



## Gazette du vendredi 21 février 2025

### 50 ans de l'OPAD : J-20 !



**Venez fêter les 50 ans de l'OPAD le jeudi 13 mars au Palais des Congrès et remporter des lots !**

Grâce au **soutien** et à la **générosité** de nos partenaires, une **grande TOMBOLA** aura lieu à cette occasion. **Tous les participants de la journée** se verront remettre à leur entrée dans le Palais des Sports un **bracelet avec un numéro unique** qui leur permettra de participer automatiquement au **tirage au sort prévu à 16h**.

**Attention ! Les lots seront remis uniquement aux participants présents au moment du tirage au sort !**

**Dernière ligne droite ! Vous pouvez encore vous inscrire : deux formules vous sont proposées sur INSCRIPTION OBLIGATOIRE\* dans la limite des places disponibles. Vous pouvez participer :**

- à la journée de fête **avec buffet** (9h-17h) au **tarif de 12 euros**

**Inscrivez-vous ICI pour la journée de célébrations avec le buffet (Tarif : 12€)**

- à la journée de fête **gratuite sans buffet** (9h-12h, 14h-17h)

Inscrivez-vous ICI pour la journée de célébrations GRATUITE (sans le buffet)

Retrouvez le programme de la journée ICI

*\*Vous avez aussi la possibilité de vous inscrire à l'accueil de l'OPAD si vous le souhaitez.  
Toute inscription est définitive. Il n'y aura pas de remboursement.  
NB : il ne sera pas possible de s'inscrire au déjeuner le jour J.*

## Actualités Sport & Bien-être

### Musique & Mouvement

Comment allier exercices de renforcement et chorégraphie, le tout en musique ?

C'est très simple, vous n'avez qu'à rejoindre l'activité **Musique & Mouvement** animée par **Mohamed Mahi** les **mardis à 9h15** à la **Salsa Emocion**.

Il reste quelques places et vous bénéficierez d'un tarif au pro rata des cours restants !

Inscriptions à l'OPAD



## Retour du Badminton le 10 avril prochain !



L'OPAD vous propose un cycle **Badminton**. Après le succès du cycle tennis de table, prolongez votre plaisir de la raquette... Que vous soyez débutant ou joueur confirmé, ce cycle est ouvert à tous ceux qui souhaitent découvrir ou perfectionner leur pratique du badminton dans une ambiance conviviale et dynamique !

Il reste quelques places. *Inscriptions à l'OPAD ou en ligne :*

## A la rencontre de vos intervenant(e)s

Dans cette rubrique, nous souhaitons vous présenter celles et ceux que vous fréquentez toutes les semaines sans parfois trop les connaître : les intervenant(e)s de vos activités préférées !

Aujourd'hui nous vous présentons par le biais d'un petit CV décalé **Stéphane Quequeville** du pôle sport & bien-être...

Cliquez sur l'image ci-contre pour l'agrandir.

Inscrivez-vous à la Marche Nordique ICI



**1974-2024**  
**OPAD**  
L'association des seniors dijonnais  
**50 ANS**

**STÉPHANE QUEQUEVILLE**  
INTERVENANT SPORT & BIEN-ÊTRE 2024/2025

**QUI SUIS-JE ?**

JE SUIS NÉ LE 23 MAI 1975 À REIMS  
MON SURNOM : COACH

JE SUIS INTERVENANT À L'OPAD DEPUIS 2021

RETROUVEZ-MOI DANS L'ACTIVITÉ :  
MARCHÉ NORDIQUE

**MES COUPS DE COEUR :**

**UN PLAT**  
LES LASAGNES

**UN ANIMAL**  
LE CHAT

**UNE DESTINATION RÊVÉE**  
LA FRANCE

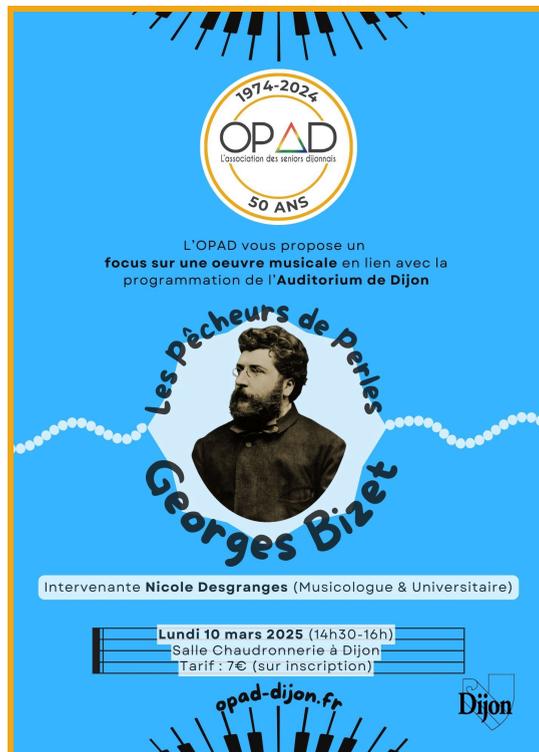
**UN GROUPE**  
SHAKA PONK

## Actualités Culturelles



Janvier-Mars  
Agenda culturel

10/03 Focus sur une œuvre musicale



[Consultez l'agenda culturel ICI](#)

[Plus d'informations ICI](#)

[Inscrivez-vous ICI](#)

[Inscrivez-vous ICI](#)

## **17/03, Le modèle noir dans la peinture du XIXe siècle (Mois de l'Égalité)**

## **27/03, Tea Time avec la Commission Internationale**

**LE MODÈLE NOIR DANS LA PEINTURE DU XIXE SIÈCLE**

MUSÉE DE LA VIE BOURGIGNONNE

LUNDI 17 MARS 2025 (10H-11H30)

ÉTUDE DE PORTRAIT PAR THÉODORE GÉRICAULT (1818-19)

**UNE CONFÉRENCE D'ISABELLE BRYARD**

En 2019, le musée d'Orsay proposa « Le modèle noir de Géricault à Matisse » qui restera comme une exposition plannière consacrée à la représentation des hommes et femmes noirs dans les arts. Cette conférence vous propose de découvrir cette exposition et des artistes contemporains interrogeant les stéréotypes racistes et raciaux.

ENTRÉE LIBRE SUR INSCRIPTION À L'OPAD 03 80 70 02 03

OPAD-DIJON.FR

JEUDI 27 MARS

OPAD 50 ANS

**TEA TIME**

Spécial Thé Anglais

Salle Chaudronnerie Haute de 15h à 17h

Par la Commission Internationale de l'OPAD

3€

Dijon

OPAD-DIJON.FR

[Plus d'informations ICI](#)

[Plus d'informations ICI](#)

[Inscrivez-vous ICI](#)

[Inscrivez-vous ICI](#)

## **18/03, Des perspectives innovantes avec le CGFL**

Quelques semaines après l'intervention du **Professeur Coutant** dans le cadre d'*Octobre Rose*, l'OPAD, en partenariat avec le **Centre Georges-François Leclerc**, vous propose une nouvelle conférence exceptionnelle ! Le **Docteur Palmier**, gastro-entérologue au CGFL présentera *la prise en charge du cancer colorectal : quel accompagnement en 2025 ?* le **mardi 18 mars à 15h30 au CGFL** (amphithéâtre niveau -1).

La conférence sera suivie d'une visite du centre.

Entrée libre. Inscription obligatoire : OPAD ou en ligne.

## CONFÉRENCE

LA PRISE EN CHARGE DU CANCER COLORECTAL :  
QUEL ACCOMPAGNEMENT EN 2025 ?  
DR RÉMI PALMIER – GASTRO ENTÉROLOGUE AU CGFL

SUIVIE D'UNE VISITE



Inscriptions à l'OPAD au 03 80 70 02 03 ou sur [opad-dijon.fr](http://opad-dijon.fr)

**MARDI 18 MARS - 15H30**

Centre Georges François Leclerc  
Amphithéâtre (Niveau -1)  
1 rue du Professeur Marion, 21000 Dijon



**Inscrivez-vous ICI**

## Retour en images sur la conférence d'Isabelle Bryard



Vendredi dernier, le **Musée de la Vie Bourguignonne** accueillait **Isabelle Bryard** pour le deuxième rendez-vous de son cycle de conférences artistiques : *Art en lumière, prolongeons l'exposition Caillebotte*. Les adhérent(e)s s'étaient déplacé(e)s en nombre pour écouter notre conférencière nous éclairer au sujet de l'exposition Caillebotte qui vient de se terminer au Musée d'Orsay !

## Les conteuses de l'OPAD en formation



Les conteuses de l'OPAD ont suivi une formation aux côtés de **Julie Chaplain** de la **Compagnie Bulle etc** sur le thème **Poser sa voix**. Elles ont pu travailler les différents paramètres de la voix, l'articulation, la respiration mais aussi l'imagination. Nous les retrouverons bientôt dans les écoles dijonnaises pour de nouvelles représentations !

## Du 24/02 au 07/03 : Les vacances de l'OPAD

1974-2024  
OPAD  
Association des seniors dijonnais  
50 ANS

DU 24 FÉVRIER AU 7 MARS 2025

### LES VACANCES DE L'OPAD

GYMNASTIQUE  
'LES GESTES QUI SAUVENT'  
NEURO-RÉFLEXOLOGIE  
CONSEILS IMMOBILIERS  
EXPRESSION CRÉATIVE  
DANSE

Dijon  
OPAD-DIJON.FR  
NEYRAT  
Groupama

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

Les vacances de l'OPAD débutent la semaine prochaine avec de **nouvelles propositions** : **danse lyrical jazz**, découverte de la **neuro-réflexologie (COMPLET)**, de la **gymnastique**, formations aux **gestes qui sauvent** avec notre partenaire **Groupama (COMPLETS)**, initiation à l'**expression créative** et **conseils immobiliers** avec notre partenaire **Neyrat**. *Inscriptions à l'OPAD ou en ligne.*

[Plus d'informations ICI](#)

[Inscrivez-vous ICI](#)

Il reste quelques places pour assister à l'intervention de notre partenaire **Neyrat** autour du thème : **Vivre sereinement sa retraite : Solutions immobilières adaptées à vos projets de vie** le jeudi 27

février à 14h30 à la **Maison des Seniors**.  
La rencontre sera suivie d'un pot de  
l'amitié. **Entrée libre** sur inscription à  
l'OPAD ou en ligne :

**Inscrivez-vous ICI**



## Du côté de la Maison des Seniors

**MARDI 25 FÉVRIER 2025**

### CONCERT

Mathieu GATTUSO chante la variété française

**À 14h30 - Théâtre de Fontaine d'Ouche**  
**15, place de la Fontaine d'Ouche dite place André Gervais**



Renseignements et inscription obligatoire  
(dans la limite des places disponibles)  
Maison des seniors  
03 80 74 71 71

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

Dijon rassemble



Le **mardi 25 février**, la **Maison des Seniors** vous propose un **concert** avec **Mathieu GATTUSO** qui chante la variété française.

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

**Entrée libre** sur **inscription obligatoire** (dans la limite des places disponibles).

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

## Joyeux anniversaire à nos adhérents !



## 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](#)

