



Gazette du vendredi 7 novembre 2025

Cher(e)s adhérent(e)s, nous vous informons que l'OPAD sera fermée le **mardi 11 novembre** à l'occasion de l'Armistice. Aussi, **aucune activité ne sera assurée** ce jour à l'exception de l'Aquagym tonic et balnéothérapie au KLUBE.

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 Culturelles



14/11 : Ensemble Décodons l'Actualité

27/11 : Art en Lumière

AVEC L'OPAD, "ENSEMBLE, DÉCODONS L'ACTUALITÉ"
Vendredi 14 novembre 2025 à 14h30 - Salle de l'Académie*

*Le monde en quête d'équilibre :
héritages stratégiques et défis contemporains*



Une conférence de
Didier MÉNY
(agrégé d'histoire et géographie)
&
Jean-Jacques SUBRENAT
(ancien ambassadeur)

OPAD COUR DU CARON 21000 DIJON
03 80 70 02 03 OPAD-DIJON.FR ACCUEIL@OPAD-DIJON.FR
*5 rue de l'école de droit 21000 Dijon (accessible via le bus divia L6 - arrêt Bibliothèque)

Cette conférence, animée par **Didier Mény** et **Jean-Jacques Subrenat**, propose un regard éclairant sur l'histoire et l'évolution des **relations internationales**, depuis la naissance des premiers États jusqu'aux grands bouleversements contemporains. Elle permettra de mieux comprendre les **enjeux géopolitiques actuels** et les **défis stratégiques** du monde de demain.

Plus d'informations [ICI](#)

Inscrivez-vous [ICI](#)

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

EXPOSITION

ART EN LUMIÈRE



KANDINSKY

OPAD DIJONER

PHILARMONIE DE PARIS

OPAD Association des seniors dijonnais

Dijon

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 DEVOILE 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

Inscrivez-vous [ICI](#)

12/12 : Café franco-allemand spécial "Noël chez nous"

OPAD **FRANCO** Dijon

CAFÉ ALLEMAND

SPÉCIAL "NOËL CHEZ NOUS"
VENDREDI 12 DÉCEMBRE
DE 15H À 17H
SALLE CHAUDRONNERIE BAS
TARIF : 3€

Plus d'informations [ICI](#)

Venez partager un après-midi convivial aux couleurs de Noël allemand !

Envie de passer un moment chaleureux et ludique dans une ambiance festive ? Rejoignez-nous pour découvrir les traditions d'un Noël en Allemagne, dans une atmosphère détendue et joyeuse !

Autour d'un bon café et de délicieux biscuits de Noël, nous jouerons au célèbre «Schrottwichteln», un jeu de cadeaux surprise typiquement allemand.

Les allemands adorent offrir des présents à Noël... Mais cette fois, aucun achat n'est nécessaire !

Le principe est simple : trouvez chez vous un objet dont vous n'avez plus besoin, quelque chose d'amusant, insolite ou simplement oublié au fond d'un placard et apportez-le.

Mais attention : « Schrott » ne veut pas dire « déchet » ! **L'idée, c'est de partager un objet qui mérite une seconde vie.**

Quelques exemples : un vase délaissé, une assiette oubliée... Et si vraiment vous ne trouvez rien, un petit achat à 2 ou 3 euros fera parfaitement l'affaire.

Emballez votre cadeau dans du papier journal pour garder la surprise jusqu'au bout. Personne ne saura à qui il offrira son cadeau... Ni de qui il recevra le sien !

Néle et Sophia sont impatientes de vous plonger dans la magie de Noël à l'allemande.

Europe

Inscrivez-vous [ICI](#)

Culture & Vous : 2 sorties à venir

ÉLÉGANCE ET HISTOIRE AU MUSÉE DU PAYS CHÂTILLONNAIS
VENDREDI 14 NOVEMBRE

Rendez-vous à 10h derrière l'agence Divia, retour vers 18h30

Visite guidée de l'exposition « 1961-1989 : Les années Dior »

Plongez dans l'univers raffiné de Marc Bohan, talentueux couturier qui dirigea la création artistique de la Maison Dior pendant près de 30 ans. Deux fois récompensé par le Dé d'Or de haute couture (1983 et 1988), il a marqué l'histoire de la mode par son élégance intemporelle. L'exposition met en lumière 21 robes emblématiques, accompagnées de foulards, accessoires, parfums, affiches et croquis.

Visite guidée des Trésors de la Princesse de Vix

Partez à la découverte d'un trésor archéologique exceptionnel, mis au jour en 1953 : la tombe princière de la Dame de Vix, datant de 500 avant J.-C. Vous y admirerez un spectaculaire cratère en bronze de 1,64 mètre ainsi qu'un torque en or, chef-d'œuvre de l'orfèvrerie celte. Le Musée du Pays Châtillonnais abrite également de remarquables ex-voto gallo-romains et une collection de bois gravés des XVIe au XVIIIe siècle.

Repas au restaurant Le Renard Bleu, Chaussée de l'Europe, 21400 Châtillon-sur-Seine

TARIF 1 : 73€	TARIF 2 : 51€	TARIF 3 : 37€
---------------	---------------	---------------

7

Inscrivez-vous [ICI](#)

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

Située 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€
---------------	---------------	---------------

8

Inscrivez-vous [ICI](#)



- **La génération du baby-boom** avec **Didier Mény** le 10/11 à 10h Salle de l'Académie.
- **Les Opéras de Mozart** avec **Nicole Desgranges** le 13/11 à 14h30 Salle Chaudronnerie Bas.
- **Les premiers opéras espagnols et la tonadilla scénique (1660-1850)** avec **Gérard Brey** le 14/11 à 14h30 Salle Chaudronnerie Bas.



Actualités Sport & Bien-être

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](#)

Visez juste, jouez fin : le Billard Club Dijonnais vous attend !

Envie de mêler précision, stratégie et plaisir du jeu ? Le **billard français**, ou billard carambole, est un sport élégant et captivant, joué sans poches sur une table où chaque coup compte. Sous l'œil bienveillant de nos **éducateurs expérimentés**, vous apprendrez à maîtriser les trajectoires des billes grâce au système pédagogique **PoolShot**, qui projette en vidéo vos coups pour progresser vite et efficacement.

 **Quand ?** Tous les mardis de **14h30 à 16h30**, d'octobre à mars (hors vacances scolaires).

 **Où ?** Au **Billard Club Dijonnais** (5 rue Ernest Chaput, 21000 Dijon)
Que vous soyez débutant ou joueur confirmé, venez tester vos compétences et partager des moments conviviaux autour d'un sport qui allie **tactique et géométrie**.

 Tarifs annuels : 115€ / 81€ / 58€



Inscrivez-vous [ICI](#)

Retour en images sur la Sortie Pédestre de 4km à Plombières-lès-Dijon/Odysséo



L'OPAD remercie chaleureusement l'ensemble des **participants** ainsi que les **bénévoles accompagnateurs et accompagnatrices** pour leur contribution à la réussite de cette belle sortie.

Du côté de nos partenaires

Natural Audition : nouveau partenaire de l'OPAD

Natural Audition est fier de devenir le **nouveau partenaire de votre association !**

En tant qu'**audioprothésistes indépendants**, nous vous accompagnons avec **proximité, expertise et bienveillance** pour prendre soin de votre audition.

Pour toute demande d'information :

Téléphone : 03 80 34 23 25

Adresse : 9-11 Place Auguste Dubois
21000 Dijon



Découvrez les offres partenaires de Natural Audition [ICI](#)

À l'occasion du **Congrès National de la Société Française Neurovasculaire**, assistez le **mardi 18 novembre à 20h** à une conférence gratuite et ouverte à tous à la **Salle Devosge** (5 rue Devosge, Dijon).

Cette rencontre permettra de **mieux comprendre l'AVC**, de **l'identifier rapidement** et de **savoir réagir pour sauver une vie**, la vôtre ou celle d'un proche.

La conférence sera animée par le **Docteur Bejot, Chef du service de Neurologie au CHU de Dijon**, en partenariat avec **France AVC 21**.

Participation gratuite sur inscription, ouverte à tous, adhérents ou non.

Renseignements et inscriptions : **Élodie Naty - 03 80 28 29 01**
elodie.naty@radiance.fr

Inscrivez-vous [ICI](#)

Dans le rétro



MIEUX MANGER ET BOUGER POUR BIEN VIEILLIR



Ce **mardi 4 novembre** s'est tenue la deuxième séance du projet « **Mieux manger et bouger pour bien vieillir** ».

Au programme, un **atelier sensoriel** autour de la **dégustation** et de la découverte des saveurs.

L'OPAD remercie chaleureusement **Aude Gaignaire, Formatrice en éducation alimentaire et sensorielle** à **L'Écho des sens**, pour son intervention. L'association tient également à remercier la **Commission des Financeurs - Prévention de la perte d'autonomie de Côte d'Or** pour son soutien.





Ce jeudi 6 novembre, les adhérents de l'OPAD ont assisté au tout premier « Ciné-goûter » au cinéma Pathé de la Cité de la Gastronomie. Ils ont découvert le film *L'Étranger* de François Ozon, avant de savourer un goûter concocté par la Cuisine Expérientielle de la Cité.



Prochain rendez-vous le **jeudi 4 décembre** après-midi.

Inscrivez-vous [ICI](#)

Intergénérationnel : Aide informatique



Besoin d'aide informatique (ordinateur, tablette ou smartphone) ? Contactez-nous pour un rendez-vous !

Grâce à notre partenariat avec la BSB, Maheono et Valentin, deux étudiants bénévoles, vous accompagnent tout au long de l'année.

Besoin d'aide pour naviguer sur notre logiciel GoAsso ? N'hésitez pas à contacter Léane, notre alternante.

Infos & inscriptions : 03 80 70 02 03 / accueil@opad-dijon.fr

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

Inscrivez-vous [ICI](#)

Du côté de l'Atelier Lyrique de Bourgogne - Franche-Comté

09/11 : Opéra Bouffe de Jacques Offenbach "Les Brigands"

L'Atelier Lyrique de Bourgogne-Franche-Comté vous invite à (re)découvrir **Les Brigands**, une comédie musicale pleine d'esprit, de rythme et de satire signée **Jacques Offenbach** au Théâtre des Feuillants à Dijon.

Entre humour décapant, situations rocambolesques et airs inoubliables, cette œuvre réjouissante vous plongera dans un tourbillon de musique et de malice !

Tarifs : de 15 € à 44 €

Plus d'informations [ICI](#)

Atelier Lyrique
de Bourgogne-Franche-Comté

THÉÂTRE DES FEUILLANTS
DIJON
DIM. 9 NOV. 2025
15 HEURES

LES BRIGANDS
OPÉRA BOUFFE DE JACQUES OFFENBACH

Avec : Philippe Padovani, Clemence Hicks,
Svitlana Vasiuk, Thomas Marfoglia, Nicolas Rether,
Antoine Bouyssou et les artistes de l'ALDBFC
Direction Musicale : Jean Massard
Mise en scène : Philippe Padovani
Choeur et ballet : ALDBFC
Chorégraphie : Caroline Queyras
Costumes : Pauline Ricard
Décors : ALDBFC

ATELIERLYRIQUEBOURGOGNE.FR
TARIFS : DE 15€ À 44€ SELON SÉRIES ET RÉDUCTIONS
RÉSERVATIONS EN LIGNE : FNAC SPECTACLES.COM, TICKETMASTER.FR, HELLOASSO.COM
POINTS DE VENTES : FNAC, CULTURA, CA REEFOUR, INTERMARCHÉ, GEANT, ...

Du côté de la Maison des Seniors

Le jeudi **13 novembre 2025**, inscrivez-vous à une séance thématique sur « **La journée mondiale du diabète** ». En partenariat avec **l'Association des Diabétiques de Côte d'Or**, la Maison des seniors vous propose de venir vous faire dépister, sans rendez-vous et sans stress, par des professionnels. Dépistage de 10h à 12h et de 13h30 à 16h, stands d'informations, espace convivialité et échanges individuels avec des professionnels seront au programme.

 **Rendez-vous à la Maison des Seniors** (1 rue Mère Javouhey).
Renseignements à la Maison des Seniors ou au 03 80 74 71 71.

Journée mondiale du diabète



Jeudi 13 novembre 2025

(10H-16H)

En partenariat avec l'Association des Diabétiques de Côte-d'Or, la Maison des Seniors vous propose :

"Venez vous faire dépister, sans rendez-vous, sans stress, par des professionnels"

- ♦ Salles de dépistage (de 10h00 à 12h00 et de 13h30 à 16h00)
- ♦ Stands d'informations
- ♦ Espace convivial (café...)
- ♦ Échanges individuels avec des professionnels



A LA MAISON DES SENIORS
1, rue Mère Javouhey – 21000 Dijon
03 80 74 71 71
maisondesseiors@ccas-dijon.fr

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

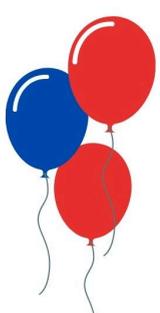
Dijon rassemble



Joyeux anniversaire à nos adhérents !



Joyeux Anniversaire

<i>Annick D.</i>		<i>Alberte C.</i>
<i>Christine D.</i>		<i>Claude M.</i>
<i>Francis M.</i>		<i>Madeleine G.</i>
<i>Nelly P.</i>		<i>Michel F.</i>
<i>Catherine R.</i>		<i>Jean-Charles S.</i>
<i>Anne F.</i>		<i>Léopoldine I.</i>
<i>Marie-Thérèse F.</i>		<i>Patrice C.</i>
<i>Jacqueline F.C.</i>		<i>François U.</i>
<i>Yvette M.</i>		<i>Marie M.</i>
<i>Gérard D.</i>		<i>Marie-France L.</i>
<i>Maroussia T.</i>		<i>Chantal C.</i>
<i>Danièle G.</i>		<i>Bernadette C.</i>
<i>Fatima L.</i>		<i>Jean-Paul F.</i>
<i>Martine D.</i>		<i>Françoise J.</i>
<i>Sylvie D.</i>		<i>Chantal M.</i>
<i>Catherine M.</i>		<i>Carole U.</i>
<i>Claire C.</i>		<i>Hélène V.D.</i>
<i>Frédérique S.</i>		<i>Badette C.</i>
<i>Catherine B.</i>		<i>Paulette G.</i>
<i>Véronique C.</i>		<i>Nicole B.</i>
<i>Aleth J.</i>		<i>Edith G.</i>
<i>Yves P.</i>		<i>Sylvette E.</i>

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](#)

