



Gazette du vendredi 23 février 2024

Dernière semaine des vacances de l'OPAD

A noter qu'il reste des places seulement pour l'atelier créatif "Leporello" le mercredi 28 février de 14h à 17h.

Venez créer votre "Leporello" (livre-accordéon) avec le collectif Laure & Amon.

Ces objets-livres à réaliser sur le thème de 'La Grâce' seront exposés lors du Printemps des Poètes les 9 et 10 mars 2024 au Cellier de Clairvaux.

MERCREDI 28 FÉVRIER (14H-17H)
OPAD SALLE HAUTE

ATELIER CRÉATIF 'LEPORELLO'

AVEC LE COLLECTIF LAURE & AMON

ATELIERS
ORGANISÉS DANS
LE CADRE DU
'PRINTEMPS DES
POÈTES'



PRINTEMPS
DES
POÈTES

Groupama



PETITS-
ENFANTS
BIENVENUS !

ENTRÉE LIBRE
INSCRIPTION
OBLIGATOIRE

➔ OPAD-DIJON.FR

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

Inscriptions en ligne ou à l'OPAD.

Inscriptions en ligne

Actualités Sport & Bien-être

L'ensemble des activités du cycle 2 ont désormais repris

Il est encore possible d'intégrer vos activités préférées de sport & bien-être.

Places restantes dans les différentes activités

Inscriptions [en ligne ICI](#) ou à l'OPAD !

Souvenir de la sortie pédestre du mercredi 31 janvier à Couchey lors de la Marche Santé 3 - 4 km "Grands seniors" 📷



Pause photo depuis le plateau de Couchey pour le groupe conduit par **Solange Pichon** et **Guy Vallade**. Ils étaient aidés ce jour là par **Véronique Champeau** et l'auteur de la photo **Didier Guichard**. Merci à eux !

Quand "les jours rallongent au printemps" rime avec "marche nordique débutants" 🌱🌸



Profitez d'un cycle de 7 séances les **mardis soirs** pour apprendre la marche nordique, et ce, **à partir du 16 avril** jusqu'au 28 mai, de 18h à 19h30.

Stéphane Quéqueville vous apportera la technique et la coordination afin d'appréhender la marche avec bâtons venant tout droit de Finlande.

Cette activité mêle à la fois **renforcement général du corps** et **amélioration posturale**.

Inscriptions à l'OPAD

Actualités culturelles

Ensemble, décodons l'actualité - mardi 5 mars "L'Occident, de la toute-puissance à la concurrence"

OPAD
L'association des seniors dijonnais

Dijon

**ENSEMBLE, DÉCODONS L'ACTUALITÉ :
L'Occident, de la toute-puissance à la concurrence**

MARDI 5 MARS 2024

Avec *Didier Mény* et *Jean-Jacques Subrenat*.
À la *bibliothèque Colette (NEF)* de 14h30 à 16h30.
Tarif : 6€

Parler d'Occident, c'est évoquer la civilisation gréco-romaine, l'alphabet latin, le rôle des croyances, les Lumières, la création des Etats-Unis d'Amérique, la révolution industrielle, deux guerres mondiales, l'Union européenne. C'est aussi se définir par rapport à d'autres (Chine, monde arabo-musulman, sphère cyrillique...). D'un système bipolaire imposé par la Guerre Froide, nous voici dans une réalité multipolaire, où des pays importants contestent l'Occident (Russie, Chine, BRICS+) ; où des acteurs globaux, sans être des États, façonnent le monde (santé, énergie, technologie, numérique, média, environnement). Après leur présentation, Didier Mény et Jean-Jacques Subrenat pourront interagir avec l'auditoire.

Visite virtuelle - vendredi 15 mars - Exposition *Mark Rothko* à la Fondation Louis Vuitton au cinéma Olympia

OPAD
L'association des seniors dijonnais

**VISITE VIRTUELLE DE L'EXPOSITION
MARK ROTHKO
À LA
FONDATION LOUIS VUITTON**

VENDREDI 15 MARS 2024 À 14H30



Mark Rothko

Vous ne pouvez pas vous rendre à
la Fondation Louis Vuitton ? La fondation vient à vous !

Tarifs : 6€ / 10€ - Informations & inscriptions à L'OPAD
(Cour du Caron à Dijon) 03 80 70 02 03 - accueil@opad-dijon



L'OPAD VOUS DONNE RENDEZ-VOUS LE VENDREDI 15 MARS À 14H30 POUR UNE VISITE VIRTUELLE DE L'EXPOSITION MARK ROTHKO ET UN ÉCHANGE AVEC UN MÉDIATEUR CULTUREL DE LA FONDATION LOUIS VUITTON.

CETTE VISITE VIRTUELLE IMMERSIVE EST UNE EXPÉRIENCE ORIGINALE À VIVRE EN DIRECT. UN MÉDIATEUR VOUS GUIDE DANS UNE VISITE À 360°. COMME SI VOUS Y ÉTIEZ, VOUS SUIVEZ LE PARCOURS DE CETTE EXPOSITION QUI PRÉSENTE UNE RÉTROSPECTIVE CONSACRÉE AU PEINTRE AMÉRICAIN (1903-1970).

CETTE EXPOSITION RÉUNIT DES ŒUVRES PROVENANT DES PLUS GRANDES COLLECTIONS INSTITUTIONNELLES, NOTAMMENT DE LA NATIONAL GALLERY OF ART DE WASHINGTON, DE LA TATE DE LONDRES ET DE LA PHILIPS COLLECTION DE WASHINGTON, ET DE GRANDES COLLECTIONS PRIVÉES INTERNATIONALES.

L'OPAD VOUS PROPOSE DEUX FORMATS AU CHOIX POUR DÉCOUVRIR

CETTE EXPOSITION :

DEPLUS CHEZ VOUS SUR VOTRE ORDINATEUR

(TARIF : 6€)

OU

SUR UN GRAND ÉCRAN DANS LA SALLE DU CINÉMA OLYMPIA (16 AV. FOCH À
DIJON) POUR UNE EXPÉRIENCE COLLECTIVE (TARIF : 10€)

*NB : UN ÉCHANGE AVEC ISABELLE BRYARD (INTERVENANTE EN ARTS PLASTIQUES & CONFÉRENCIÈRE EN HISTOIRE DE L'ART) EST ÉGALEMENT PRÉVU POUR CEUX QUI SERONT PRÉSENTS AU CINÉMA OLYMPIA.

OPAD
L'association des seniors dijonnais

TARIFS : 6€ / 10€ - INFORMATIONS & INSCRIPTIONS À L'OPAD
(COUR DU CARON À DIJON) 03 80 70 02 03 - ACCUEIL@OPAD-DIJON



Programme *Culture & Vous* printemps 2024



L'OPAD vous présente son nouveau programme *Culture & Vous* pour le printemps 2024 ! 🌞🌸🍷

Inscriptions à l'OPAD à partir du lundi 26 février.

Vous trouverez ci dessous le programme complet !

**Programme complet
Culture & Vous Printemps 2024**

Connaissez-vous vraiment *Culture & Vous*? Souhaitez-vous **rejoindre notre équipe**?

Nos bénévoles vous invitent le **lundi 4 mars à 14h30, salle Chaudronnerie**, à un temps d'échange. Ce sera l'occasion pour vous de découvrir **l'organisation de nos sorties** ainsi que les **missions** de nos bénévoles.

Si vous êtes intéressés par cette rencontre, **merci de contacter l'accueil** par téléphone ou par mail à l'adresse suivante : accueil@opad-dijon.fr



Où va le monde ? 📷🌍

Séance du **8 février** dernier, sur le thème des "*Défis mondiaux en matière d'éducation*" animée par **Jean-Jacques Subrenat** et **Bertrand Schmitt**.

Café Franco-Allemand spécial carnaval 🎭

Nouvelle rencontre organisée par **Filimon** et **Fiona** de la Maison de l'Europe le **mercredi 21 février** dernier.

Nos adhérents ont pu en savoir un peu plus sur le **carnaval de Cologne** et d'autres coutumes allemandes. Cela a également été l'occasion de goûter aux excellents **berliner** concoctés par les deux jeunes volontaires allemands !



L'OPAD fait peau neuve 🪵

Petit relooking pour notre accueil !

Nous sommes impatients de vous recevoir dans cet espace plus chaleureux.





Formation aux gestes qui sauvent



Un grand merci à notre partenaire **Groupama** qui nous a permis d'organiser, ce **mercredi 21 février**, deux sessions d'initiation aux gestes qui sauvent à destination de nos adhérents.

👮 En collaboration avec l'**UDSP 21**, nous avons accueilli dans nos locaux Medhi Chiaoui, sapeur-pompier volontaire de Genlis, qui a pu sensibiliser nos participants aux gestes de premiers secours.

Cette initiative, ayant rencontré un franc succès auprès de notre public, sera à nouveau proposée lors des prochaines vacances d'avril (*plus d'informations à venir*).



Formation à la lecture de carte 📍

Jeudi 22 février, une formation interne à la lecture de carte a été proposée à nos bénévoles des sorties pédestres.

Cette demi-journée a été animée par **Eric Meletta**, membre du copilotage des bénévoles de l'OPAD et investi à la FFRandonnée.

Un moment d'échanges, ludique et formateur !



Accompagnement numérique



👍 Si vous souhaitez bénéficier d'une **aide numérique à domicile** ou **dans nos locaux** (pour vous servir de votre ordinateur, tablette ou smartphone avec plus d'aisance lors de vos démarches de la vie quotidienne),

contactez-nous au 03 80 70 02 03 ou par mail auprès de l'accueil accueil@opad-dijon.fr

👤👤👤 Un étudiant volontaire de la **Burgundy School of Business** prendra rendez-vous avec vous pour un **accompagnement numérique personnalisé** !

Joyeux anniversaire à nos adhérents !



Colette J.
Marie-Christine A.
Bernadette M.
Marie-Christine B.
Philippe M.
Marcelle. A-V
François R.
Jean-Louis O.
Edith L.
Chantal N.
Jocelyne L.
Odile J.
Marie-Paule L.
Yolande B.
Aude W.
Véronique C-M.

Brigitte J.
Jean C.
Louis P.
André M.
Genevieve C.
Claire B.
Jocelyne B.
Jean-Pierre B;
Françoise T.
Henriette M.
Marique L-D.
Gisèle V.
Michelle Q.
Odile B-DU.
Yasmine Y.
Michelle C.

Pascale R.
Marc C.
Gilles A.
Catherine O.
Roger V.
Nicole N.
Michèle W.
Jennifer T.
Chantal A.
Annick B.
Martine T.
Florence G.
Marie-Odile B.

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](#)

