



Gazette du vendredi 29 novembre 2024

Retour en images sur notre Assemblée Générale



Notre **Assemblée Générale** portant sur la **saison 2023/2024** a eu lieu hier jeudi 28 novembre à la Bibliothèque Colette. **Merci** au **personnel des Bibliothèques municipales de Dijon** pour leur **accueil**, aux **intervenant(e)s**, aux **membres du conseil**

d'administration, aux partenaires et aux adhérent(e)s présent(e)s pour leur implication dans la **vie de notre association** ! Nous saluons **Gilles Baudry**, secrétaire sortant, félicitons **Elisabeth Lecland** pour sa réélection en tant que trésorière et souhaitons la bienvenue à **Robert Ferachoglou** qui intègre le conseil d'administration comme personnalité qualifiée.

NB : vous retrouverez prochainement tous les documents administratifs relatifs à notre AG sur notre site.

Actualités Sport & Bien-être



Cher(e)s adhérent(e)s dont les activités ont lieu dans les salles suivantes :

- Chantalistes
- Valendons
- Chambelland

Veuillez noter que vos activités ne pourront pas avoir lieu la semaine prochaine entre le 2 et le 6 décembre en raison de la réquisition de ces 3 salles par la Ville Dijon, pour la semaine du handicap. Ces séances seront évidemment rattrapées. Vous pouvez consulter les calendriers mis à jour [sur notre site](#) dans la section *Sport et bien-être*.

Self-Defense à l'OPAD : **votre avis nous** **intéresse !**



Suite au succès de la séance d'initiation proposée lors des dernières vacances, le pôle sport vous sollicite pour le lancement d'un **cycle de Self-Defense**. Les **12 séances** se dérouleraient les **jeudis de 9h à 10h30, du 9 janvier au 10 avril 2025** au Dojo du Palais des Sports, un espace adapté à la pratique des activités physiques. **Tarifs : 120€ / 84€ / 60€**. *Merci de répondre à ce rapide sondage uniquement si vous êtes intéressé(e)s par une inscription à cette activité !*

Merci de répondre au petit sondage
ICI

A la rencontre de **vos intervenant(e)s**

Dans cette rubrique, nous souhaitons vous présenter celles et ceux que vous fréquentez toutes les semaines sans parfois trop les connaître : les **intervenant(e)s de vos activités préférées !**

Aujourd'hui nous vous présentons par le biais d'un petit CV décalé **Théo Sabouret** du pôle sport & bien-être...

Cliquez sur l'image ci-contre pour l'agrandir.

1974-2024
OPAD
L'association des seniors dijonnais
50 ANS

THEO SABOURET
INTERVENANT SPORT & BIEN-ÊTRE 2024/2025

QUI SUIS-JE ?

JE SUIS NÉ LE 25 SEPTEMBRE 2000 À DIJON
MON SURNOM : **OEHT**

JE SUIS INTERVENANT À L'OPAD DEPUIS 2022

RETROUVEZ-MOI DANS L'ACTIVITÉ :
AQUAGYM

MES COUPS DE COEUR :

UN ANIMAL
LE LOUP

UN PLAT
LA RACLETTE

UNE DESTINATION RÊVÉE
LE JAPON

UNE CHANSON
JEAN FERRAT
LA MONTAGNE

Actualités Culturelles

INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT AUX CYCLES 2 !

Retrouvez les places restantes pour les cycles 2 de chaque activité culturelle [ICI](#)

ENTRETIENEZ VOTRE

MÉMOIRE

SAISON 2024/25
LE LUNDI & LE MERCREDI
INTERVENANTE : CÉLINE KLEITZ

OIRE

1974-2024
OPAD
L'association des seniors dijonnais
50 ANS

OPAD-DIJON.FR
OPAD COUR DU CARON 21000 DIJON
03 80 70 02 03 / ACCUEIL@OPAD-DIJON.FR

04 & 09/12 : Début du Cycle 2 de l'atelier Mémoire

Les deux premiers créneaux du cycle 2 de l'atelier mémoire auront lieu le **mercredi 4** et le **lundi 9 décembre** en compagnie de notre intervenante **Céline Kleitz**.

Il reste quelques places, vous pouvez vous inscrire à l'OPAD ou en cliquant sur le lien ci-dessous :

Inscrivez-vous au cycle 2 Mémoire [ICI](#)

AGENDA **CULTUREL**

05/12 :
Café franco-allemand
Spécial Noël

Inscrivez-vous en ligne ICI

06/12 : dernières places
disponibles pour la
sortie de Noël à
Montbéliard

Vendredi 6 décembre

Marché de Noël à Montbéliard et Musée Japy

Visite 1 : Marché de Noël à Montbéliard
 Le marché de Noël authentique blotti autour du Temple Saint Martin, en plein cœur historique de la ville, rassemble près de 150 artisans rigoureusement sélectionnés pour la qualité, l'originalité et la diversité de leurs produits. Vous pourrez découvrir, à votre rythme, un monde féérique au travers des rues décorées en cette période de l'année.

Visite 2 : Visite guidée du musée Japy
 Dès 1777, Frédéric Japy s'installe à Beaucourt et produit des ébauches de montres, mais surtout des machines-outils, plus rapides et moins coûteuses. Il mécanise la fabrication de montres complètes, puis de réveils, d'horloges... Véritable capitaine d'industrie du XVIIIème siècle, Frédéric Japy reste encore aujourd'hui la figure emblématique d'une industrialisation précoce.

RDV : 8h (derrière l'agence divia)
 RETOUR : 19h

Le Scorpio
 7 rue Bellfort
 25200 Montbéliard

TARIF 1 : 86€
TARIF 2 : 60€
TARIF 3 : 43€

PARTICULARITÉS & ÉQUIPEMENTS
 Temps debout : 5h
 Sièges à disposition
 Prévoir chaussures et tenue adaptées en fonction de la saison

Inscrivez-vous en ligne ICI

06/12 :
Chanter l'Italie :
Parlez-moi d'amour

CHANTER L'ITALIE

PARLEZ-MOI D'AMOUR

Vendredi 6 décembre 2024
 14h-16h
 Salle Chaudronnerie à Dijon
 Tarif : 5€ sur inscription

Avec votre intervenante
COLETTE WOYCIKOWSKA

opad-dijon.fr

11/12 : Focus sur
l'Oratorio de Noël de
Bach
avec N. Desgranges

OPAD
 L'association des seniors dionnais
 50 ANS

L'OPAD vous propose un **focus sur une oeuvre musicale** en lien avec la programmation de l'Auditorium de Dijon

Oratorio de Noël
 de
Jean-Sébastien Bach

Intervenante
Nicole Desgranges
 (Musicologue & Universitaire)

Mercredi 11 décembre 2024 (14h30-16h)
 Salle Chaudronnerie Bas à Dijon
 Tarif : 7€ (sur inscription)

opad-dijon.fr

Inscrivez-vous en ligne ICI

Inscrivez-vous en ligne ICI

Les conférences des deux prochaines semaines



- Femmes en écho* sur Diane de Poitiers : politique et séduction avec Aline Reynaud le 2/12 à 14h30 Salle de l'Académie.
- L'industrie pharmaceutique* sur Contraintes et évolution mondiale de l'industrie pharmaceutique avec Marie-Josèphe Durnet-Archeray le 3/12 à 14h Salle Chaudronnerie.
- Regard sur l'Univers* sur Les étoiles avec Dominique Mège le 4/12 à 10h Salle Chaudronnerie.
- Paris, Capitale artistique : géographie des avant-gardes (1883-1930)* sur Montmartre, colline des artistes avec Isabelle Bryard le 5/12 à 10h au Musée de la Vie bourguignonne.
- Où va le Monde ?* avec Jean-Jacques Subrenat et Bertrand Schmitt le 5/12 à 14h Salle Chaudronnerie.
- Nationalisme, racisme, antisémitisme* sur Nationalisme : quand l'amour de la Nation devient xénophobie avec Didier Meny le 9/12 à 10h Salle de l'Académie.
- Femmes de sciences* sur Chimie et biochimie avec Robert Ferachoglou le 10/12 à 10h Salle Chaudronnerie.
- Une Toile dans le détail* sur Peter Brueghel l'ancien : la Tour de Babel avec Isabelle Bryard le 12/12 à 10h au Musée de la Vie Bourguignonne.
- Du livre au film et inversement* sur Psychologie d'un assassin : Carrère contre Garcia, l'Adversaire avec Bernard Thiébaud le 12/12 à 14h30 Salle Chaudronnerie.

Inscrivez-vous aux conférences ICI

Dans le rétro : Tea Time de la Commission Internationale



"Le jeudi 21 novembre la Commission Internationale a organisé un Tea Time mettant à l'honneur la relation de la ville de York jumelée à la ville de Dijon. Nous remercions toutes les personnes qui ont participé à ce moment chaleureux d'échange. Nous espérons pouvoir recommencer !" - La Commission Internationale de l'OPAD

Du côté de nos partenaires

Présence Verte à vos côtés



Activ'zen
pour être autonome, mais jamais seul

En cas de besoin, il suffit d'appuyer sur la touche du médaillon ou du bracelet pour être secouru. Un service disponible 7j/7 et 24h/24 pour sécuriser le quotidien.

Activ'mobil
pour profiter de sa liberté en toute sécurité

Chute, malaise en dehors de chez soi ? Une touche d'alerte située sur la balise mobile fournie, permet d'alerter par géolocalisation la personne choisie ou les secours.

40 ans d'expérience au service de la protection des séniors

présence verte
libres d'être actifs

Retrouvez toutes nos offres sur www.presenceverte.fr

N°Cristal 09 69 39 38 38

Plus d'information auprès de votre conseiller local Présence Verte Confluence

POUR VOUS OU VOS PROCHES
A partir de 16 € TTC/mois après déduction fiscale loi Barloz

Pour vous ou vos proches, notre partenaire **Présence Verte** vous propose 40 ans d'expérience au service la protection des séniors !

Important !

Avantage aux adhérent(e)s de l'OPAD : pour toute installation avant le 31/12/2024, les frais d'installation seront offerts avec en + 1 mois d'abonnement gratuit !

+ d'infos sur *Présence Verte* ICI

Webconférence sur l'arthrose avec *Radiance*



Webconférence
sur l'arthrose

Mardi 3 décembre
de 10h30 à 11h30

en ligne

Inscrivez-vous **GRATUITEMENT** à cette conférence en ligne ICI

Du côté de la Maison des Seniors

Le **jeudi 5 décembre**, la **Maison des Seniors** vous propose une **séance thématique** animée par **Mme Elisabeth Duclut**, déléguée départementale **ADMD 21** sur le thème de **l'aide à l'écriture des directives anticipées**.

Rendez-vous à la **Maison des Seniors** (1 rue Mère Javouhey à Dijon) à **14h30**.

Entrée libre sur inscription obligatoire (dans la limite des places disponibles).

Renseignements & inscriptions auprès de
la Maison des Seniors au **03 80 74 71 71**.

JEUDI 5 DECEMBRE 2024

SÉANCE THÉMATIQUE

L'AIDE A L'ÉCRITURE DES DIRECTIVES ANTICIPÉES

A 14h30 – Maison des Seniors – 1, rue Mère Javouhey

**ASSOCIATION
POUR LE DROIT
DE MOURIR DANS
LA DIGNITÉ**

Séance animée par Mme Élisabeth Duclut, déléguée départementale
ADMD 21

Renseignements et inscription obligatoire
(dans la limite des places disponibles)
Maison des Seniors – 03 80 74 71 71



Tram T1 et T2 – stations <<Godrans Les Halles>> ou <<République>>
Lianes 3 et 6 - arrêt <<République>>
DiviaCity - arrêt <<Trémouille>>

Dijon rassemble



Joyeux anniversaire à nos adhérents !

1974-2024
OPAD
L'association des seniors dijonnais
50 ANS
Joyeux Anniversaire!

Jean-Claude C.
Josiane C.
Jean-Louis D.
Nicole J.
Marie-Françoise P.
Philippe C.
Martine D. B.
Nicole F.
François S.
Dominique B.
Sidonie H.
Denise L.
Nelly B.

Martine Q.
Caroline R.
Marie-Claire R.
Brigitte T.
Chantal T.
Anne V.
André D.
Marie-Christine D.
Annie M.

Ana Maria R.
Sylvie C.
Michel D.
Martine P.
Jack P.
Anne-Marie S.
Jacqueline B.
Barbara G.
Evelyne G.
Bernadette J.-G.
Pascal L.
Catherine T.
Véronique M.

OPAD

Cour du Caron 21000 Dijon

03 80 70 02 03 accueil@opad-dijon.fr

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}.

Vous avez reçu cet email parce que vous vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Se désinscrire](#)

Envoyé avec

Brevo