



**Sylvie Castella**

1<sup>ère</sup> Adjointe au Maire,  
déléguée aux Aînés,  
au Lien Social  
et à la Solidarité

# Les infos des aînés de Talant

# octobre 2023

Permanence  
de Sylvie Castella :  
tous les jours sur RDV

## Octobre en **bleu** et **rose**, les couleurs de l'espoir

Dès le début du mois d'octobre, la bannière bleue flottera dans le ciel de Talant pour rappeler la contribution de ses aînés à la vie culturelle.

La ville se parera également de rose pour sensibiliser chacun d'entre nous à l'importance d'un dépistage précoce du cancer du sein.

Ce rituel du début de l'automne entend nous imprégner de deux causes nationales relayées par Talant.

La première, la **Semaine Bleue**, propose de cultiver la chance de vieillir ensemble ; contribuer mutuellement à la vie sociale et citoyenne ; bénéficier des aptitudes de chacun à construire des projets communs ; tisser des liens durables ; lutter contre une vision négative de l'avancée en âge ; agir en faveur d'une société accessible à tous. Elle constitue une excellente opportunité de porter la voix des aînés et de ceux qui s'engagent à leurs côtés.

La seconde, **Octobre rose**, cherche à susciter une prise de conscience qui peut sauver des vies ; elle incite à des actions favorisant l'échange et l'écoute ; elle encourage les femmes, mais aussi les hommes, au dépistage. Elle attire l'attention sur ceux qui vivent leur maladie dans la solitude, l'indifférence, parfois la précarité ; elle veut aussi prévenir ceux qui n'y penserait pas : une sensibilisation utile, digne et essentielle.

Ces célébrations publiques ont pour ambition d'éveiller à plus de solidarité, d'engagement, de sollicitude et au soutien des personnes vulnérables.

## Prévention

## Je fais ma gym sur une chaise



Hugo Boyer, Professeur APA (**Activités Physiques Adaptées**), Consultant et Praticien en Massage Assis, propose un atelier d'exercices très complets associant simplicité et sécurité, pour entretenir les articulations et retrouver de la mobilité.

**Lundi 2 octobre à 14h30**

**Salle Michelet, 6 allée Félix Poussineau**

Entrée gratuite, sur inscription au Relais

## Conférence

## Un joyau disparu : la sainte Chapelle

Catherine Gras, Conservatrice du Patrimoine, évoquera la chapelle intimement liée à l'histoire de la Bourgogne qui fut le siège de l'ordre de la Toison d'or.

**Mardi 3 octobre à 14h30**

**Salle Michelet, 6 allée Félix Poussineau**

Entrée gratuite, sur inscription au Relais

## Marche Bleue

RDV traditionnel organisé sous la conduite de la *Section Marche* de la MJC de Talant avec le concours des enfants du Centre de Loisirs. *2 circuits au choix* :

- un circuit long de 1h30 : départ à 14h
- un circuit moyen de 1h : départ à 14h30

Manifestation ouverte à tous les publics. Tenue adaptée à la marche.

**Mercredi 4 octobre à partir de 14h**

**Salle Schuman, Rond-point de l'Europe**

Entrée gratuite sur inscription au Relais

Pour la bonne organisation de ces événements, merci de confirmer votre participation à partir du **lundi 18 septembre 2023** au :

Service des Aînés - Le Relais - 8, rue Charles Dullin  
Tél : 03 80 44 60 63 - Courriel : lerelais@talant.fr

## Spectacle

## « Neige »

A partir du roman éponyme de Maxime Ferminé, Philippe Beaudoin invite le public à partager le trajet d'un jeune poète japonais du 19<sup>e</sup> siècle qui refuse la voie des traditions familiales.

**Jeudi 5 octobre à 15h**

**Salle Gabin, Espace Brassens, 1 Place Abbé Pierre**

Entrée gratuite sur inscription au Relais

## Spectacle de clôture de la Semaine Bleue

Sous la direction de Débora Waldman, le chœur de l'Opéra de Dijon et l'Orchestre Dijon Bourgogne interpréteront des extraits du *Barbier de Séville* de Rossini, *Lobgesang* pour chœur et soprano de Fanny Mendelssohn....

**Samedi 7 octobre à 14h30 à l'Auditorium de Dijon, Place**

**Jean Bouhey** - Tram T1, arrêt : Auditorium

Concert gratuit sur inscription au Relais

Places numérotées à retirer au Relais



## Visite

## La maison natale de Saint Bernard

Sous la conduite de Don Guillaume Chevalier, découverte du lieu et de son histoire passionnante.

**Jeudi 12 octobre, sur inscription au Relais**

**Rendez-vous à 14h30**, au pied de la montée vers la Maison Natale, Fontaine-lès-Dijon.

**Tarif : 4€ par personne.**

Règlement en espèces ou par chèque à l'ordre de : « Maison Béthanie » payable à l'arrivée.

## Conférence

## « Lecture d'images sous influence »

Pierre Montenot présente le processus de lecture d'images ou « l'interprétation cérébrale de la vision oculaire ».

**Mardi 17 octobre à 14h30**

**Salle Michelet, 6 allée Félix Poussineau**

Entrée gratuite, sur inscription au Relais

**D'autres idées de sorties à Talant en septembre en accès libre...**

## **Octobre Rose**

- ♦ **Mardi 3 octobre** à 19h00 : vernissage de l'exposition « Passage en rose » - La galerie
- ♦ **Samedi 14 octobre** à partir de 13h : « Balade urbaine » - Place Abbé Pierre. Parcours de 5 km
- ♦ **Samedi 28 octobre** à 20h : soirée de clôture : spectacle d'improvisation avec la Compagnie Les ALIBI - Salle Gabin

## **en novembre 2023**

Les inscriptions aux activités proposées en novembre seront ouvertes dès le **16 octobre**.

### **Prévention**

Le parcours « Cap bien-être »  
**Mardi 7 novembre de 14h à 17h**

### **Conférence**

« Les aspects de la culture tibétaine »  
**Jeudi 9 novembre à 15h**

### **Conférence - Prévention**

« Mon espace santé »  
**Jeudi 16 novembre à 14h30**

### **Bistrot des rencontres**

**Samedi 18 novembre à 10h30**

### **Visite d'exposition**

« Métamorphoses : laboratoire de formes »  
**Jeudi 23 novembre à 14h30**

### **Animation**

« La Fresque du Climat »  
**Mardi 28 novembre de 14h30 à 17h30**

### **Prévention**

Escape game  
**Jeudi 30 novembre à 14h30**



mon  
ESPACE  
SANTÉ



**LA FRESQUE  
DU CLIMAT**  
Vous avez toutes les cartes en main