



Gazette du vendredi 12 janvier 2024

A l'occasion de la cérémonie des vœux de M. le Maire de Dijon (COMPLET),
veuillez noter que **les bureaux de l'OPAD seront fermés ce jeudi 18
janvier après-midi.**

Sortie Raquettes : dernière semaine pour s'inscrire !



Mardi 6 février : prenez une bouffée d'air frais !

L'OPAD vous propose une nouvelle excursion dans le Jura pour une **sortie raquettes** le **mardi 6 février 2024**.

Nouveauté cette année : pour ceux qui ne souhaitent marcher que le matin, une **visite de l'écomusée** de La Chapelle des Bois est proposée comme alternative l'après-midi.

Inscriptions possibles jusqu'au 19 janvier à l'OPAD. NB : un certificat médical vous sera demandé (sauf pour les adhérents des activités randonnées & sorties pédestres qui l'ont déjà présenté).

[+ d'infos Sortie Raquettes 2024](#)



A vos agendas : fermeture de la piscine de Fontaine d'Ouche (31/01)

Attention, en raison d'une compétition, la **piscine de Fontaine d'Ouche** sera **fermée le mercredi 31 janvier**. Les cours **AQUAGYM, AQUAFORME, VAINCRE LA PEUR DE L'EAU** et **NATATION** prévus ce jour-là **sont donc annulés**.

Ils sont reportés à une date qui vous sera communiquée ultérieurement.

Nouvelle activité : coup d'envoi du Badminton

!



Après le tennis de table au premier semestre, nos amoureux des sports de raquette peuvent désormais s'initier au **badminton**. Encadré par **Mathieu Mespoulhe**, le premier atelier de ce cycle a débuté ce jeudi 11 janvier chez notre partenaire **Le Klube** !

Une reprise sportive et gourmande !



Après la reprise de leur activité **Aquaforme** à la Piscine de Fontaine d'Ouche (ci-dessus) ou **gym douce** salle des Valendons (ci-dessous), nos adhérent(e)s du pôle sport & bien-être ont su s'accorder une pause réconfortante autour d'une bonne galette des rois. Méritée !



Actualités culturelles

25 Janvier : conférence sur Victor Hugo & Napoléon III

OPAD
L'association des seniors dijonnais

JEUDI 25 JANVIER 2024 (15H-17H)
SALLE CHAUDRONNERIE À DIJON

**VICTOR HUGO
NAPOLÉON III**

UNE CONFÉRENCE DE
MME VAUTROT &
M. THIÉBAUD

TARIF: 6€ / INSCRIPTIONS À L'OPAD
OPAD COUR DU CARON 21000 DIJON
ACCUEIL@OPAD-DIJON.FR 03 80 70 02 03

OPAD-DIJON.FR
Dijon

Anne Vautrot, enseignante et conférencière présente son intervention :

Cette conférence abordera le face à face de deux figures incontournables du XIXème siècle : Victor Hugo et Napoléon III. Mais pourquoi tant de haine ? Quelle est la part du mythe entretenu par la voix de Hugo ? "La nouvelle arrive que Louis Bonaparte est mort. C'eût été un bonheur il y a trois ans, ce n'est même plus un malheur aujourd'hui" déclarait Victor Hugo le 10 janvier 1973...

Les conférences du 15 au 19 janvier :



- *Maîtriser l'eau en France (P. Ménager, le 15/1 à 10h, Salle Chaudronnerie)*
- *Une histoire culturelle des chats (P. Ménager, le 15/1 à 14h30, Salle Chaudronnerie)*
- *Dijon, ses secrets.. (C. Lassus-Minvielle le 16/1 à 10h, Salle Chaudronnerie)*
- *La Syrie à travers le Temps (M. Alhajali, le 19/1 à 14h30, Salle Chaudronnerie)*

**Attention la conférence sur
L'Opéra italien de N. Desgranges
prévue le 17/01 est annulée et**

reportée à une date ultérieure !

18 janvier : Une Toile dans le Détail



OPAD
L'association des seniors dijonnais

**UNE TOILE
DANS LE DÉTAIL**

Une conférence d'Isabelle Brygard sur
Pommes et biscuits de Paul **CEZANNE**
Judi 18 janvier 2024 (10h-11h30)
à la Bibliothèque Colette (ex- la NEF),
place du théâtre à Dijon

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



18 janvier : sortie Culture & Vous en terre d'Auxois



JEUDI 18 JANVIER
ESCAPADE EN TERRE D'AUXOIS

HEURE DE DÉPART :
EN DEV BOUTRIÈRE
L'AGENCE DIVA
PLACE D'ARCO
HEURE DE RETOUR :
VERS 18H
(MÈME ENDROIT)

VISITE N° 1 : VISITE GUIDÉE DE L'ÉGLISE PRIÉURALE DE SAINT-THIBAULT
L'ÉGLISE PRIÉURALE DE SAINT-THIBAULT EST FONDÉE PAR LES MOINES DE SAINT-RIGAUD EN 1071. CETTE BELLE ÉGLISE PAROISSIALE À L'ARCHITECTURE GOTHIQUE EST ADMIRABLE VU DE L'EXTÉRIEUR. UNE FOS À L'INTÉRIEUR, L'ASSÈZ-VOUS CONTE SA BELLE HISTOIRE...

REPAS AU RESTAURANT L'HÔTELLERIE D'AUSOIS
(ROUTE DE SAULIEU 21140 SEMUR-EN-AUXOIS)

VISITE N° 2 : VISITE GUIDÉE DU MUSÉE MUNICIPAL DE SEMUR-EN-AUXOIS
INSTALLÉ DANS L'ANCIEN COUVENT DES JACOBINS DU XVIÈME SIÈCLE, LE MUSÉE DE SEMUR POSSÈDE D'EXCEPTIONNELLES COLLECTIONS PRÉSENTÉES DANS LEUR MUSÉOGRAPHIE D'ORIGINE

LA JOURNÉE SE TERMINERA AVEC UN ARRÊT AU MAGASIN D'USINE DES BISCUITS MISTRAL

67€ 47€ 33€

**Inscrivez-vous en ligne pour cette
sortie ICI**

24 janvier : Café franco-allemand



Mercredi 24 janvier 2024 à 15h (Salle Chaudronnerie)

"Le troisième café franco-allemand de la saison vous emmène dans la capitale allemande. Découvrons la culture de Berlin avec toutes les différences liées à l'histoire variée de cette ville ! Vu que je viens de Berlin, le café ne traitera pas seulement des sites touristiques les plus célèbres, mais plutôt des lieux secrets connus des locaux..."

- Filimon, votre volontaire allemand & Fiona de la 




Petits-enfants bienvenus ! Inscrits à l'OPAD
Participation aux frais : 3€
OPAD Cour du Caron 21000 DIJON
03 80 70 02 03 filimonditrich@opad-dijon.fr



26 janvier : Chanter l'Italie !

Vendredi 26 janvier 2024 à 14h

Salle Chaudronnerie à Dijon
Avec Colette Woycikowska




Les chants de l'émigration

Chanter l'Italie!

Partir avec l'Italie en bagage... Rêver d'une vie meilleure...
Et parfois rencontrer son destin.

Les immigrés dont on parle sont des émigrés de quelque part. C'est ce qui est arrivé à de nombreux Italiens du début du siècle dernier. Partir de son pays, abandonner ses racines n'est pas chose facile. Mais comme chaque fois, en Italie, cette nostalgie s'exprime avec des chansons, lesquelles ne sont pas toujours plaintives.

Tarif : 5€ Inscrits à l'OPAD
OPAD Cour du Caron 21000 DIJON
accueil@opad-dijon.fr 03 80 70 02 03



Février : lancement des cycles 2, de nouvelles activités s'offrent à vous !



Le pôle culture vous propose **deux nouveaux ateliers** qui débiteront lors du lancement des cycles 2 en février :

- **Maroquinerie** le mercredi de 9h30 à 10h30 (Salle Tillot 2) avec **Murielle Boulay** (Tarifs : 149€ / 105€ / 75€)
- **Le Dessin pour Tous** le vendredi de 9h30 à 11h30 (Salle Tillot 2) avec **Martine Cartier** (Tarifs : 139€ / 97€ / 70€).

Par ailleurs, un **nouveau créneau** de **Calligraphie latine & histoire de l'écriture** animé par **Laurence Remongin** aura lieu le jeudi de 14h30 à 16h30 dans la Salle Tillot (Tarifs : 95€ / 68€ / 48€).

Les inscriptions pour ces activités et pour tous les cycles 2 ont débuté !

Retour en images sur la reprise du Club de Lecture et de l'Atelier Vidéo



(Ci-dessus) La reprise a eu lieu ce jeudi 11 janvier pour notre **groupe de lecture** animé par **Elisabeth Lecland**. Le partage de la galette des rois a succédé à des discussions animées sur les livres du mois !

(Ci-dessous) L'**atelier vidéo** animé par **Jean-Luc Fyot** a aussi célébré l'épiphanie !



Focus sur nos structures collaboratrices



Nous souhaitons mettre à l'honneur les **structures** qui **vous accueillent** dans le cadre de **nos activités**.

Cette semaine, nous nous rendons chez notre partenaire le **Golf de Norges** situé Allée Jacques Laffite à Norges-la-Ville.

Ce magnifique écrin vous accueille pour des cours d'**initiation** (le vendredi à 10h30) et de **perfectionnement** (le jeudi à 11h) encadrés par **Emile Berthier**.

[Site du Golf de Norges](#)

Offre Spéciale avec le Cinéma Olympia

La magie du cinéma s'invite à l'**Olympia** le **jeudi 18 janvier à 20h45** avec l'**avant-première du film *Maison de retraite 2*** ! Au programme une soirée inoubliable **en présence du talentueux Kev Adams**, prêt à illuminer vos cœurs de son humour bienveillant. **A cette occasion, le Cinéma Olympia vous propose, chers adhérents de l'OPAD, un tarif de 5,50€.** Si vous êtes intéressé(e), merci d'envoyer un mail à communication@opad-dijon.fr (le paiement se fera sur place au cinéma le soir de la séance).

Jeudi 18 janvier



Petite Annonce Emploi

L'**École Saint-Pierre** (située 4 bis cours du Général de Gaulle à Dijon) est à la recherche d'une personne pour assurer un **temps de surveillance en périscolaire** de **12h00 à 13h30**, quatre jours par semaine (**lundi, mardi, jeudi, vendredi**).

Si vous êtes intéressé(e), merci d'appeler le **03 80 67 48 42** ou d'envoyer un mail sur secretariat@ecolestpierredijon.fr

Retrouvez-nous aux Journées *Viellir Chez Soi* ce lundi 15/01

Avec l'âge, votre logement peut être source de risques. Votre commune vous invite aux **journées *Viellir chez soi*** les **15, 17 et 18 janvier 2024** Salle Devosge (5 rue Devosge à Dijon) en présence



Votre commune vous invite aux **JOURNÉES Vieillir chez soi**

Les 15, 17 et 18 janvier 2024

Salle Devosge à DIJON, 5 rue Devosge

En présence d'ergothérapeutes et experts du vieillissement.

LES RISQUES DU QUOTIDIEN
 Lundi 15 janvier à 10h30
 Découvrez les risques liés au quotidien et comment les éviter. Une séance interactive et participative. Durée : 1h30.

LES ASTUCES ET ÉQUIPEMENTS POUR SON LOGEMENT
 Mercredi 17 et Jeudi 18 janvier
 Une « Démo », découvrez les solutions et équipements adaptés à votre logement. Durée : 1h30 par séance. Inscription obligatoire. Places limitées à 15 personnes. En présence d'un ergothérapeute.

UN DIAGNOSTIC DE SON LOGEMENT
 Jeudi 18 janvier à 10h30
 Découvrez comment faire réaliser un diagnostic de son logement. Durée : 1h30. Inscription obligatoire. Places limitées à 15 personnes. En présence d'un ergothérapeute.

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS
 03 80 74 71 71 - www.opad-dijon.fr
 dans la limite des places disponibles.

Dijon, CNSA, Soliha

d'ergothérapeutes et d'experts du vieillissement.

L'OPAD y tiendra un stand ce lundi 15 janvier après-midi. Au plaisir de vous y retrouver !

Avec Dijon Métropole, la CNSA, la Ville de Dijon et Soliha.

Entrée libre. Renseignements et inscriptions : 03 81 81 23 33 / m.chenu@solihha.fr dans la limite des places disponibles.

Du côté de la Maison des Seniors

A partir du **19 janvier**, la Maison des Seniors vous propose plusieurs séances sur le thème **Aidants, votre santé parlons-en** (Proche Aidance et Temps Pour Soi).

Rendez-vous les **19, 26 janvier et 2 février** à la Maison des Seniors (rue mère Javouhey à Dijon) de **10h à 12h**.

Entrée **libre**, inscription **obligatoire**.

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

Atelier
AIDANTS, VOTRE SANTÉ PARLONS-EN
 PROCHE AIDANCE ET TEMPS POUR SOI

- Partager un atelier collectif avec d'autres proches aidants
- Connaître les aides possibles tant pour l'aidant (répit, soutien, etc.) que pour la personne accompagnée (financières, humaines, techniques, etc.)
- Découvrir des activités permettant de prendre soin de soi

3 séances : 19, 26 janvier et 2 février, de 10h à 12h

GRATUIT
 INSCRIPTION
 03 80 74 71 71
 Auprès de la maison des seniors

A PARTIR DE 60 ANS
 A partir du **19 janvier**
 De 10h à 12h
 Maison des seniors
 Rue Mère Javouhey
 21000 DIJON

Partenaires : Dijon, Gère Dijon, ARS, CNSA

Ce partenariat avec le Conseil départemental, action financée par le Comité national de solidarité pour l'Autonomie (CNAS) dans le cadre de la convention de partenariat.

Joyeux anniversaire à nos adhérents !

OPAD
 L'association des seniors dijonnais
Joyeux anniversaire !

Bernard R.
 Maria Estella I.
 Jeannine C.
 Françoise D.
 Elisabeth G.
 Manolita L.
 Martine G.
 Christine P.
 Claude F.
 Simone K.
 Marie-Paule H.
 Suzanne B.
 Yvonne S.
 Patricia M.
 Christine M.
 Christine O.

Sylvie V.
 Colette V.
 Claire S.
 Lionel G.
 Yves L. H.
 Nicole G.
 Mireille B.
 Corinne F.
 Nicole B.
 Marie-Anne F.
 Odile V.
 Eliane S.

Christiane M.
 Bernard V.
 François D.
 Michèle T.
 Marie-Thérèse B.
 Charles A.
 Janine V.
 Maryse L.
 Pierre S.
 Jean-Claude G.
 Claudette T.
 Geneviève L.

Agnès D.
 Colette V.
 Jacqueline G.
 René C.
 Monique D.
 Chantal G.
 Marie-Paule B.
 Jean-Louis E.
 Françoise M.
 Eliane R.
 Michel Z.
 Claudine M.
 Françoise B.
 Christiane P.
 Chantal R.
 Arlette T.

This email was sent to {{contact.EMAIL}}
You've received this email because you've subscribed to our newsletter.

[Se désinscrire](#)