



Gazette du vendredi 14 novembre 2025

Assemblée Générale (05/12/2025)

Cher(e)s adhérent(e)s, notre **Assemblée Générale** (bilan de la saison 2024/25) se tiendra le **vendredi 5 décembre à 14h30** à la **Salle Devosge** (5 rue Devosge à Dijon, accueil dès 13h45). Un **pot de l'amitié** sera servi à l'issue de l'AG. Cliquez sur les liens ci-dessous pour vous inscrire en ligne et télécharger le bon de procuration.
NB : les activités prévues le jour de l'Assemblée Générale sont maintenues.

Inscrivez-vous à l'AG [ICI](#)

Bon pour procuration AG [ICI](#)

Assemblée Générale

Vendredi 5 décembre 2025 à 14h30*
Salle Devosge à Dijon

VENEZ ÉCHANGER AVEC NOUS !

UN POT DE L'AMITIÉ SERA SERVI À L'ISSUE DE L'AG

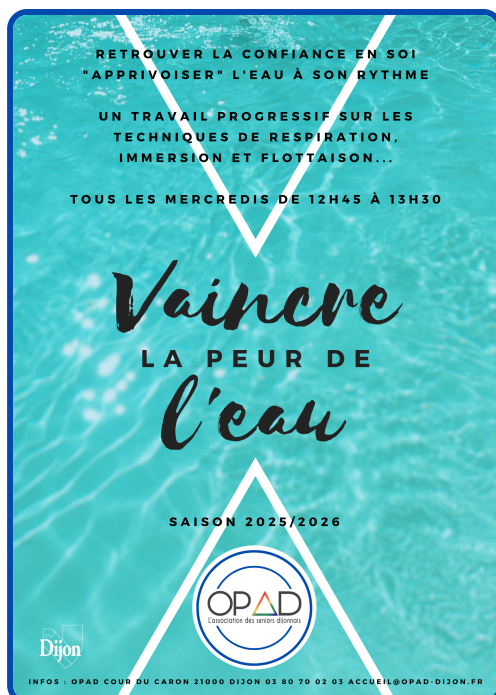
OPAD Cour du Caron 21000 DIJON
03 80 70 02 03
opad-dijon.fr

*accueil dès 13h45, début à 14h / Salle Devosge (5 rue Devosge à Dijon)

Ordre du jour de l'AG [ICI](#)

Actualités Sport & Bien-être

Vaincre la peur de l'eau



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

Vous avez toujours eu peur de l'eau ? Rejoignez notre activité aquatique dédiée à l'apprentissage de la confiance dans l'eau. Encadrés par notre animateur, vous découvrirez des exercices progressifs et sécurisés pour surmonter vos appréhensions et prendre plaisir à évoluer dans l'eau. Avec l'OPAD, transformez la peur en confiance et amusez-vous en toute sécurité !

Quand ? Tous les mercredis de 12h45 à 13h30.

Où ? Piscine de Fontaine d'Ouche.

Avec qui ? Thomas Manchin.

Combien ? Tarifs pour un cycle : 85€ / 60€ / 43€.

S'inscrire aux activités sportives de l'OPAD, c'est encore possible !

Les inscriptions aux activités sportives et de bien-être de l'OPAD sont toujours ouvertes. Un **prorata** est appliqué pour toute inscription à l'accueil après la Toussaint. Profitez-en !



Places restantes [ICI](#)

A la rencontre de vos intervenant(e)s



Actualités Culturelles



27/11 :
Art en Lumière

MUSÉE DE LA VIE
BOURGUIGNONNE | JEUDI 27 NOVEMBRE
2025 (10H-12H) | ANIMÉ PAR
ISABELLE BRYARD

ART EN LUMIÈRE

EXPOSITION

KANDINSKY

OPAD DIJON

PHILARMONIE DE PARIS

OPAD
L'association des seniors dijonnais

"ART EN LUMIÈRE VOUS INVITE À DÉCOUVRIR L'EXPOSITION KANDINSKY, LA MUSIQUE DES COULEURS À LA PHILARMONIE DE PARIS. RAREMENT LA MUSIQUE A JOUÉ UN RÔLE AUSSI IMPORTANT DANS L'ŒUVRE D'UN PEINTRE QUE POUR VASSILY KANDINSKY. CETTE EXPOSITION DÉVOILE LA PLACE FONDAMENTALE DE LA MUSIQUE DANS SON QUOTIDIEN, DANS SA VOCATION D'ARTISTE ET DANS L'ÉVOLUTION DE SA PRATIQUE VERS L'ABSTRACTION."

TARIF : 10 € // INSCRIPTIONS À L'OPAD (COUR DU CARON 21000 DIJON)
03 80 70 02 03 + ACCUEIL@OPAD-DIJON.FR

Plus d'informations [ICI](#)

Inscrivez-vous [ICI](#)

**11/12 : Rencontre avec le
Poème Harmonique**

**RENCONTRE EXCEPTIONNELLE
AVEC LE POÈME HARMONIQUE**

**LE MAGNIFICAT
DE BACH**

JEUDI 11 DÉCEMBRE 2025

AUDITORIUM DE DIJON

17H30 : RENCONTRE AVEC LE POÈME HARMONIQUE
20H : DÉBUT DU SPECTACLE

TARIF : 6€
LES ADHÉRENTS N'AYANT
PAS ENCORE ACHETÉ
LEUR PLACE ONT LA
POSSIBILITÉ D'ASSISTER
AU SPECTACLE (PLACES
AU 2E BALCON)

INSCRIPTIONS À L'OPAD
opad-dijon.fr

O | D
L'OPAD REMERCIE
L'OPÉRA DE DIJON
POUR CE PARTENARIAT

OPAD
L'association des seniors dijonnais

Plus d'informations [ICI](#)

04/12 :
Ciné-Goûter #2

OPAD
L'association des seniors dijonnais

NOUVEAU RENDEZ-VOUS !
Le premier jeudi de chaque mois
(de novembre à mars)

OPAD-DIJON.FR

**CINÉ
GOÛTER
#2**

**Jeudi 4
Décembre
2025***

CINÉMA PATHÉ
CITÉ DE LA GASTRONOMIE

Projection suivie d'un goûter convivial préparé
par la Cuisine Expérientielle de la CIGV

*horaires à déterminer en fonction du film choisi dans l'actualité de la
programmation du Ciné Pathé. Le film choisi et l'horaire seront
communiqués aux participants quelques jours avant la séance.

Tarif : 15€
Inscriptions
à l'OPAD
Cour du Caron
21000 DIJON

Dijon | L'association des seniors dijonnais | la Cuisine expérientielle | PATHÉ

Plus d'informations [ICI](#)

Inscrivez-vous [ICI](#)

**12/12 : Dégustation de
chocolat et méditation
sensorielle**

OPAD
L'association des seniors dijonnais

**Atelier
Dégustation de chocolat
Méditation sensorielle**

**Vendredi 12 décembre 2025
(15h-16h30)**

Atelier animé par
Charlotte Bourdenet
(chocolatière et
somatothérapeute
à Dijon) de
CHAKOLA TREE.

**Rendez-vous salle Chaudronnerie Haut
(5 rue Chaudronnerie à Dijon)**

TARIF : 15€ / PERSONNE
INSCRIPTIONS À L'OPAD
COUR DU CARON 21000 DIJON
OPAD-DIJON.FR

Dijon

Inscrivez-vous [ICI](#)

Plus d'informations [ICI](#)

Inscrivez-vous [ICI](#)

Culture & Vous : 2 sorties à venir

DENON ET RULLY : TRÉSORS BOURGUIGNONS

JEUDI 27 NOVEMBRE

Rendez-vous à 8h30 derrière l'agence Divia, retour vers 17h



Visite guidée du musée Vivant Denon

À l'origine école de dessin gratuite fondée en 1821, ce bâtiment devient musée en 1866, conservant les traces de son passé, comme ses élégantes portes sculptées de style Empire. Rebaptisé en 1895 en hommage à Dominique Vivant Denon — premier directeur du musée du Louvre et ministre des Arts sous Napoléon — il présente une collection graphique dédiée à ce personnage remarquable.



Visite guidée du Château de Rully

Situé au cœur des vignobles de la Côte Chalonnaise, cette forteresse médiévale est habitée par la même famille depuis le XIIe siècle. Lors de la visite guidée, le Comte accueille les visiteurs pour une présentation en extérieur, avant de leur faire découvrir l'intérieur du château. Vous pourrez y admirer le grand escalier, le salon, la bibliothèque, la salle de billard, le boudoir, la salle à manger, l'office ainsi que la cuisine médiévale.



Repas au restaurant Le Konoba,
14 Avenue Georges Pompidou, 71100 Chalon-sur-Saône

TARIF 1 :
91€

TARIF 2 :
64€

TARIF 3 :
46€



BEAUNE, AU FIL DES CLIMATS ET DES SIÈCLES

JEUDI 11 DÉCEMBRE

Rendez-vous à 11h15 derrière l'agence Divia, retour vers 17h



Visite guidée de la Cité des Climats et vins de Bourgogne

Plongez dans la fabuleuse histoire des vins parmi les plus célèbres du monde.

Après un délicieux repas à Vosne-Romanée, prolongez l'expérience en découvrant la Cité des Climats et vins de Bourgogne à Beaune. Ce site emblématique vous invite à explorer l'univers des Climats, ces parcelles de vignes précisément délimitées sur les pentes de la Côte de Nuits-Saint-Georges, façonnées par des siècles de travail humain.

Au cours de la visite vous apprécierez la réalisation spectaculaire à la fois technique et esthétique du bâtiment conçue dans une démarche exemplaire d'éco-responsabilité.



Repas au restaurant La Toute Petite Auberge,
5 RN 74, 21700 Vosne-Romanée

TARIF 1 :
86€

TARIF 2 :
60€

TARIF 3 :
43€



Inscrivez-vous [ICI](#)

Inscrivez-vous [ICI](#)



- **Dijon, son évolution des origines à la fin du XIXe siècle** avec **Clément Lassus-Minvielle** le 18/11 à 10h Salle de l'Académie.
- **Histoire des jardins** avec **Renée Buzy-Débat** le 18/11 à 14h30 Salle Chaudronnerie Bas.
- **Moments de philosophie** avec **Denis Philippe** le 19/11 à 14h30 Salle Chaudronnerie Bas.
- **L'art en Europe au XVIIe siècle** avec **Isabelle Bryard** le 20/11 à 10h au Musée de la Vie Bourguignonne.



Dans le rétro



Ce vendredi 14 novembre s'est tenue la nouvelle conférence « **Ensemble, décodons l'actualité** » sur le thème *Le monde en quête d'équilibre : héritages stratégiques et défis contemporains*. L'OPAD remercie chaleureusement le **public** présent, nos deux conférenciers **Didier Mény** et **Jean-Jacques Subrenat** ainsi que le personnel de la **salle de l'Académie**.



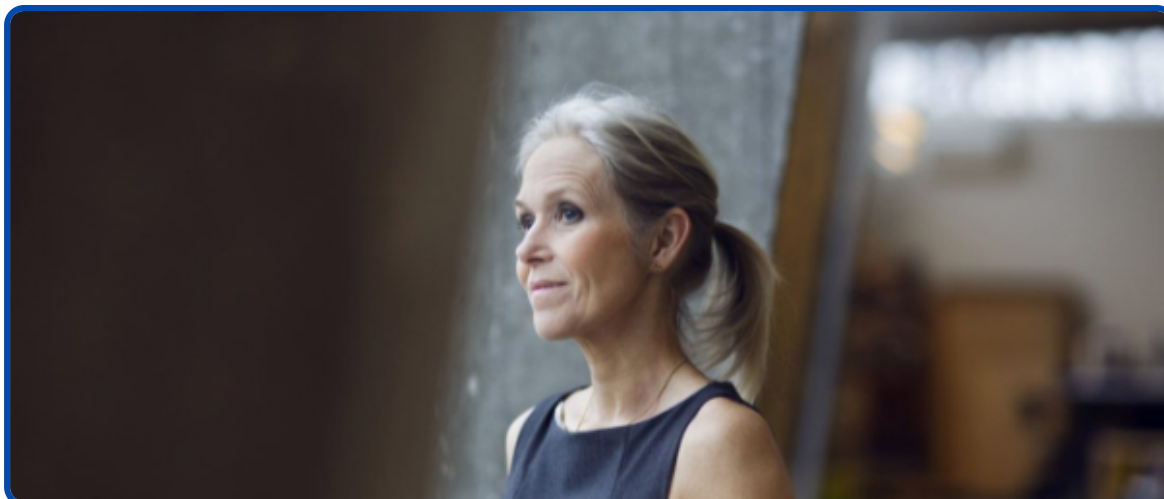
Recherche de participantes pour un projet dans le cadre du Mois de l'Égalité



VIVANTES ! PROJET PODCAST ET PHOTOS



"Tant que nous sommes vivantes, nous sommes sans cesse en mouvement... Pourtant, c'est souvent à partir de 50 ans que les femmes deviennent invisibles (au cinéma, séries tv, théâtre, danse...). Et dans ce temps où la peau s'affine et où nos utérus et nos ovaires se mettent au repos, nous disparaissions de l'inconscient et l'imaginaire collectifs. Comment nous projeter dans un avenir quand la société nous renvoie que nous n'en avons plus et nous apprend à trouver cela triste de vieillir !? Ces ateliers sont l'occasion de vous donner la parole. Nous aimerions qu'à travers le récit d'épisodes de vos vies, vous nous racontiez vos choix, vos stratégies, vos désirs secrets, vos asservissements, votre émancipation... Le projet est de réaliser un podcast et une série de photos de vous dans vos intérieurs." - Géraldine Pochon.



Public recherché : Femmes de 50 ans et plus

Une réunion de présentation du projet aura lieu le **lundi 17 novembre 2025 à 16h30** à l'**OPAD**, 1 Cour du Caron à Dijon en présence de l'équipe artistique ; **Michael Santos** (musicien), **Géraldine Pochon** (metteuse en scène, comédienne), **Marion Cadeau** (comédienne, photographe). Dans un second temps, le projet prendra la forme de **neuf séances**, tenues les **lundis de 16h30 à 19h**. Les productions finales, **photographies** et **podcasts**, seront mises à l'honneur durant le **festival du Mois de l'Égalité**.

Pour plus de renseignements, veuillez contacter **Géraldine Pochon**

au **06 87 22 82 07** ou par mail à l'adresse suivante : geraldinepoch213@gmail.com

Inscrivez-vous [ICI](#)

Du côté de la Maison des Seniors

Le **jeudi 27 novembre 2025**, inscrivez-vous à une séance thématique « **100% Santé** » animée par **Jonathan Mahr** (Cabinet CAD Experts), conseiller en mutuelle santé et prévoyance. *Comment bénéficier du zéro reste à charge ?*, *Comment déchiffrer son tableau de garanties ?* seront les objectifs de cette séance.

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

Renseignements à la Maison des Seniors ou au **03 80 74 71 71**.

Le 100 % santé

Jeudi 27 novembre 2025
A 14H30 – Maison des Seniors -1, rue Mère Javouhey


100% SANTÉ
Des soins pour tous, 100% pris en charge

Objectifs :

- Comment bénéficier du zéro reste à charge ?
- Comment déchiffrer son tableau de garanties ?
- Points de vigilance

 Séance animée par **Jonathan MAHR**
(Cabinet CAD EXPERTS)
Conseiller en mutuelle santé et prévoyance

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 !



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](#)

