Gazette du vendredi 11 septembre 2026

J-3 AVANT LA REPRISE DES ACTIVITÉS !

Tous les calendriers des activités qui reprennent la semaine prochaine sont en ligne sur notre site !

Projet Vidéo avec Olivier Habib sur la saison 2026/2027



La rentrée approche et au sein de vos activités vous allez peut-être rencontrer **Olivier Habib** qui viendra filmer de nombreuses activités afin de **réaliser des vidéos** pour mieux présenter la richesse et la diversité de notre offre aux seniors dijonnais. *NB : Olivier se présentera à vous au début de chacune de ses interventions et vous pourrez lui signaler si vous ne souhaitez pas apparaître dans les vidéos.*

8 & 9/10 La Semaine Bleue

À l'occasion de la Semaine Bleue, la Maison des Seniors et l'OPAD vous invitent à participer à un jeu de piste intergénérationnel à travers Dijon ! Retrouvez également Isabelle Bryard pour une conférence passionnante sur l'histoire de l'art.

Conférence avec Isabelle Bryard ***Jeu de piste intergénérationnel***



Où ? musée de la Vie bourguignonne.
Quand ? jeudi 8 octobre de 10h à 11h30.
Avec qui ? Isabelle Bryard.

+ d'infos ICI

Inscrivez-vous ICI



Où ? rdv à la Maison des Seniors.
Quand ? vendredi 9 octobre de 13h30 à 17h.
Comment ? sur inscription à l'OPAD ou en ligne.

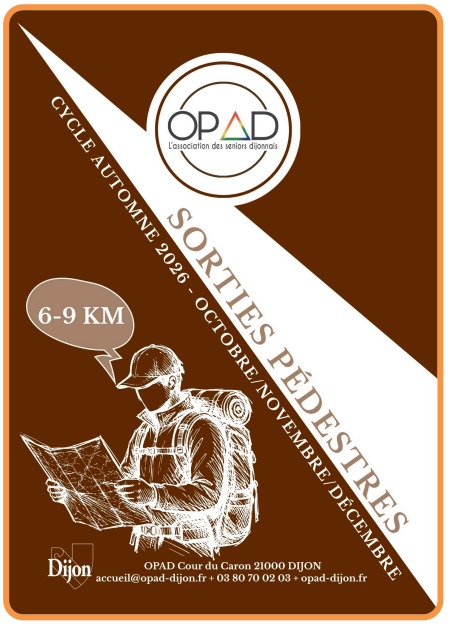
+ d'infos ICI

Inscrivez-vous ICI

Actualités Sport & Bien-être



Programme automne sorties pédestres 6 & 9km



Merci à Mireille, Catherine, Muriel, Gérald, Christian (accompagnateurs 6 km) et à Serge, Jean-Louis, Michel, Claude (accompagnateurs 9 km) pour la préparation de ce programme !

Où ? rendez-vous derrière l'agence *Divia Darcy* pour un départ en bus vers le lieu de la sortie.
Quand ? lundi de 12h45 à 17h.
Avec qui ? les bénévoles .

Le programme ICI

Inscrivez-vous ICI

Gagnez en assurance avec le self-defense

Le self-defense à l'OPAD privilégie l'**anticipation**, les **réflexes simples** et la **gestion du stress**, **sans besoin de condition physique particulière**. Dans une ambiance conviviale et sécurisante, apprenez des **gestes faciles à mémoriser** pour préserver votre tranquillité et votre autonomie en toute circonstance.

Où ? dojo du Palais des Sports.
Quand ? jeudi de 9h à 10h30.
Avec qui ? Fabian Robert.

Le calendrier complet ICI



Inscrivez-vous au cycle 1 ICI

Nouveau lieu : la *Salsa Emocion* déménage et devient *Studio 16* !



Découvrez le lieu en vidéo ICI

Inscrivez-vous à Mus. & Mouv. ICI

Inscrivez-vous au Pilates ICI

Cette année, retrouvez vos cours **Musique et Mouvement** le mardi de 9h à 10h15 avec **Mohamed Mahi** et **Pilates** le mardi de 14h15 à 15h15 en compagnie d'**Alice Le Ny** dans un nouveau lieu flambant neuf et prêt à vous accueillir : la ***Salsa Emocion***, rebaptisée ***Studio 16***, déménage au 16 rue du Professeur Louis Néel à Longvic. Vous pouvez y accéder facilement en voiture (parking sur place), vélo ou en bus (B18 arrêt *Ateliers APF*).
Photo N.D. © le Bien Public.

Actualités Culturelles

FOCUS SUR 2 CONFÉRENCES SAISON 2026/2027

Des animaux et des hommes : une longue histoire, une coexistence complexe

Figures et thèmes de la philosophie contemporaine



Où ? salle de l'Académie.
Quand ? lundi de 10h à 11h30.
Avec qui ? Didier Mény.

Inscrivez-vous ICI



Où ? salle Chaudronnerie.
Quand ? mercredi de 14h30 à 16h.
Avec qui ? Denis Philippe.

Inscrivez-vous ICI

CONFÉRENCES SAISON 2026/2027

CLIQUEZ ICI POUR LE PROGRAMME

Inscrivez-vous aux Conférences 2026/2027 ICI

FOCUS SAISON 2026/2027 PRATIQUES ARTISTIQUES

Vous hésitez encore à rejoindre l'une des activités du très large panel des **pratiques artistiques** que nous proposons ? **Consultez** ci-dessous les **créneaux disponibles**, **rejoignez-nous** et **exprimez votre créativité** !



Le Dessin pour tous.
-> salle Tillot 1 le lundi & le mercredi de 9h30 à 11h30 avec **Céline Émorine**.

Inscrivez-vous ICI



Peinture à l'huile, aquarelle & pastel.
-> salle Tillot 1 le vendredi de 9h à 11h30 avec **Matthieu Louvrier**.

Inscrivez-vous ICI



Peinture créative & ludique.
-> salle Pierre Bonnard le mardi de 9h à 11h30 avec **Bérengère de Crecy**.

Inscrivez-vous ICI



Calligraphie latine.
-> salle Tillot 1 le jeudi de 14h30 à 16h30



Peinture sur soie.
-> salle Tillot 2 le mardi de 9h à



Initiation Photographie.

avec **Laurence Remongin**.

Inscrivez-vous ICI

11h30 avec **Gye Sung Vaissband**.

Inscrivez-vous ICI

->salle Chaudronnerie le jeudi de 14h à 15h30 avec **Sylvain François**.

Inscrivez-vous ICI

FOCUS SAISON 2026/2027 LANGUES



Le calendrier complet ICI

Inscrivez-vous ICI

Espagnol

Les cours d'espagnol s'adaptent à votre **niveau** et à vos **objectifs** ! Dans une ambiance conviviale et dynamique, Alexia privilégie la **pratique** et **l'immersion culturelle** pour vous faire progresser rapidement et prendre confiance à l'oral.

Où ? Maison des Associations.
Quand ? mardi de 9h à 10h30 (débutant) et de 10h30 à 12h (faux débutant et intermédiaire).
Avec qui ? Alexia Sepúlveda.

Culture & Vous - automne

Toujours en équilibre entre histoire, patrimoine, gourmandise et soif de découverte, voici le programme trimestriel de *Culture & Vous* !
Nos bénévoles passionnées vous proposent neuf sorties pour cet automne.

Programme Automne ICI

Inscriptions à l'OPAD ou en ligne.

Inscrivez-vous ICI





Retrouvez-nous au *Grand Dej'* ce dimanche !

Ce dimanche 13 septembre de 10h à 17h, retrouvez-nous au **Parc de la Toison d'Or** à l'occasion du grand rassemblement des associations dijonnaises ! **Entrée libre.**



Lancement du projet *L'OPAD fait son cinéma*



Après deux réunions de présentation ces derniers mois, le **projet de court métrage de l'OPAD** porté par l'atelier vidéo et multimédia (mac) et animé par des bénévoles adhérent(e)s de l'OPAD organise son **premier atelier d'écriture** ce **lundi 14 septembre** de 14h30 à 17h (salle OPAD Bas, Cour du Caron à Dijon). Passionné(e)s de petit ou grand écran, d'écriture de dialogues ou autres : n'hésitez pas à participer !
-> Contactez **Alain Bardey** si vous êtes intéressé(e)s : **alain.bardey@gmail.com**

Du côté de nos partenaires

Notre partenaire **Radiance Mutuelle** organise une pièce de théâtre ***Ne rentre pas trop tard*** le **9 octobre** à 18h à l'Espace Mendès-France de Quetigny. Jouée par la Compagnie *Les Comédiens Associés*, elle raconte le quotidien de deux auxiliaires de vie : Gabrielle (en exercice depuis quelques années) et Hélène (en formation) confrontées à Maurice, un bénéficiaire à la fois rêche et attachant. *Entrée libre sur inscription.*



Infos & inscription ICI

Du côté de la Maison des Seniors



Bulletin Inscription ICI

Dans le cadre de la Semaine Bleue, la **Maison des seniors** a le plaisir de vous convier à son **spectacle d'ouverture** qui aura lieu les **samedi 3 et dimanche 4 octobre** à l'Auditorium de Dijon. **Vos inscriptions sont à effectuer avant le 14 septembre.** Vous trouverez ci-contre un bulletin d'inscription à retourner par mail à : animationsseniors@ccas-dijon.fr.

Des bulletins sont disponibles dans les lieux habituels (Mairies annexes et Maisons d'éducation populaire), que vous pourrez déposer directement sur place à l'accueil de la Maison des seniors.

Pour tous renseignements complémentaires, vous pouvez contacter le **03 80 74 71 71**.

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