



Gazette du vendredi 21 juin 2024

Durant cette période d'inscription (forte affluence téléphonique et physique), le personnel de l'OPAD fera le maximum pour répondre à toutes les demandes. Cependant, nous vous invitons à nous contacter sur la boîte mail de l'accueil : accueil@opad-dijon.fr; celle-ci sera quotidiennement consultée.

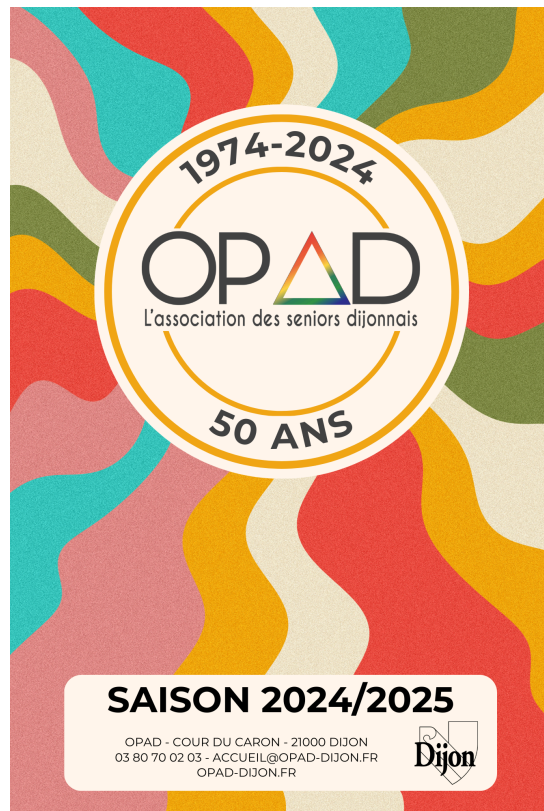
Inscriptions saison 2024/25

➔ Les inscriptions pour la saison 2024/2025 ont débuté le **mercredi 19 juin 2024 à 14h** à l'OPAD. Deux possibilités s'offrent à vous :

- **En présentiel**, sur rendez-vous exclusivement : **via l'unique lien ci-dessous** ou directement par téléphone auprès de l'accueil.
- **En ligne** directement depuis notre site [OPAD \(goasso.org\)](https://goasso.org). **Petit point de vigilance** : il vous faudra recréer un nouveau compte car nous utilisons un nouveau logiciel (Comiti n'existe plus).

Lien pour la réservation de créneau

Plaquette d'activités 2024-2025



➔ Cliquez sur le lien ci-contre pour découvrir la nouvelle plaquette d'activités

➔ L'adhésion à l'association est de **22€**, obligatoire et non-remboursable.

Le règlement en 3 fois des activités (uniquement en chèque) sera possible. Les espèces ne sont pas acceptées pour les inscriptions.

➔ Prévoir d'apporter votre **avis d'imposition** si vous pouvez bénéficier d'un **tarif 2 ou 3** (se référer à la rubrique "inscriptions" de notre plaquette).

➔ Pensez à vous munir d'un **CERTIFICAT MÉDICAL** pour vos activités Sport & Bien-être !
AUCUNE INSCRIPTION ne sera possible **sans celui-ci** (pensez à faire mentionner les activités choisies sur votre certificat) !

Vous pouvez retrouver les raisons de la demande d'un certificat médical via ce lien :

[bcc835_0c49087c6a3a4f26b0fec9276be4fbb0.pdf \(opad-dijon.fr\)](https://www.opad-dijon.fr/bcc835_0c49087c6a3a4f26b0fec9276be4fbb0.pdf)

➔ Les **avoirs** délivrés lors de la **saison 2023/2024** sont à utiliser jusqu'au 31 août 2024 et **NE SONT PAS** valables pour la prochaine saison **2024/2025**.

Programme d'été



Retrouvez le programme complet ci-dessous

"Le vélo, un moyen de locomotion à exploiter" Étape 1 : Remise en Selle - 9/07/2024

Cette action est la première étape du projet "le vélo, un moyen de locomotion à exploiter", porté en collaboration avec la **Maison des Seniors** et soutenu financièrement par la **Conférence des Financeurs**.

Deux autres actions viendront compléter cette initiative autour de la mobilité douce.

OPAD L'association des seniors dijonnais

La Maison des seniors

LE VÉLO, UN MOYEN DE LOCOMOTION À EXPLOITER

REMISE EN SELLE

ETAPE 1 :
SENSIBILISER, RASSURER ET MOTIVER
LES SENIORS À L'APPROCHE DU VÉLO

MARDI 9 JUILLET 2024
de 9h30 à 12h et de 14h à 16h30
GRATUIT
SUR INSCRIPTION

PROJET CONSTRUIT AVEC
LA MAISON DES SENIORS, L'OPAD, KEOLIS,
DIJON MÉTROPOLÉ (SERVICE MOBILITÉ),
LA POLICE MUNICIPALE, LA POLICE NATIONALE
ET BOURGOGNE MEDICAL SERVICES

INSCRIPTIONS :
MAISON DES SENIORS
(RUE MÈRE JAVOUHEY)
03 80 74 71 71
maisondesseiors@ccas-dijon.fr
NOMBRE DE PARTICIPANTS
LIMITÉ !



Dijon

DIJON

DIVIA mobilités

BOURGOGNE Médical Services Votre expert en matériel médical

OPAD L'association des seniors dijonnais

La Maison des seniors

LE VÉLO, UN MOYEN DE LOCOMOTION À EXPLOITER

REMISE EN SELLE

ETAPE 1 :
SENSIBILISER, RASSURER ET MOTIVER
LES SENIORS À L'APPROCHE DU VÉLO

MARDI 9 JUILLET 2024
de 9h30 à 12h et de 14h à 16h30
GRATUIT
SUR INSCRIPTION

LE PROGRAMME

→ PRATIQUE de 9h30 à 12h00 sur la piste de sécurité routière, remise en selle avec vélo approprié aux seniors (DijonVélo, tricycle via notre partenaire associé) sous la directive de la Police Municipale et partenaires associés ; adaptation possible en fonction des conditions météo (chaleur). **16 participants possibles.**

NB : Rendez-vous dès 9h15 à la piste municipale de sécurité routière (Rue Jean Baptiste Peinccède à Dijon)

→ THÉORIE de 14h00 à 16h30 en salle (Maison des Seniors et OPAD) autour de la thématique "code de la route spécifique au vélo", dispensée par la Police Nationale. Puis un pot de l'amitié sera proposé afin de permettre la poursuite des échanges avec les professionnels présents.

30 participants possibles dont les 16 du matin.

INSCRIPTIONS :
MAISON DES SENIORS (RUE MÈRE JAVOUHEY)
03 80 74 71 71 maisondesseiors@ccas-dijon.fr



Dijon

DIJON

DIVIA mobilités

BOURGOGNE Médical Services Votre expert en matériel médical

Dans le rétro :

Journée Portes Ouvertes : Découvrez les gagnants des 3 adhésions et du pass 4 jours pour les championnats du monde de pétanque !

L'OPAD tient à remercier l'ensemble des personnes qui ont pris le temps de répondre au questionnaire de satisfaction concernant cette journée auprès des étudiantes du BTS Tourisme du Lycée Saint-Bénigne. Se prêter au jeu des questions-réponses était synonyme de participation au tirage au sort. Nous vous dévoilons ci-dessous les résultats :

Bravo aux 3 gagnants qui sont : **Frédérique De Simini, Pascale Bornet et Claude Monnot.** Nous vous attendons à l'OPAD pour votre inscription !

Concernant notre animation "pétanque", voici l'heureuse élue qui remporte le pass 4 jours pour les championnats du monde de pétanque : Bravo à **Isabelle Pin** (nous vous ferons suivre prochainement le pass remporté par mail). Pour rappel ces championnats se dérouleront à Dijon en décembre 2024 à Dijon. Un grand merci à l'association **Dijonnaise Boulodrome.**



↑ Cliquez sur la photo ci-dessus pour voir la vidéo du tirage au sort !



Du côté de nos partenaires

Renouvellements de partenariats !

Nous sommes heureux de poursuivre l'aventure avec nos partenaires : **Groupama**, **Radiance**, **Le Klube**, **le golf de Norges**, **Securistest**, **le Crédit mutuel**, **VYV 3**, **la Villa Médicis**.

Nous les remercions de leur confiance pour la saison 2024-2025.

NOS PARTENAIRES



Groupama



Crédit Mutuel



*Vos avantages adhérents chez nos
partenaires ICI*

Actualités Culturelles

Exposition artistique des adhérents : plus que ce week-end pour en profiter!

Nos adhérent(e)s ont du talent !

Art graphique, portraits, aquarelle, pastel,
sculpture, calligraphie, peinture sur soie...

Retrouvez les **oeuvres** de tous nos
adhérent(e)s des pratiques artistiques
pour cette exposition au **Cellier de
Clairvaux** le **samedi 22** et le **dimanche 23**
juin.

*NB : attention la salle haute du Cellier de
Clairvaux n'est pas accessible aux PMR.*



[Vidéo de l'exposition ICI](#)

Programme estival
Culture & Vous

Programme des
conférences saison

24/25



PROGRAMME DES CONFÉRENCES



opad-dijon.fr

SAISON
2024/2025

Dijon

[Programme complet ICI](#)

[Découvrez le programme 2024/25 ICI](#)

Arecibow et OPAD
l'association des séniors dijonnais
présentent :

Concert de la Chorale de l'OPAD

Samedi 22 juin 2024
18h30
au Couvent des Bénédictines
40 rue Condorcet
21000 Dijon

Entrée libre

La chorale de l'OPAD en concert !

Arecibow et l'OPAD présentent le concert de la chorale de l'OPAD !

Retrouvez nos adhérent(e)s encadrée(e)s par **Anne Bouzon** ce **samedi 22 juin à 18h30** pour un **concert de la chorale de l'OPAD** au **Couvent des Bénédictines** (40 rue Condorcet à Dijon).

Entrée libre sans inscription.

Actualités Sport & Bien-être

Le Plaisir de Danser

Venez découvrir, apprendre et partager le plaisir de la danse et de la musique dans une ambiance conviviale orchestrée par votre intervenant ! Rien de tel qu'une heure de danse par semaine pour développer la confiance en soi, rencontrer de nouvelles personnes et passer de bons moments ! Boussif vous propose un programme varié, adapté et accessible à tous, quel que soit votre niveau. Plusieurs styles de danses sont au programme : danses individuelles appelées aussi « danses en ligne ou en solo » (charleston, madison, Mambo, Cha Cha...).mais aussi suivant demandes les danses à deux (Valse, Paso, Fox, Latines, Bachata...)



Les cours ont lieu les **vendredis** à la **Maison Maladière** de **14h à 15h** (ou 15h30 pour les possesseurs du pass perfectionnement). *Inscrivez-vous en ligne sur le lien ci-dessous :*

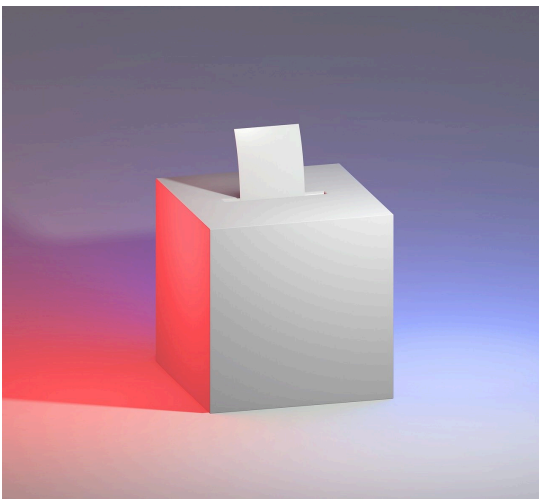
Inscrivez-vous au Plaisir de Danser ICI

Programme Randonnées Pédestres Été 2024



Retrouvez le programme ICI

Du côté de la Maison des séniors



Dans le cadre de l'aide au maintien à domicile apportée par le **CCAS** de la ville de Dijon aux personnes âgées qui rencontrent des difficultés à se déplacer, un **service de transport du domicile au bureau de vote** est proposé à l'occasion des **élections législatives les dimanches 30 juin et 7 juillet**.

Pour bénéficier de ce service, il faut : être âgé de 65 ans ou plus, être dans l'incapacité de se déplacer par ses propres moyens, être isolé, c.a.d. n'avoir personne dans son entourage (famille, ami, voisins...) pouvant vous accompagner. Si vous remplissez ces conditions cumulatives et en fonction des places disponibles, vous pouvez vous **inscrire avant le mercredi 26 juin** pour le 1er tour et **avant le mardi 2 juillet** pour le second par téléphone à la **Maison des Seniors** (1 rue mère Javouhey à Dijon) au 03 80 74 71 71.



Joyeux anniversaire à nos adhérents !

L'association des seniors dijonnais

Joyeux anniversaire !

<i>Christiane R. Pierre C. Sylvie G. Jean-François J. Catherine C. François T. Nicole P. Marc B. Colette M. Marie-Claude A. Catherine C. Ghislaine A. Dominique Z. Alain P. Catherine B-M. Grégoria P. Jacques G. Alain G. Colette B. Dominique B. Christin T. Claire M.</i>	<i>Odile Z. Patricin P. Françoise C. Danielle M. Marie-Claude D. Patrick T. Marie-Dominique B. Marceline V. Jacqueline B. Claire B-F. Agnès S. Dominique H. Corinne C. Jacelyne G. Dominique Z. Dominique G. Christine R. Catherine R. Sylviane G. Martine I-R. Véronique P. Geneviève S. Pierre C.</i>	<i>Lucia V. Martine A. Dominique P. Martine A. Pascale T. Catherine H. Christine M. Bridier B. Régine C. Manique A. Nicole C. Henri S. Nicole C. Martine F. Brigitte Z. Françoise G. Claudie H. Sylvie B-G. Jacelyne T. Catherine B. Carole G.</i>
--	---	--

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](#)

