

Rapport d'activité saison 2024-2025

Nous étions 110 en fin de saison 2023-2024 et 86% des adhérents ont renouvelé leur adhésion en 2024-2025, soit 95 personnes.

Ainsi, nous avons terminé la saison 2024-2025 avec 141 adhérents soit une augmentation de 28%⁽¹⁾.

Sur ces 141 adhérents, on compte 95 renouvellements, 5 réinscriptions d'anciens adhérents et 41 nouveaux adhérents, ce qui donne

- . 67% de renouvellements
- . 4% d'anciens adhérents
- . 29% de nouveaux adhérents.

Activités hebdomadaires proposées en début de saison : plein air (randonnée, marche nordique, marche rapide), les activités en salle gymnastique douce, tai chi, et l' aquagym.

1. Les activités

➤ **Les activités en salle : 70 personnes inscrites**, soit 46% d'augmentation⁽¹⁾, et **77 séances assurées**

Gym 37 personnes inscrites, 31 pers. en 2023-2024, soit 19% d'augmentation⁽¹⁾ ;

Tai Chi 26 personnes inscrites, 17 pers. en 2023-2024, soit 53% d'augmentation⁽¹⁾

AquaGym 14 personnes inscrites, 5 pers. en 2023-2024, soit 180% d'augmentation⁽¹⁾

• La gym

38 séances ont été assurées du 1er septembre 2024 au 30 juin 2025:

673 participations cumulées; soit une moyenne de 17 personnes par séance, (en 2023-2024, on décomptait 554 participations cumulées; soit une moyenne de 13 pers/séance). Le taux moyen de personne par séance reste sensiblement le même par rapport à la saison précédente 45% (42% en 2023-2024)

Toutes les personnes inscrites ont participé à l'activité.

• Le Tai chi

36 séances ont été assurées du 1er septembre 2024 au 2 juillet 2025:

592 participations cumulées; soit une moyenne de 16 personnes par séance, (en 2023-2024, on décomptait 354 participations cumulées; soit une moyenne de 10 pers/séance). Le taux moyen de personne par séance reste sensiblement le même par rapport à la saison précédente 62% (59% en 2023-2024).

Toutes les personnes inscrites ont participé à l'activité.

• L'AquaGym

Les 14 personnes inscrites ont pratiqué soit à Fit Factory à Labège, soit chez Movida à Portet ou encore à la résidence Nohée à Toulouse. Nous n'avons eu que 4 demandes de participation à l'indemnité forfaitaire pour un montant total de 35€.

➤ **Les activités de plein-air : 91 personnes inscrites**, soit 21% d'augmentation⁽¹⁾, **et 110 séances assurées**

Randonnée 75 personnes inscrites, 59 pers. en 2023-2024, soit 27% d'augmentation⁽¹⁾

Marche nordique 49 personnes inscrites, 45 pers. en 2023-2024, soit 8% d'augmentation⁽¹⁾

Marche Rapide 17 personnes inscrites, 18 pers. en 2023-2024.

Ces **110 séances**, réalisées du 1er septembre 2024 au 31 août 2025, ont été assurées grâce à **975 heures de bénévolat**, 164 h d'administratif et 811 h d'animation, équivalant à une contribution volontaire d'un montant de **14 118 €**.

• Les randonnées

42 randonnées ont été assurées du 5 septembre au 28 août soit 29 sans pique-nique et 13 avec pique-nique dont **5** dans le cadre de **BEST en vacances**.

On décompte 609 participations cumulées; soit une moyenne de 14 personnes par séance, (en 2023-2024, on décomptait 453 participations cumulées; soit une moyenne de 11 pers/séance). Le taux moyen de personne par séance est le même que celui de la saison précédente 19% (19% en 2023-2024)

55 personnes ont participé à l'activité, soit 73% des 75 personnes inscrites, (en 2023-2024, 38 personnes avaient participé à l'activité, soit 64% des 59 personnes inscrites).

6 séances ont été annulées pour conditions météorologiques, .

4 semaines sans randonnées du fait de manifestation de convivialité, jour Férié ou Vacances.

• La marche nordique du lundi

39 séances ont été assurées du 2 septembre au 7 juillet dont **1** dans le cadre de **'BEST en vacances'**.

Durant cette période, on décompte 4 semaines sans marche nordique du fait de manifestation de convivialité, jour Férié ou Vacances et **2 séances ont été annulées** pour conditions météorologiques.

On compte 671 participations cumulées; soit une moyenne de 17 personnes par séance, (en 2023-2024, on décomptait 629 participations cumulées; soit une moyenne de 13 pers/séance). Le taux moyen de personne par séance a nettement augmenté par rapport à la saison précédente 35% pour cette saison (29% en 2023-2024).

39 personnes ont participé à l'activité, soit 79% des 49 personnes inscrites, (en 2023-2024, 35 personnes avaient participé à l'activité, soit 77% des 46 personnes inscrites)..

- **La marche rapide du mardi**

29 séances ont été assurées sur toute la saison du 3 septembre au 1^{er} juillet.

On compte 6 semaines sans marche rapide, dont 2 pour événement de convivialité BEST et 4 pour jour Férié ou Vacances

On décompte 134 participations cumulées; soit une moyenne de 4 personnes par séance, (en 2023-2024, on décomptait 126 participations cumulées; soit une moyenne de 4 pers/séance).

11 personnes ont participé à l'activité, soit 64% des 17 personnes inscrites, (en 2023-2024, 12 personnes avaient participé à l'activité, soit 66% des 18 personnes inscrites).

8 séances ont été annulées, dont 3 pour conditions météorologiques, 5 pour indisponibilité d'animateur

6 semaines sans marche rapide, dont 2 pour événement de convivialité BEST et 4 pour jour Férié ou Vacances.

2. Les manifestations et la convivialité

➤ Les manifestations

- **Le salon senior et + :**

En plus de la tenue du stand, BEST a animé les activités randonnées, marche nordique et taïchi.

Après une diminution de l'impact de ce salon sur les adhésions des nouveaux adhérents de la saison 2023-2024, on revient pour ce millésime 2024 à des valeurs habituelles avec 41,5 % des nouveaux adhérents.

La participation à ce salon représente, pour BEST 73 heures de travail soit une valorisation de 1 057 €.

Cf documents 'Bénévolat – Annexe Manifestat° et journées spéciales' et 'Récap-inscript° - filières -âge moyen' page 'Comparatif des Filières BEST'.

- **Marché de Noël de Nohée**

A priori, pas d'impact sur les adhésions de BEST. Il représente 20 h de travail soit une valorisation de 290 €.

- **Fête des associations**

Organisée par la Mairie de Toulouse, cette 2^e édition s'est tenue les 13, 14 et 15 juin 2025, de 10h à 18h, sur la Place du Capitole.

BEST était présente le vendredi 13 juin 2025, sous la thématique Sport.

Les nouveaux bulletins d'adhésion 2025-2026 étaient disponibles mais nous n'avons pas pu mesurer l'impact de cette manifestation sur les adhésions 2025-2026.

Elle représente, pour BEST, 28 heures de travail soit une valorisation de 405 €.

➤ La convivialité

• Les festivités offertes par la Mairie de Toulouse

Pour ce Noël 2024, 89 (97sp) personnes étaient inscrites aux festivités de Noël, 88 ont retiré le colis. Pour le repas-spectacle, 94% des personnes inscrites étaient présentes (soit 46 sur 49).

Elles représentent, pour BEST, 27 heures de travail soit une valorisation de 391 €.

Le spectacle du 14 juillet: 5 participantes.

• Le marché de Noël : traditionnel réconfort offert par BEST après la dernière randonnée de décembre, le 19 décembre 2024. (pour info le 18 décembre 2025)

• La Galette des rois:

Le 19 janvier ; 64 personnes étaient inscrites, 58 étaient présentes : comme chaque année, ce fut un franc succès.

Elle représente, pour BEST, 28 heures de travail soit une valorisation de 405 €.

• Le plateau de Beille :

Cette sortie s'est déroulée comme traditionnellement en dehors de la période de vacances scolaires toutes zones confondues, soit, cette année encore, le 8 février.

33 personnes présentes sur les 32 (31 + 1 accompagnant) inscrites

(l'an dernier, 32 personnes). Ce fut une grande réussite, le bus est parti en avance, du soleil et de la bonne neige, tout le monde était très satisfait.

Cette sortie représente, pour BEST, 43 heures de travail soit une valorisation de 622 €.

• Convivialité de Printemps, journée du 13 mai 2025 :

C'était une première pour BEST. Journée de convivialité qui s'est déroulée à la salle communale Monlong avec comme temps fort, le repas de midi sous forme d'auberge espagnole, la visite du parc Monlong le matin et activités diverses l'après-midi (pétanque, jeux de société). Journée plébiscitée par tous les participants ce qui nous a amené à récidiver avec une Convivialité d'Automne en octobre 2025 .

41 Personnes présentes : 37 adhérents, 4 accompagnants et 1 invitée en la personne de Marine Lefèvre.

Elle représente, pour BEST, 31 heures de travail soit une valorisation de 449 €.

• Convivialité de fin de saison, journée du 17 juin à Sorèze et St Ferréol.

Cette année encore, les inscriptions sont arrivées très rapidement : en 4 jours, 40 places, soit les $\frac{3}{4}$, étaient réservées ; et cette journée a été, financièrement, complètement prise en charge par BEST pour ses adhérents.

Véritable succès, 47 participants dont 43 adhérents et 4 accompagnants. À noter, une seule défection de dernière minute qui a eu un problème de météo.

Ce fut une journée très appréciée par les participants.

Elle représente, pour BEST, 36 heures de travail soit une valorisation de 521 €.

➤ **Divers**

Participation du Vice-président, d'administrateurs et administratrices à différentes réunions de la Mairie de Toulouse ou du Conseil Départemental 31 (projet sport-santé) et à la Commission d'accessibilité Tisséo

3. BEST et ses adhérents

Je ne peux pas terminer ce rapport d'activité sans vous présenter BEST sous un autre angle, l'angle de ses adhérents car BEST, c'est avant tout des adhérentes et des adhérents.

➤ **Âge moyen et Répartition par sexe :**

Voir le document 'Adhérents - Age moyen Bilan saison 2024-2025'

En ce qui concerne la répartition par sexe, rien de très original, 87% sont des femmes, 13% sont des hommes.

Aucune surprise mais on note une légère inflexion de la courbe chez les nouveaux adhérents, où les hommes passent à 21% pour 79% de femmes.

On note que l'âge moyen de BEST est passé de 67 ans en 2016-2017 à 74 ans en 2024-2025, presque 1 an/saison.

On peut dire que BEST à l'âge de notre fidélité et à ce titre monte en âge comme ses adhérents.

Les benjamins ont 46, 57 et 62 ans; les doyens ont 86, 87 et 91 ans ;
68% sont des 'seventies', 18% des 'sixties' et 21% des 'eighties'.

Les nouveaux adhérents, quant à eux, sont légèrement plus jeunes, avec un âge moyen de 72 ans pour la saison 2024-2025.

➤ **Filières BEST ou Comment nous avons connu BEST**

Voir le document 'Adhérents - Age moyen Bilan saison 2024-2025'

Ce document nous montre, au fil des ans, comment nous, adhérentes & adhérents, avons connu BEST.

On remarque, pour cette saison 2024-2025, l'augmentation de 6 points de la part du 'Salon Senior & +', 41% des nouveaux adhérents ont connu BEST grâce à ce salon; alors que seulement 27% d'entre eux ont été orientés vers BEST par des connaissances, suivi par 'Documentat°', 'Info Senior', 'Publicité' avec 12 %.

Pour les 5 personnes concernées, il s'agit d'un article ou d'une publicité parus dans Côté Toulouse, ces publications étant liées à notre participation au Trophée des Sports de la Mairie de Toulouse.

Conclusion

Les saisons précédentes ont été de bonnes saisons, mais, je dirais que cette saison 2024-2025 a été une 'très bonne saison'. Il faut remonter à la saison 2017-2018 pour retrouver un nombre d'adhérent supérieur à 140.

BEST a été soutenue, cette année encore, par les subventions de la Mairie de Toulouse (800€), et du Conseil Départemental 31 (300€).

C'est encore la Mairie de Toulouse qui nous accorde la mise à disposition gratuite de locaux, d'une valeur de 1 576 € pour la saison 2024-2025:

- De locaux sportifs : pour la pratique de la Gym et du Taïchi,
- de la salle communale Monlong, pour la convivialité de Printemps.

Merci aussi aux professionnels qui assurent les activités gym et taïchi pour la qualité de leur prestation.

Ce rapport d'activité ne serait pas ce qu'il est sans l'implication des bénévoles, animateurs et animatrices, administrateurs et administratrices qui offrent leurs compétences et leur temps, sans qui BEST, tel que vous le connaissez, ne pourrait exister; **bénévoles qui ont consacré à BEST 1 921 heures de leur temps soit une valorisation de 27 812,89 €**

Merci à vous aussi d'être là, fidèles à BEST, et de renouveler votre soutien à chaque rentrée, car cette bonne saison, BEST la doit aussi à votre fidélité.

Comme vous le voyez, pour exister, BEST a besoin de bénévoles de façon à renouveler régulièrement les équipes dirigeantes et d'animation.

Pour ma part, mon mandat se termine à la prochaine Assemblée Générale, je souhaite être remplacée au poste de Présidente.

Très prochainement des formations au Brevet Fédéral 1 : 'Animer bénévolement une séance' vont se dérouler : les 10 et 11 janvier à Pézenas (34), pour la randonnée et les 17 et 18 janvier à ST Martin Laguépie (81) pour la Marche nordique.

N'hésitez pas à vous faire connaître.

Merci encore à vous toutes et tous.