



## Gazette du vendredi 26 avril 2024

### Dernière chance pour le séjour dans le Vercors

Découvrez le village vacances **L'Escandille** et son cadre somptueux dans le **Vercors** au sein duquel vous **randonnerez** lors de ce séjour en cliquant sur l'image ci-dessous :



⚠ 17 participants sont actuellement inscrits à ce séjour sur les 20 escomptés pour le maintenir. **N'hésitez plus !**

## Séjour Randonnée dans le Vercors



SÉJOUR RANDONNÉE / BIEN-ÊTRE

DU SAMEDI 22 AU  
MERCREDI 26 JUIN 2024



UN VILLAGE  
VACANCES EN  
PLEIN CŒUR  
DU PARC  
NATUREL  
RÉGIONAL DU  
VERCORS

RANDONNEZ  
DANS UN  
DÉCOR  
EXCEPTIONNEL

UN ESPACE  
BIEN-ÊTRE  
AVEC SPA &  
HAMMAM +  
UNE PISCINE  
INTÉRIEURE

PENSION  
COMPLÈTE



TARIF : 610€ / PERSONNE  
(HÉBERGEMENT EN CHAMBRE DOUBLE)  
INFOS : OPAD (COUR DU CARON 21000 DIJON)  
03 80 70 02 03 • ACCUEIL@OPAD-DIJON.FR



L'OPAD propose un **séjour** exceptionnel  
spécial randonnée dans le **Vercors** du 22  
au 26 juin 2024.

Ce séjour est accessible aux randonneurs  
chevronnés comme aux randonneurs de  
niveau intermédiaire. Deux groupes de  
niveau seront proposés sur place.

**Pré-réervations à l'OPAD.**

*NB : Un chèque d'acompte de 200€ vous  
sera demandé (il sera encaissé à partir  
de la semaine prochaine sous réserve  
des 20 inscriptions nécessaires).*

**+ d'infos ICI**

## Printemps de l'Europe

EXPOSITIONS • CONFÉRENCES • CINÉMA • CONCERTS • DÉBATS

**DIJON** Du 1<sup>er</sup> au  
31 mai 2024  
+ de 60 événements

**LE PRINTEMPS  
DE  
L'EUROPE**

**Village  
de l'Europe**  
ANIMATIONS, DÉGUSTATIONS, ATELIERS DÉCOUVERTE  
Mercredi 15 mai  
Place François Rude

DIJON  
L'EUROPE  
AU CŒUR

dijon.fr || metropole-dijon.fr



Dans le cadre du **Printemps de l'Europe**  
organisé par la **Ville de Dijon**, l'OPAD  
propose quatre événements :

- **Conférence-débat sur le parlement  
et les élections européennes (3/5),**
- **Stand de la Commission  
Internationale au Village de  
l'Europe (15/5),**
- **Café de l'Europe (22/5),**
- **Conférence sur l'histoire des  
jumelages (23/5).**

**15/5 : la Commission  
Internationale au  
Village de l'Europe**

**3/5 : Conférence-Débat**

MAISON DE l'Europe  
BOURGOGNE-FRANCHE-COMTE  
EUROPE DIRECT  
Bourgogne-Franche-Comté  
Strasbourg - Dijon

Conférence-débat

# PARLEMENT EUROPEEN ELECTIONS EUROPEENNES COMMENT ÇA MARCHE ?

INVITÉ

**FREDERIC BERGELIN**  
DIRECTEUR ADJOINT  
DE LA MAISON DE L'EUROPE

VENDREDI 3 MAI 2024  
14 HEURES 30  
OPAD  
3 RUE CHAUDRONNERIE - 21000 DIJON

#UTILISEZ  
VOTRE VOIX  
ELECTIONS-EUROPEENNES.EU

OPAD  
L'association des seniors dijonnais

Entrée libre dans la limite  
des places disponibles

Photo: © European Union 2024 - Source: EP



Retrouvez notre **Commission Internationale** sur son stand à l'occasion du **Village de l'Europe** pour échanger sur l'actualité de la commission, participer à des quizz ludiques... Rendez-vous le **mercredi 15 mai de 10h à 17h** place François Rude à Dijon.

**Entrée libre / Inscription en ligne ICI**

## 23/5 : Conférence sur l'histoire des jumelages

## 22/5 : Café de l'Europe

OPAD  
L'association des seniors dijonnais

Café Franco-Allemand

spécial "Europa"

Mercredi 22 mai 2024 à 15h - Salle Chaudronnerie

Venez célébrer l'Europe en notre compagnie durant ce café franco-allemand "Europa"! Nous parlerons notamment de l'amitié entre les pays européens et plus particulièrement entre la France et l'Allemagne. Comme toujours, activités ludiques, gâteaux et café seront au rendez-vous.

Fillmon, votre volontaire allemand & Fiona de la Maison de l'Europe.

Petits-enfants bienvenus!  
Participation aux frais : 4€  
OPAD Cour du Caron 21000 DIJON  
03 80 70 02 03  
fillmonditrich@opad-dijon.fr

LE PRINTEMPS DE L'EUROPE  
Dijon

UNE CONFÉRENCE ORGANISÉE  
DANS LE CADRE DU PRINTEMPS DE L'EUROPE

## L'HISTOIRE DES JUMELAGES

L'INVENTION D'UNE DIPLOMATIE PAR EN BAS

JEUDI 23 MAI 2024 À 15H  
SALLE DE L'ACADÉMIE À DIJON  
TARIF : 6€ (INSCRIPTIONS À L'OPAD 03 80 70 02 03)  
OPAD-DIJON.FR

Intervenante :  
**Corinne DEFRANCE**  
(Directrice de recherche au CNRS)

Dijon

OPAD  
L'association des seniors dijonnais

**Tarif : 6€ / Inscription en ligne ICI**

**P.A.F. : 4€ / Inscription en ligne ICI**

**Actualités culturelles**

## Les conférences du 29/4 au 03/5.

- *Maîtriser l'eau en France, un défi bimillénaire* (P. Menager, le 29/04 à 10h, Salle Chaudronnerie)
- *Une histoire culturelle des chats* (P. Menager, le 29/04 à 14h30, Salle Chaudronnerie)
- *Une toile dans le détail* (I. Bryard, le 02/05 à 10h, Bibliothèque Colette-NEF)
- *Où va le monde ?* (J-J. Subrenat, le 02/05 à 14h, Salle Chaudronnerie)



## Sortie *Culture & Vous* du 06/05.

Il reste quelques places pour la sortie *Visites insolites à Arnay-le-Duc* du 6 mai.  
-< Retrouvez le programme détaillé de cette sortie en cliquant sur l'image ci-contre et inscrivez-vous en cliquant ci-dessous :

**Inscription en ligne ICI**

Retrouvez le programme complet du printemps de Culture & Vous ci-dessous :

**Programme C&V Printemps 2024**

**LUNDI 6 MAI**  
**VISITES INSOLITES À ARNAY-LE-DUC**

HEURE DE RDV : 12H45 (DERRIÈRE L'AGENCE DIVIA)  
HEURE DE RETOUR : 19H

**Visite n°1 : Visite guidée de la Maison Régionale des Arts de la Table**  
Réalisation unique en France, la Maison Régionale des Arts de la Table, présente chaque année des expositions ayant un lien étroit avec l'art culinaire, la gastronomie et plus particulièrement les Arts de la Table. La nouvelle exposition sur le thème « *Vaisselle d'exception et créations insolites* » nous fera découvrir des pièces uniques et rares qui ne manqueront pas de nous émerveiller et de nous étonner.

**Visite n°2 : Visite guidée du musée insolite de la Lime**  
Depuis 2019, Arnay-le-Duc possède un musée des plus étonnants, celui de la Lime. Un musée passionnant sur le patrimoine industriel local qui nous replongera dans une autre époque et nous fera découvrir le travail des tailleurs de lime d'Arnay.

Après les visites nous prendrons un goûter convivial au **Café du Nord** qui trône depuis 270 ans sur la place du village (12 Place Bonaventure des Périers, 21230 Arnay-le-Duc)

50€      35€      25€

Particularités & équipements : Temps debout total : 2h30 - Sièges à disposition - Quelques escaliers  
Vêtements de saison et chaussures adaptées

6

**Mai/Juin 2024 :**  
**L'agenda culturel pour les semaines à venir**

**17/05 :** Conférence sur la prise en charge des cancers

# MAI & JUIN 2024

Conférence-Débat : *L'histoire des jumelages. L'invention d'une diplomatie par en bas*

**Jeudi 23 mai - 15h/16h30**

avec Corinne Defrance, Directrice de recherche au CNRS  
Salle de l'Académie - 6€



Chanter l'Italie : *Les chants de la paix*

**Vendredi 31 mai - 14h/15h30**

avec Colette Woycikowska  
Salle Chaudronnerie - 5€



Représentations théâtrales : *"Pssitt et Pchutt et autres personnages tombés de la lune"*

**Samedi 1er (17h) et dimanche 2 juin (15h30)**

par l'atelier théâtre de l'OPAD,  
sous la direction de Serge Lascombes  
MJC Montchapet - 5€



**INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES À  
L'OPAD OU EN LIGNE**

OPAD-DIJON.FR

OPAD COUR DU CARON 21000 DIJON - 03 80 70 02 03 - ACCUEIL@OPAD-DIJON.FR

**CONFÉRENCE  
VENDREDI 17 MAI**

**INTERVENANT :  
Professeur  
COUTANT,  
Directeur général  
du Centre  
Georges-François  
Leclerc**

**LA PRISE EN CHARGE DES CANCERS EN 2024 :  
DES PERSPECTIVES INNOVANTES**

**OPAD**  
L'association des seniors dijonnais

**14H30-16H  
SALLE DE L'ACADÉMIE**

**INSCRIPTIONS À L'OPAD OU EN LIGNE**

**TARIF : 6€**

**Dijon**

OPAD-DIJON.FR

OPAD COUR DU CARON 21000 DIJON - 03 80 70 02 03 - ACCUEIL@OPAD-DIJON.FR

Le pôle culture vous présente son agenda pour le trimestre à venir.

En un clin d'oeil, retrouvez toute l'actualité et les rendez-vous à ne pas manquer jusqu'au mois de juin !

*Inscription à l'OPAD ou en ligne.*

***Programme complet***

Le **Professeur Coutant**, Directeur Général du **Centre Georges-François Leclerc**, viendra présenter les **perspectives innovantes** dans la **prise en charge des cancers** le **vendredi 17 mai à 14h30** salle de l'Académie.

*Tarif : 6€. Inscription à l'OPAD ou en ligne.*

***Inscription en ligne***

## Actualités Sport & Bien-être

### Équilibre & Prévention



La saison prochaine, l'activité "**Équilibre et Prévention**" fera son apparition dans la catégorie "**activités adaptées**" au sein de la plaquette de l'OPAD.

Cette activité vous permettra d'**améliorer votre équilibre**, votre **stabilité** tout en prévenant les chutes ! Ces cours combinent des exercices d'équilibre et de **renforcement** des membres inférieurs, du tronc et des muscles stabilisateurs. L'ensemble des exercices vous permettra de reprendre **confiance** en vous dans vos déplacements et gestuelles du quotidien par le biais notamment de parcours de **motricité**.

*Les photos ci-dessus ont été prises au **Salon des Seniors** durant la démonstration de l'activité par **Kevin Ruiz**, aidé par une de ses fidèles adhérentes et deux visiteurs du salon.*

**Du côté de la Maison des seniors**

**VENDREDI 3 MAI 2024**

**14H30**  
**Théâtre de Fontaine d'Ouche**  
**15, place André Gervais**

I  
N  
I  
T  
I  
A  
T  
I  
O  
N  
À  
L  
A  
D  
A  
N  
S  
E

En partenariat avec l'association ACSAFD fitness et danses swing  
Maggie nous initie à différentes danses choisies par les participants



Renseignements et inscription obligatoire  
(Dans la limite des places disponibles)  
Les inscriptions sont individuelles  
Maison des Seniors  
03 80 74 71 71

Liane 3 arrêt «Chanoine Kir»  
Corol arrêt «Chanoine Kir»

Le vendredi 3 mai, la **Maison des Seniors** vous propose une initiation à la danse **It's swing party time** en partenariat avec l'association ACSAFD fitness et danses swing Maggie.

Rendez-vous au **Théâtre de Fontaine d'Ouche** (15 place André Gervais à Dijon) dès 14h30.

**Entrée libre.**

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

dijon.fr

Dijon

**Joyeux anniversaire à nos adhérents !**



Marc M.  
Jean-Guy Z.  
Marie-Bernadette H.  
Muguette G.  
Joelle O.  
Pierre C.  
Marie-Claude D-Z.  
Maryvonne P.  
Françoise M.  
Annie B.  
Mathilde-Nicole F.  
Emilienne F.  
Jean-Yves M.  
Jean S.  
Jean-Marie B.  
Marie-Thérèse Z.  
Janine G.  
Elise V.

Elise V.  
Marie Léone O.  
Regine B.  
Marie T.  
Véronique B.  
Bernadette S.  
Jean S.  
Denis P.  
Anne-Marie B.  
Bernadette A.  
Brigitte B.  
Gisèle G.  
Claudine Z.  
Eliane R.  
Monique Z.  
Marie-Claude R.  
Colette N.  
Yvette D.  
Anne-Marie D.

Odile G.  
Annick G.  
Martine R.  
Sylviane V.  
Monique A.  
Chantal P.  
Josiane F.  
Claudine S.  
Evelyne B.  
Brigitte W.  
Mireille C.  
Nadege G.  
Charlette C.  
Isabelle M.  
Marie-Françoise C.  
Yvon E.  
Sylvie G.  
Marie-Christine E.

**OPAD**

Cour du Caron 21000 Dijon  
03 80 70 02 03 [accueil@opad-dijon.fr](mailto: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](#)

