AGENDA OLD'UP-OC 2°trimestre 25

Chers.es Adhérents.es voici l'agenda du deuxième trimestre. Comme vous le savez il demande qu'à s'enrichir de vso propositions et idées, envies d'animation.

A vos propositions éphémères ou non !

ATTENTION Notre AG se déroulera le 5 juin 2025 de 10h à 13h, Maison des associations (3 place Guy Hersant, 31000 Toulouse, Métro : St-Agne ou Empalot)

N'hésitez pas à contacter les animateurs d'ateliers pour les prochaines dates

ATELIERS	DATES/HORAIRES	ADRESSES ET CONTACTS	COMMENTAIRES
RENCONTRES D'OLD'UP AU St SERNIN Nom de code : **Tout &rien Au St Sernin**	**Vendredi 25/04 à 15h**	au café St Sernin, derrière la basilique Isabelle.eches@orange.fr	Echanges autour d'un verre, pour les adhérents Ou vos amis.es qui souhaitent nous connaître.
LECTURE partageons nos coups de cœur littéraires	**Trois fois par an De 14H30 à 16H30 Prochains rendez-vous : 18 juin**	CMS 2 rue Malbec 31000 Toulouse Salle Garonne ouMalbec **marie.kremer@free.fr**	Il s'agit d'un partage sur les livres que l'on a lus en fonction des thèmes choisis par les participants
TERTULIA	**Les premiers lundis de chaque mois De 15h à 17h**	Hôtel le SOCLO 34bis Rue Valade, 31000 Toulouse f.chirouleu@orange.fr	Rencontre mensuelle autour d'un thème proposé par les participants. Animation participative.
CINEMA	**Tous les 15 jours en fonction des séances proposées par le cinéma ABC à 10H 30 Prochaines dates :** -Jeudi 03/04 : Mickey -17, si Jeudi 17/04 : Le mélange des genres **-VENDREDI 09/05** : Ghost light	ABC Rue St Bernard 31000 Toulouse A suivre d'autres dates : bernardopatrice1@gmail.com	Projection d'un film de la programmation de l'ABC et discussion sur place, puis repas dans un bistrot pour ceux qui le souhaitent
ECRITURE	**Un jeudi sur deux** de 14H à 16H **en alternance avec jeux.** 23/01 puis tous les 15 jours	Maison des Associations MétroSt-Agne ou Empalot 3 place Guy Hersant, 31000 Toulouse bernardopatrice1@gmail.com	Atelier autour de jeux de mots, sans prétention, simplement avec l'envie de se faire plaisir avec l'écriture.
JEUX	**Un jeudi sur deux** de 14H à 16H **en alternance avec l'écriture .**	Maison des Associations MétroSt-Agne ou Empalot 3 place Guy Hersant, 31000 Toulouse bernardopatrice1@gmail.com	Atelier de jeux pour…

GYM DOUCE	**Tous les lundis** De 10H à 11H	CMS 2 rue Malbec 31000 Toulouse salle Garonne bernardopatrice1@gmail.com	Gym douce inspiration Mézières
100 T	Le mercredi de 15H à 17 H Prochaines dates : -LA MORT Patrice 30 Avril -QUE VEUT DIRE ETRE MALADE? QUE VEUT DIRE ETRE EN BONNE SANTE? Patrice/ Anne 21mai -LES PILIERS de la LONGEVITE (le bien vieillir) Fabienne 4 juin -De LA PROACTIVITE DU PATIENT (partenariat patient, professionnel de santé) Annick QUEL DROIT pour les PATIENTS ? l'école du patient(Démocratie en santé) Isabelle	CMS 2 rue Malbec Salle Garonne 31000 Toulouse Isabelle.eches@orange.fr Puis chaque animateur	Echanges autour d'un thème introduit par un adhérent volontaire et/ou conférences
Contribution directe	**Nouvel atelier :** **Prochaines dates :** Mercredi 16/04 et Jeudi 15/05	CMS Salle Garonne 2 rue Malbec 31000 Toulouse **luc.audouin@noos.fr** **tel : 06 12 52 88 37**	Mini conférences proposées par les adhérents et échanges **Pour en savoir plus : note 1**
ATELIER LECTURE 0 VOIX HAUTE	**Nouveau projet** **Porté par isabelle Eches** **Dates à venir**	CMS Salle Garonne 2 rue Malbec 31000 Toulouse Isabelle.eches@orange.fr	Lecture à voix haute par 2 ou 3 trois adhérents volontaires d'extraits de textes ou de livres que l'on souhaite partager par la voix. Après un échauffement de la voix **Pour ne savoir plus : note 2**

EVENEMENTS	**Théâtre le 11 Avril sur la fin de vie avec la pièce "Olivier Masson doit-il mourir ?" à 20h30**	Théâtre Sorano, Allées Jules Guesdes, 31000 TOULOUSE, Réservation des places par les adhérents intéressés	

Deux ouvrages d'OLD-UP à feuilleter :

Quel lieu de vie pour nos vieux jours T1 (résultats de l'enquête) et T2 (les bonnes questions à se poser), liens ci-dessous :

https://www.calameo.com/read/007718661f803df548419

https://www.calameo.com/read/007718661f7841412c24e

NOTE 1 : **ATELIER « CONTRIBUTION DIRECTE » présentation par Luc Audouin**

Chacune, chacun a des connaissances, des savoir-faire, des expériences … dans des domaines variés, professionnels, loisirs, passions … ; Pourquoi ne pas les partager ? Inventer un nouvel espace d'expression et d'échanges **pour le plaisir de mieux se connaître et créer de la convivialité.**

L'atelier « Contribution directe » propose sur 2 heures, trois présentations de 30 minutes chacune par trois Old Upiens qui aimeraient nous faire partager leur expérience.

Trente minutes permettent tout en allant à l'essentiel un partage réel et d'ouvrir le dialogue.

J'ai expérimenté cette formule dans ma pratique professionnelle d'animateur, je n'ai pas été que docteur. Quelques exemples de sujets abordés : un trajet en cargo en tant que passager, le thème de l'eau chez Simenon, le récit d'une fouille archéologique, les crypto-monnaies, les Jeux olympiques dans la Grèce antique …

Le fait d'être trois à intervenir rend la part de chacun plus légère, et on se partage à 3 le succès de la rencontre.

Appelez-moi (ou envoyez moi un mail) nous organiserons ensemble date et déroulement de l'atelier.

Dès que trois oldupiens se présenteront, on démarre.

A bientôt.

luc.audouin@noos.fr
tel : 06 12 52 88 37

Plus si jeunes OLD'UP-OC mais pas si vieux !

NOTE 2 : ATELIER de LECTURE A VOIX HAUTE :

Je vous propose de partager le plaisir de découvrir , grâce à votre voix, le plaisir de la lecture à voix haute et surtout la découverte par ce médium des textes que vous avez aimés.

Pour cela : Une fois par mois

- Après un échauffement et la présentation de quelques petites règles

- Trois ou quatre lecteurs, pendant 5 à 10 minutes, nous ferons découvrir un extrait d'un texte ou d'un livre qu'ils ont choisi.

- puis échange sur ce que nous avons entendu

- Nous pourrons aussi nous entrainer à lire à plusieurs voix et découvrir la joie d'une autre approche de la lecture.

Et pourquoi pas soyons fous : **nous produire…..**

Si vous avez des questions des doutes n'hésitez pas à me contacter :

Isabelle.eches@orange.fr

Tel : 06 07 32 60 03