



Gazette du vendredi 26 septembre 2025

Les vacances de l'OPAD / Octobre Rose



Retrouvez le programme des vacances d'automne, entre découvertes, moments de partage intergénérationnels et ateliers pour rester en forme. Quatre rendez-vous sont également organisés dans le cadre d'**Octobre Rose**, le mois destiné à sensibiliser au dépistage du cancer du sein. Ensemble, mobilisons-nous !

Programme Vacances [ICI](#)

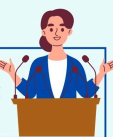
Inscrivez-vous [ICI](#)

Du 06 au 10/10 : la Semaine Bleue

En collaboration avec la **Ville de Dijon** et la **Maison des Seniors**, l'OPAD vous propose **deux événements gratuits** dans le cadre de la **Semaine Bleue** du **6 au 10 octobre**.




CONFÉRENCE
ÂGE ET CRÉATION :
PAS D'ENTRAVES !



LUNDI 6 OCTOBRE 2025 (10H)
MUSÉE DE LA VIE BOURGUIGNONNE – DIJON
CONFÉRENCE D'ISABELLE BRYARD
(INTERVENANTE EN ARTS PLASTIQUES ET CONFÉRENCIÈRE EN HISTOIRE DE L'ART)

ET SI L'AUDACE, LE SENS DE L'INNOVATION OU L'EXPRESSION DE LA LIBERTÉ ÉTAIENT AUSSI DES QUALITÉS LIÉES À LA VIEillesse ? CETTE CONFÉRENCE ORGANISÉE DANS LE CADRE DE LA SEMAINE BLEUE DÉVELOPPE CETTE APPROCHE SENSIBLE, AU TRAVERS DES PARCOURS ARTISTIQUES D'HENRI MATISSE, DE LOUISE BOURGEOIS, DE DAVID HOCKNEY OU DE DANIEL BUREN QUI ATTESTENT DE MANIÈRE SPECTACULAIRE DES VIVIFIANTES RESSOURCES DE LA VIEillesse.



ENTRÉE LIBRE SUR INSCRIPTION À L'OPAD
AVANT LE 3 OCTOBRE AU 03 80 70 02 03 OU SUR ACCUEIL@OPAD-DIJON.FR



OPAD-DIJON.FR

Inscrivez-vous à la conférence [ICI](#)




JEU DE PISTE
INTERGÉNÉRATIONNEL



VENDREDI 10 OCTOBRE 2025 (13H30-17H)
MAISON DES SENIORS – DIJON



FAITES ÉQUIPE AVEC LES ÉTUDIANT(E)S DU BTS TOURISME ST-BÉNIGNE !

LOTS À GAGNER !
POT DE L'AMITIÉ !
CONVIVIALITÉ !

ENTRÉE LIBRE SUR INSCRIPTION À LA MAISON DES SENIORS
AVANT LE 9 OCTOBRE AU 03 80 74 71 71 OU AU 1 RUE MÈRE JAVOUHEY À DIJON





OPAD-DIJON.FR

Inscriptions à la Maison des Seniors

Actualités Sport & Bien-être




LES MARDIS DE 14H À 15H
À LA SALSA EMOCION

AVEC
ALICE LE NY

PILATES



OPAD-DIJON.FR

Pilates à la *Salsa Emocion*

Profitez du dernier créneau PILATES pour lequel il reste des places. La salle *Salsa Emocion* vous accueille dans les meilleures conditions pour ce cours !

- **Quand ?** Mardi de 14h à 15h
- **Où ?** Salsa Emocion
- **Avec qui ?** Alice Le Ny

Inscrivez-vous [ICI](#)

Découvrez la Salsa Emocion [ICI](#)

Reprise du Tango des Aînés

Cette après-midi sonnait la reprise pour nos tangueros opadiens dans le cadre magnifique de l'Hôtel Maleteste. Merci à Anne Bramard Blagny pour l'accueil. Nous souhaitons à toutes et tous une belle saison !

- **Quand ?** Vendredi à 14h15
- **Où ?** Hôtel Maleteste
- **Avec qui ?** Martin Laplace et Jessica Bazin en collaboration avec *ABB Reportages*, *Les Amis du 7* et *AG2R La Mondiale*



À la rencontre de vos intervenants

Saison 2025/26



Yohan Gourmez

opad-dijon.fr



Saison 2025/26 : à la rencontre de vos intervenants

Yohan Gourmez est né le 29 juin 1993 au Creusot
Pour l'OPAD, il est intervenant en
gymnastique classique (vendredi - Maison Phare)

Surnom : Yoyo

Plat préféré : *la raclette*

Pays rêvé : *la Norvège*

Philosophie : *"C'est la vie, je prends ce qui vaut le coup et je rigole du reste"*

Hobbies : *la guitare, faire des concerts, la musique en général, la création informatique*



opad-dijon.fr

Places restantes pôle sport & bien-être ICI

Actualités Culturelles

Peinture sur Soie

Il reste 5 places pour cet atelier.



Inscrivez-vous [ICI](#)

Report du 26/9 au 3/10 : Chanter l'Italie !



Chanter l'Italie :
inscription [ICI](#)

Places restantes pôle culture [ICI](#)

LES CONFÉRENCES DE L'OPAD



- **Comprendre le monde** avec **Dominique Mège** le 01/10 à 10h salle Chaudronnerie.

NB : veuillez noter que la deuxième conférence de **Gérard Brey** sur le thème **Les spectacles lyriques en Espagne** initialement prévue le 7 novembre est reportée au 14 novembre. Vous pouvez consulter toutes les dates à jour sur le programme ci-dessous.

Programme des conférences [ICI](#)

Inscrivez-vous aux conférences [ICI](#)

Retour en images sur les sorties *Culture & Vous*



Consultez le programme Culture & Vous de l'Automne [ICI](#)

Inscrivez-vous aux sorties [ICI](#)

Du côté de nos partenaires

La Semaine Bleue avec notre partenaire Domitys

DU 6 AU 12 OCTOBRE 2025

PARCE QUE LA VIE ACTIVE N'A PAS D'ÂGE

Ateliers, conférences, visites... La Semaine Bleue est l'occasion de partager des moments de dynamisme et de convivialité avec nos équipes et les résidents. Un moment privilégié pour découvrir la vie en résidence autrement. Domitys propose des solutions qui s'adaptent à vos envies et à vos besoins. Une occasion idéale pour se retrouver ou accompagner un proche dans un cadre bienveillant.

À L'OCCASION DE LA SEMAINE BLEUE, VENEZ DÉCOUVRIR VOTRE PROCHAINE RÉSIDENCE SERVICES SENIORS !

LES TEMPS FORTS AU PROGRAMME

LUNDI 6 OCTOBRE
A PARTIR DE 14H30 : Retrouvez l'équipe de Bourgogne Medical Services dans notre appartement aménagé de façon ergonomique.

MARDI 7 OCTOBRE
A PARTIR DE 9H : Venez profiter d'un temps de bien-être gratuit, un bain avec une rétrospéc, une relaxation, un soin énergétique, une séance de l'ontochérapie ou encore un soin avec fusil à ressort (inscription obligatoire, dans la limite des places disponibles).

JEUDI 9 OCTOBRE
A PARTIR DE 14H30 : L'écrit d'her à aujourd'hui qui d'un atelier calligraphique avec l'écrit primaire de Plombières-lès-Dijon (inscription obligatoire).

VENDREDI 10 OCTOBRE
A PARTIR DE 14H30 : Conférence gratuite « BIEN VIEILLIR » animée par Céline VALET gérontologue (inscription obligatoire).

DÉCOUVREZ L'INTÉGRALITÉ DU PROGRAMME EN RÉSIDENCE

LES VANTELLES
 27 AVENUE FRANÇOIS MITTERRAND
 A PLOMBIÈRES-LES-DUON
 0661182740 ou 0635573070 ou domitys.

DOMITYS
 AG2R LA MONDIALE

Ateliers, conférences, visites... La **Semaine Bleue** est l'occasion de partager des moments de convivialité avec les équipes et les résidents de **notre partenaire DOMITYS**.

Les résidences seniors Domitys proposent des solutions qui s'adaptent à vos envies et à vos besoins. Du 6 au 12 octobre, rendez-vous à la résidence Domitys *Les Vantelles* 27 Av. François Mitterrand à Plombières-lès-Dijon.

+ d'infos [ICI](#)

Du côté de la Maison des Seniors

Les événements de la Semaine Bleue

Le **mercredi 8 octobre**, inscrivez-vous pour participer à un **repas**

Le **vendredi 10 octobre**, inscrivez-vous à un **forum participatif** organisé

intergénérationnel et à des jeux de société avec les enfants de l'accueil de loisirs d'une école élémentaire !

Rendez-vous à l'**accueil périscolaire Montchapet** 12, rue de Jouvence à Dijon à **12h** (Bus B10 arrêt "Barbe").

Entrée libre, inscription obligatoire (8 places disponibles).

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

par l'**Observatoire de l'âge** sur le thème "*Les seniors, passeurs de talents et d'idées*".

Rendez-vous à l'**auditorium** place Jean Bouhey à Dijon de **10h à 12h** (accueil dès 9h30).

Entrée libre, inscription obligatoire.

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

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](#)

