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

AGENDA OLD'UP-OC trimestre 4 2025

Chers.es Adhérents.es voici l'agenda du dernier trimestre. Comme vous le savez il ne demande qu'à être enrichi de vos propositions, idées et envies d'animation.

A vos propositions éphémères ou non !

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 après-midi tous les deux mois** **A 15h : programmation en cours**	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.
CERCLE DE LECTURE **partageons nos coups de cœur littéraires**	**Trois fois par an** **De 14H30-16H30** **Le troisième mardi de chaque mois** **Prochain rendez-vous :** **21 octobre 14h30**	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 ou 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.
Ciné-club	**Tous les 15 jours en fonction des séances proposées par le cinéma ABC à 10H 30** **Prochaines dates :** **le 23 Octobre avec "Nouvelle Vague"** **le 6 Novembre "La petite dernière"**	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.** **Le prochain le 18 septembre** puis tous les 15 jours	Maison des Associations MétroSt-Agne ou Empalot 3 place Guy Hersant, 31400 Toulouse bernardopatrice1@gmail.com	Atelier autour de jeux de mots, sans prétention, avec l'envie de se faire plaisir.
JEUX	**Un jeudi sur deux** de 14H à 16H **en alternance avec l'écriture.** **le prochain le 25 septembre** puis tous les 15 jours	Maison des Associations Métro St-Agne ou Empalot 3 place Guy Hersant, 31400 Toulouse bernardopatrice1@gmail.com	Atelier de jeux pour…
GYM DOUCE	**Tous les lundis**	CMS 2 rue Malbec 31000 Toulouse	Gym douce inspiration Mézières

	De 10H à 11H	salle Garonne bernardopatrice1@gmail.com	
100 T	**Tous les deuxièmes lundi de chaque mois de 15H à 17 H** **Le prochain le 13 octobre** Le patient acteur de son parcours par Annick Sinquin(**attention rendez-vous à 16 h)** **Le 10 novembre : (attention rendez-vous à 16 h)** permis de conduire vieux quels critères ? : Isabelle Eches Décembre : Patient acteur avec Annick (**attention rendez-vous à 16 h)** **Janvier** : le concept de batterie sociale Fabienne Chirouleu Février : Une expérience en médecine non conventionnelle Anne Cubière Mars Patient acteur avec Annick Avril : à définir Mai/juin : Patient acteur avec Annick	CMS 2 rue Malbec Salle Garonne 31000 Toulouse isabelle.eches@orange.fr Puis chaque animateur du thème	Echanges autour d'un thème introduit par un ou une adhérent-e volontaire et/ou conférences
Contribution directe	**Tous les derniers lundis après-midi de chaque mois** **Le prochain : le 29 septembre à 15h**	CMS Salle Garonne 2 rue Malbec 31000 Toulouse **luc.audouin@noos.fr**	Minis conférences de partage de nos passions Pour en savoir plus : note 1
ATELIER LECTURE à VOIX HAUTE	**Tous les deuxièmes mardis de chaque mois de 15h30 à 17h** **Le prochain 14 octobre**	CMS Salle Garonne 2 rue Malbec 31000 Toulouse *Isabelle.eches@orange.fr*	et échauffement Lecture à voix haute par des adhérents volontaires d'extraits de textes ou de livres Co animation Isabelle Eches et Roseline Combroux **Pour ne savoir plus : note 2**
EVENEMENTS	**LE CONTRE SALON des Vieilles et Vieux**	Bordeaux les 26,27,28 septembre Marché des Douves	Par le CNAV
	Rencontre avec D Martre pour son livre le Grand Banquet : une histoire de L'usine familiale	Le Samedi 11 octobre de 14h15 à 17h au centre culturelle de Bonnefoy 4 rue de Faubourg Bonnefoy	Par L'APA association pour le patrimoine autobiographique

Une nouvelle production d'OLD-UP à feuilleter : fruit de la participation de certains d'entre nous à l'enquête sur les temps du repas en EPHAD.

https://www.calameo.com/books/0077186611923001ee864

et le lien vers d'autres publications d'OLD'UP

https://www.calameo.com/accounts/7718661

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