vit dans les logements sociaux (composition du foyer, revenus, etc.) pour que les pouvoirs publics puissent mieux adapter l'offre de logements et les services proposés. Grâce à vos réponses, on comprend mieux vos besoins, et on agit plus efficacement.

Quand ça se passe ?

L'enquête commence en septembre 2025 et se poursuit jusqu'en décembre. Vous recevrez par email, ou dans votre boîte aux lettres, un courrier de notre Office, avec toutes les informations nécessaires pour répondre à l'enquête.

Vous pourrez répondre en ligne depuis votre espace locataire, ou par courrier.

Qui est concerné ?

Tout le monde ! En effet, tous les locataires de logements sociaux conventionnés sont invités à répondre. Il existe quelques exceptions, mais si vous recevez le courrier, c'est que vous êtes concernés.

Ce qu'on vous demande

Répondre à l'enquête OPS est simple :

- Un formulaire à remplir et signer (pour chaque personne du foyer),
- Un avis d'imposition ou de non-imposition de l'année précédente (2024),
- Et, si votre situation a changé (mariage, séparation, naissance, ...), les documents justificatifs.

Important : c'est obligatoire

L'enquête OPS est imposée par la loi. Si vous ne répondez pas, ou si votre dossier est incomplet, une pénalité de 7,62 € par mois peut vous être appliquée. Nous vous invitons donc à y répondre afin d'éviter des frais inutiles !

Merci pour votre participation !

Votre réponse nous aide à mieux vous connaître, à mieux vous loger, et à mieux vous accompagner. Alors, en septembre, prenez 10 minutes pour l'enquête OPS et aidez-nous à construire un habitat plus juste et plus adapté à tous.

Besoin d'aide ? Nos équipes sont là pour vous accompagner !



D CÔTÉ propriétaires



[ET SI C'ÉTAIT LE BON MOMENT POUR DEVENIR PROPRIÉTAIRE ?]

Vous rêvez de devenir propriétaire de votre appartement ou de votre maison, dans un cadre de vie agréable et pour toute la famille ?

Avec Bretagne Ouest Accession, c'est possible ! Nous vous accompagnons à chaque étape de votre projet, en vous proposant des logements neufs en location-accession ainsi que des terrains viabilisés, bornés et libres de constructeur, pour construire en toute liberté.

Nos opérations sont situées dans des communes dynamiques, proches de la nature et des services. Fiables, accessibles et idéalement situés : nos programmes ont tout pour vous séduire.



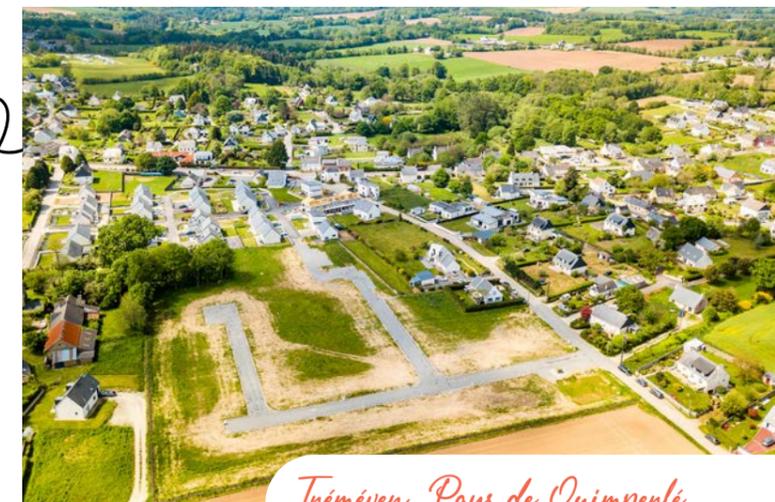
Penmarc'h, Pays Bigouden Sud
7 terrains à bâtir à partir de 50.000 €



ZOOM SUR NOS TERRAINS

Nous vous présentons deux opérations en cours. La première est située au cœur du Pays Bigouden Sud, et la seconde en Pays de Quimperlé : deux emplacements de choix pour construire la maison qui vous ressemble.

Et si c'était le bon moment pour concrétiser votre rêve et devenir enfin propriétaire ?



Treméven, Pays de Quimperlé
24 terrains à bâtir à partir de 41.000 €

[NOTRE OFFICE ET BMH CRÉENT LA NOUVELLE SAC « PONANT CORNOUAILLE HABITAT »]

L'OPAC de Quimper-Cornouaille et Brest métropole habitat ont officialisé la création de la SAC Ponant Cornouaille Habitat. Cette Société Anonyme de Coordination regroupe 30 000 logements sociaux, soit 60 % du parc finistérien. **Objectif : renforcer l'efficacité de leurs actions tout en préservant l'autonomie de chaque Office.** Mutualisation des moyens, stratégie commune et politique d'achats partagée permettront de mieux répondre aux besoins des habitants.





CÔTÉ Loisirs

[LA CULTURE À CIEL OUVERT : NOTRE OFFICE EST UN PARTENAIRE ENGAGÉ AUX CÔTÉS DES ARTISTES]

L'art s'invite au cœur des quartiers, et l'OPAC de Quimper-Cornouaille y prend toute sa part. En mettant à disposition les façades de ses immeubles pour accueillir des œuvres artistiques, notre Office contribue à rendre la culture accessible à toutes et tous, directement dans l'espace public.

Derniers exemples en date : une photographie de Michel Thersiquel (1) sur l'un de nos bâtiments à Plonéour-Lanvern, dans le cadre de l'exposition itinérante « Un regard sur le Haut Pays Bigouden », et une fresque monumentale (2) signée WD (Wild Drawing) à Kermoysan, à Quimper, réalisée lors de la 7^e édition du festival Couleurs d'Origine porté par la Hip Hop New School. Deux univers artistiques, deux manières de faire dialoguer patrimoine, mémoire et création contemporaine, mais une même volonté : embellir les lieux de vie et renforcer le lien social.

Ces partenariats s'inscrivent dans une démarche plus large de soutien à la culture locale, à travers des projets de street art, des expositions éphémères ou des parcours artistiques. À travers eux, notre Office affirme son attachement aux valeurs d'ouverture, de diversité et de partage. Parce que la culture est un formidable levier pour se réapproprier son quartier, pour échanger, pour créer du lien.

1

Du 5 avril
au 6 sept.
2025

**MICHEL
THERSIQUEL**
Un regard sur le
Haut Pays Bigouden

EXPOSITION
Musée Hénaff
POULDREUZIC

EXPOSITION ET PARCOURS PHOTOGRAPHIQUE SUR LES DOX COMMUNES DU HAUT PAYS BIGOUDEN



Cette salade se déguste en plat principal ou en accompagnement d'un poisson grillé !

RECETTE ESTIVALE

SALADE DE LENTILLES À LA MÉDITERRANÉENNE

4 personnes | Préparation 15 min.
Petit budget | Fraîche et équilibrée



Ingrédients :

- 250 g de lentilles vertes cuites
- 1 tomate bien mûre
- 1/2 concombre
- 1/2 oignon rouge
- 100 g de feta
- Quelques olives noires
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de vinaigre (de cidre ou balsamique)
- Herbes fraîches (persil, ciboulette ou menthe)

Préparation :

- Égouttez et rincez les lentilles si elles sont en conserve.
- Coupez la tomate, le concombre et l'oignon en petits dés.
- Émiettez la feta.
- Dans un grand saladier, mélangez les lentilles, les légumes, la feta et les olives.
- Assaisonnez avec l'huile d'olive, le vinaigre, les herbes, du sel et du poivre.
- Réservez au frais 30 min avant de servir, c'est encore meilleur ! Conserver-à 2 jours au frigo maximum.

[YOGA : 5 POSTURES SIMPLES POUR BIEN COMMENCER]

Respirer, s'étirer, se recentrer... Et si vous essayiez le yoga ? Accessible à tous les âges, cette pratique douce permet de se détendre, d'améliorer sa souplesse et de renforcer son équilibre.

Même quelques minutes par jour peuvent faire du bien au corps comme à l'esprit. Voici 5 postures simples à tester chez vous, sans matériel spécifique.



2 L'arbre (Vrikshasana)

Objectif : travailler l'équilibre et la concentration.

En appui sur une jambe, placez l'autre pied contre le mollet (ou la cheville) – évitez le genou. Joignez les paumes devant la poitrine ou levez les bras au-dessus de la tête. Respirez profondément. Tenez la posture quelques secondes, puis changez de côté.

Astuce : au début, appuyez-vous légèrement contre un mur pour plus de sécurité.

4 Le papillon (Baddha Konasana)



Objectif : ouvrir les hanches et détendre le bas du dos.

Asseyez-vous au sol (ou sur un coussin), joignez la plante des pieds l'une contre l'autre. Laissez les genoux s'ouvrir de chaque côté, sans forcer. Tenez vos pieds avec les mains, le dos droit. Inspirez profondément, puis relâchez doucement.

BON À SAVOIR

Quelques conseils avant de commencer :

- Portez des vêtements confortables.
- Pratiquez dans un endroit calme.
- Ne forcez jamais une posture : écoutez toujours votre corps.
- Si besoin, utilisez une chaise, un coussin ou un mur pour vous aider.

Et surtout : souriez ! Le yoga n'est pas une compétition, c'est un moment pour vous, tout simplement. Une belle façon de se reconnecter à soi, en douceur.



1 La posture de la montagne (Tadasana)

Objectif : se recentrer, améliorer sa posture.

Tenez-vous debout, les pieds parallèles. Gardez les bras le long du corps, les épaules détendues, le menton légèrement rentré. Prenez une grande inspiration, sentez votre colonne s'allonger. Restez ainsi quelques secondes, en respirant calmement.

3 La chaise (Utkatasana, version douce)

Objectif : renforcer les jambes et le dos.

Debout, pieds écartés à la largeur du bassin, pliez légèrement les genoux comme si vous alliez vous asseoir. Le dos reste droit, les bras peuvent se lever à hauteur d'épaule. Respirez lentement. Revenez en position debout en douceur.

Astuce : variante possible assis sur une vraie chaise pour les débuts.



5 La posture de la détente (Savasana)

Objectif : relâcher toutes les tensions.

Allongez-vous sur le dos, bras et jambes légèrement écartés. Fermez les yeux. Concentrez-vous sur votre respiration, relâchez vos muscles un à un. Restez ainsi 5 minutes si possible. C'est un vrai moment de repos pour le corps et l'esprit.



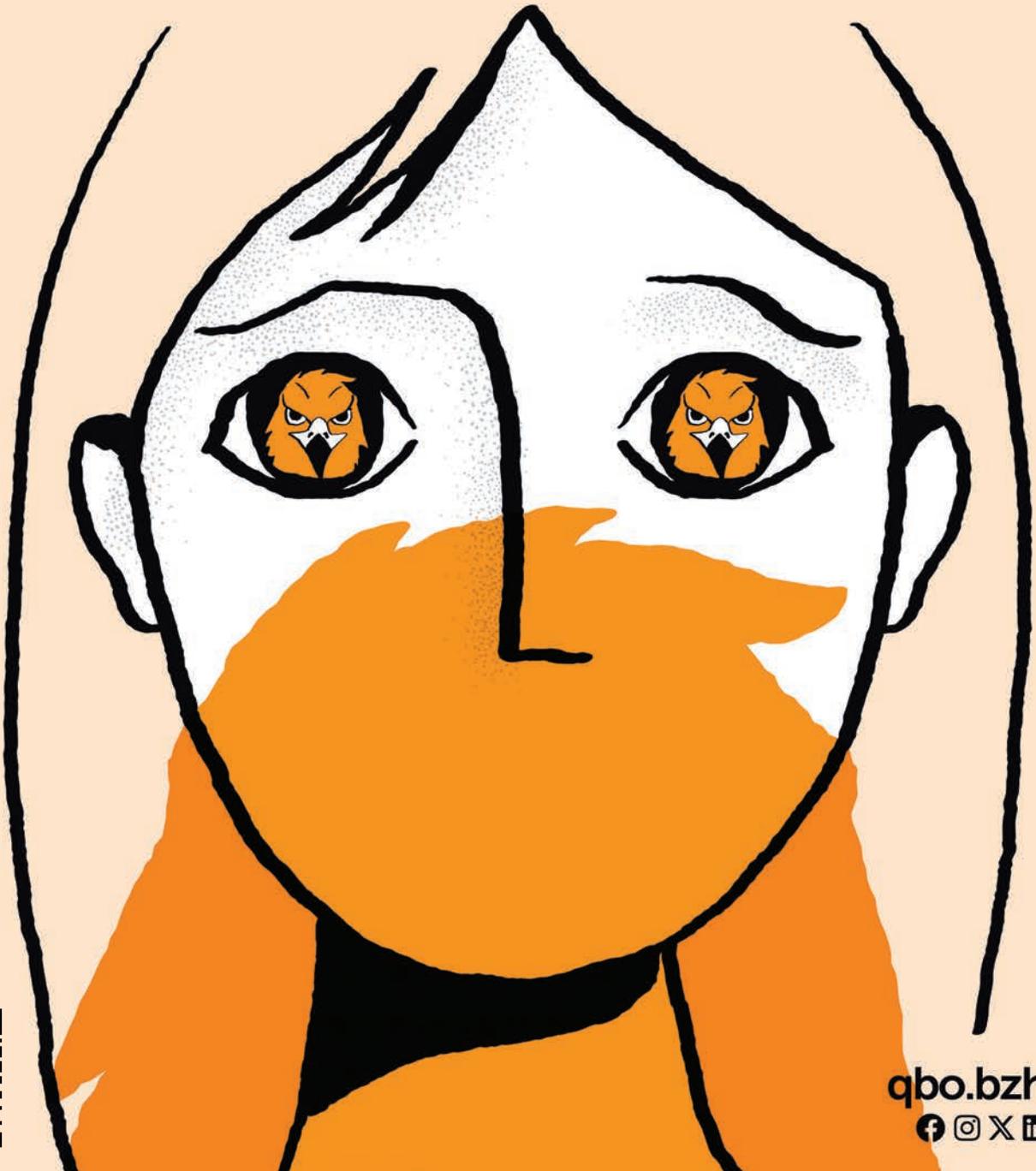


VILLE
DE QUIMPER



QUIMPER BRETAGNE
OCCIDENTALE
KEMPER BREIZH IZEL

STOP AUX VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES !



qbo.bzh
f @ X in



02.98.55.60.00 - communication@opac-cornouaille.fr