

A FEUILLE D'OPIO



TOUTE
L'ACTUALITÉ
DU VILLAGE

LE BULLETIN D'INFORMATION D'OPIO

L'Edito du Maire

Mes chers Opidiens,

En cette rentrée 2020, nous avons la mauvaise surprise de devoir faire face à un rebond de l'épidémie de Covid-19 qui malheureusement n'est pas encore derrière nous.

Sans anxiété exagérée mais avec sérieux et sens des responsabilités, il revient à chacun de prendre toutes les précautions utiles afin de limiter la circulation du virus, sans pour autant cesser de vivre, travailler et se distraire car nos existences et celles de nos enfants ne peuvent être mises indéfiniment en parenthèses.

Dans cette logique, la Municipalité poursuit son action et a mis tout en

œuvre pour que les élèves puissent reprendre le chemin de l'école, notamment avec un nettoyage complet des établissements avant la rentrée, une désinfection quotidienne des locaux et la mise en place des gestes barrière pour les plus jeunes et l'ensemble des adultes à leurs côtés.

La rentrée scolaire, bien que particulière, s'est déroulée dans de bonnes conditions avec une nouveauté cette année au niveau de la cantine : l'intégration d'un second repas Bio chaque semaine, ainsi que 20% de produits locaux et de saison utilisés pour composer les menus.

Cette volonté municipale de favoriser le bien-manger chez les plus jeunes et le respect de l'environnement trouvera sa confirmation lors de l'ouverture de la cuisine centrale du futur groupe scolaire, qui élargira davantage encore les possibilités d'action en la matière.

Autre événement de la rentrée : la Médiathèque du Cœur de Village s'apprête à ouvrir ses portes à notre plus grande satisfaction.

Cette belle réalisation démontre que même sur une petite commune il est possible de mener des projets ambitieux. Elle offrira sous peu un nouveau lieu de vie aux Upians, propice au développement culturel mais aussi à la multiplication des rencontres et des activités de loisirs pour toutes les générations. Nous espérons pouvoir inaugurer cet équipement après les vacances de la Toussaint ; n'hésitez pas à consulter le nouveau site internet de la Mairie afin de vous tenir informé(e) sur le sujet, mais aussi concernant toute l'actualité du village.

Dans l'attente du plaisir de vous rencontrer et restant à votre écoute,

Très sincèrement,
Thierry OCCELLI

 A FEUILLE D'OPIO

Directeur de la publication :
Mairie d'Opio - route du village
06650 OPIO
Tel : 04 93 77 23 18
Fax : 04 93 77 72 60
accueil.mairie-opio.fr
Réalisation : Patricia Boisard
Crédits photos : Mairie d'Opio, Adobe stock.

Sommaire

PAGES 2-3 Rentrée des classes & construction du groupe scolaire

PAGES 4-5 Actualités : ouverture de la Médiathèque & Résidence Seniors

PAGES 6-7 Retour en image sur les rendez-vous de l'été & les associations d'Opio

PAGE 8 Agenda



Le Centre de Loisirs adapte son accueil

Cet été, les habitudes du Centre de Loisirs ont été bousculées du fait du chantier en cours à l'École de la Tour et bien sûr de la crise sanitaire. L'accueil des enfants a été transféré à l'École Frédéric Mistral au mois de juillet puis dans les écoles communales de Châteauneuf en août. Par mesure de précaution, les sorties habituellement programmées ont été annulées mais des animations variées et ludiques ont été proposées afin que les enfants profitent pleinement de leurs vacances.

Au sein du centre de loisirs, les inscrits se sont amusés sur le mur d'escalade et le château gonflable, et ont joué au «laser-game». Parmi les animations, un magicien a fait le déplacement et les enfants ont participé à un appel à projets de la DRAC dénommé «Ouvrir le Monde» avec des ateliers de découverte de la poésie.

En cette rentrée, l'IFAC développe de nouvelles propositions pendant les temps périscolaires. Chaque lundi à l'heure du déjeuner, les enfants peuvent s'initier aux échecs sous la direction d'un professeur diplômé. Le vendredi, place au théâtre et à l'improvisation sur le même créneau horaire ; une façon intelligente d'occuper le temps libre des enfants en conjuguant enrichissement personnel et amusement.

A NOTER : Pendant les vacances de la Toussaint, l'Accueil de Loisirs se fera sur la Commune de Châteauneuf.

Les enfants reprennent le chemin de l'école dans le respect du protocole sanitaire

Dès le 1^{er} septembre, tous les élèves d'Opio (78 en maternelle et 148 en élémentaire) ont retrouvé leur classe, leurs camarades et leur maîtresse dans un contexte épidémique évolutif. Au regard de la situation de la fin du mois d'août, la rentrée a pu se faire en classe entière mais avec un protocole sanitaire maintenu. Une semaine avant la reprise, les écoles avaient fait l'objet d'un nettoyage complet et tous les moyens ont été mis en œuvre par la Commune et l'équipe éducative pour accueillir les enfants dans les meilleures conditions.

Alors que les adultes doivent porter le masque dans les écoles, les enfants de moins de 11 ans ne sont pas soumis à cette obligation mais une attention particulière est portée aux différents gestes de prévention comme :

- Le lavage des mains dès l'entrée dans l'établissement et le plus souvent possible (au minimum avant chaque repas et après chaque passage aux toilettes),
- Le nettoyage et la désinfection complète au virucide tous les jours avec une vigilance accrue sur les zones principales de contacts comme les poignées de portes ou les interrupteurs,
- Une aération des locaux 10 à 15 minutes au moins 3 fois par jour,
- La limitation des interactions entre enfants de différentes classes.

La vigilance doit aussi être de mise pour les parents, notamment à l'entrée et sortie des cours avec le respect de

la distanciation physique et un port du masque recommandé devant le portail aux moments d'affluence.

Il est aussi important que les familles s'engagent à ne pas mettre leurs enfants à l'école, au collège ou au lycée en cas de fièvre (38 °C ou plus) ou en cas d'apparition de symptômes évoquant le coronavirus chez l'élève ou dans sa famille.

Désormais deux repas bio par semaine à la cantine

La rentrée s'est accompagnée d'un retour à la normale pour la restauration. Les repas chauds traditionnels sont de nouveau servis au réfectoire tous les jours avec une désinfection des tables entre chaque service.

Après un nouvel appel d'offres, le prestataire choisi reste l'entreprise «EMS Espace Multi Services» à Grasse. La nouveauté de cette rentrée 2020 est la fourniture de 2 repas composés de produits issus de l'agriculture biologique par semaine dont un végétarien.

Dans la constitution des menus, l'entreprise a également recours à 20% minimum de produits locaux ainsi qu'aux produits de saison et certifiés. Dans une démarche écoresponsable, au-delà du Comité Cantine et du travail sur les menus déjà mis en place, des systèmes de pesée des déchets alimentaires et une sensibilisation des enfants vont être développés pour réduire le gaspillage alimentaire.



Un Projet Alimentaire Territorial (PAT) pour la commune d'Opio

Soucieuse d'offrir aux enfants une alimentation équilibrée et de qualité, la Commune d'Opio lance aujourd'hui son Projet Alimentaire Territorial. Elle travaille depuis janvier dernier avec Cécile Matz, étudiante bientôt titulaire d'un Diplôme Universitaire en Alimentation Durable dont les cours dispensés à la MEAD (Maison d'Éducation à l'Alimentation Durable), s'appuient sur l'expérience de la Commune de Mouans-Sartoux dont la réputation n'est plus à faire dans ce domaine.

L'impact de l'alimentation sur notre santé a été démontré par plusieurs études scientifiques. Substances classées cancérogènes, perturbateurs endocriniens, déséquilibre alimentaire... le régime de chacun a des conséquences reconnues à long terme, tout autant sur l'organisme humain que sur l'environnement en fonction des modes de production choisis. Dès le plus jeune âge, les habitudes s'ins-



tallent et c'est pour cette raison que la loi EGalim, Loi Agriculture et Alimentation votée en octobre 2018, comporte de nombreuses mesures en direction de la restauration collective afin de favoriser l'utilisation des produits bio, l'introduction de repas végétariens, la lutte contre le gaspillage alimentaire, ou l'interdiction du plastique...

Avec l'introduction d'un second repas bio cette année, dont un végétarien, Opio s'inscrit parfaitement dans cette

démarche. La lutte contre le gaspillage alimentaire fait aussi partie des objectifs prioritaires de la rentrée. Au niveau national, il a été estimé qu'environ 1/3 du contenu des plateaux repas des cantines scolaires partait à la poubelle, soit un volume considérable et un gâchis de nourriture devenant de plus en plus insupportable.

Ce gaspillage peut être limité par des mesures simples : à Opio la quantité de nourriture sera désormais adaptée en fonction de l'appétit des enfants et de leur goût pour les plats proposés. Ils pourront ainsi choisir en entrée une portion «petite faim» ou «grosse faim», et les fruits leur seront présentés découpés, avec dans les deux cas la possibilité de venir se resservir.

D'autres mesures viendront s'ajouter au cours de l'année afin d'offrir le meilleur aux petits Opiciens et d'agir pour la protection de l'environnement.

La construction du nouveau groupe scolaire

Cet été, la construction du nouveau groupe scolaire s'est poursuivie avec un double objectif :

- Continuer à rattraper le retard pris du fait du confinement lié à la pandémie de COVID. Pour y parvenir, il a notamment été décidé de limiter l'arrêt du chantier durant les vacances à 5 jours (du lundi 17 au vendredi 21 août).
- Réaliser les travaux qui devaient impérativement être terminés sur le périmètre de l'actuelle cour de récréation pour que les enfants puissent l'occuper normalement dès la rentrée. Cette partie des travaux a été achevée le 25 août.

Depuis début juillet, les travaux ont pris un tournant plus spectaculaire avec l'édification des murs en pierre de taille. Les façades du rez-de-chaussée sont quasiment terminées. La pause des planchers de l'étage avance et les murs de pierres de l'étage commencent à s'élever. L'aménagement du patio intérieur est



également lancé avec un soin tout particulier porté à l'implantation de la future fontaine qui agrémentera cet espace. La prochaine étape significative du chantier sera la pause des menuiseries extérieures, prévue à partir de début octobre.

Le point d'étape qui peut être fait en cette rentrée 2020 est donc très satisfaisant car, malgré les aléas liés à l'épidémie, notre chantier avance très bien grâce au professionnalisme et à la bonne volonté de tous les intervenants.



Résidence Services Seniors, un appartement témoin à découvrir

La Résidence Ovelia «Le Domaine du Golf» en cours de construction route de Cannes offrira dès 2021 une nouvelle possibilité de logement intéressante pour les seniors souhaitant conserver leur autonomie dans un appartement individuel tout en bénéficiant de services ciblés et de liens sociaux renforcés. Avec ses 115 appartements en location du T1 au T3 dotés de balcons ou terrasses, la résidence (non médicalisée) est aménagée pour le bien-être et la sécurité des pensionnaires.

Un appartement témoin donne d'ores et déjà un bon aperçu de la fonctionnalité et du confort recherché avec une décoration raffinée, une cuisine et une salle d'eau équipées, des chambres meublées, des placards aménagés, une possibilité de parking, un visiophone et des accès surveillés.

Les espaces collectifs rassembleront également de nombreux services et animations pour le bien-être des seniors. Piscine intérieure chauffée, espace médiathèque avec télévision, point internet, laverie, salon de coiffure et d'esthé-



tique, jeux de société, cours collectifs seront autant de propositions qui leur permettront de se détendre, de se rencontrer et de prendre soin d'eux.

Le restaurant de la Résidence ouvert 7 jours sur 7 s'ajoutera à la liste avec des repas à l'unité élaborés sur place et différentes formules en demi-pension ou pension complète. Il sera ouvert tous les jours de l'année, midi et soir, et accueillera aussi les proches, les familles et amis des résidents.

La sécurité des locataires sera aussi au cœur des attentions avec dans chaque appartement un médaillon d'appel d'urgence et une présence 24 h/24 si besoin.



Appartement témoin de la Résidence Services Seniors

Renseignements : 07 64 44 64 17
Mail : opio@ovelia.fr

CLIN D'ŒIL

Visite de la Commune à vélo pour les nouveaux élus

Joli moment de détente au début de l'été, Thierry Occeili a proposé aux nouveaux conseillers municipaux d'enfourcher leur vélo pour sillonner la commune et parfaire leur connaissance des petits chemins et espaces boisés d'Opio. Une idée sympathique associant l'utile à l'agréable!



Zéro déchet : il reste encore des places, n'hésitez pas à vous inscrire

L'aventure Zéro Déchet reprend en cette rentrée 2020 et il est toujours temps de vous inscrire ! Si vous êtes soucieux de la protection de l'environnement, que vous souhaitez adopter des habitudes de vie plus saines pour votre santé et celle de vos enfants, venez découvrir toutes les astuces du quotidien qui vous permettront d'agir et de faire des économies.

Grâce aux ateliers menés par les intervenants d'UNIVALOM, les participants pourront passer en revue tous les gestes du quotidien (entretien de la maison et du jardin, courses et cuisine, hygiène et beauté...) notamment afin réduire les gaspillages. Ils apprendront aussi à fabriquer des produits naturels, à réparer certains objets au lieu de les jeter... à poser un regard nouveau sur leur mode de consommation et les conséquences néfastes qui peuvent en découler.

Inscrivez-vous dès à présent sur univalom.fr



La nouvelle Salle des Associations prend vie



C'est toujours avec grand plaisir que la Municipalité assiste à l'ouverture et la mise en fonctionnement des nouveaux équipements publics qu'elle a créés. La salle des associations du Cœur de Village qui prend vie en cette rentrée 2020 ne déroge pas à la règle. Les associations (A.S.C.O Anglais, Gymnastique, Expressions Corporelles, Yoga et Longo, Le Chant des Cigales, Dolma Lhamo, Stéfit and Smile...) ont pris possession des lieux et y exercent désormais leurs activités. Durant l'été, les derniers travaux d'aménagements y ont été réalisés, notamment l'installation de grands miroirs muraux facilitant la pratique d'activités physiques et corporelles. La belle superficie de la salle permet d'accueillir de nombreux participants tout en conservant la distanciation physique de rigueur actuellement, ce qui est un atout supplémentaire. Le planning récapitulatif des créneaux d'occupation de la salle sera bientôt en ligne sur le site internet de la Mairie afin que chacun puisse avoir confirmation du planning d'utilisation.



La médiathèque s'apprête à ouvrir ses portes

Le chantier d'aménagement des locaux de la Médiathèque touche à sa fin, annonçant une ouverture à la fin du mois d'octobre.

Nichés au sein de la récente construction du Cœur de Village, les larges espaces ont été agencés par la Mairie et sont désormais dotés de leur mobilier, prêt à accueillir l'ensemble des livres, CD, DVD, BD, jeux et autres journaux, ainsi que l'équipement informatique qui permettra la gestion logistique du site.

Comme ceci se faisait déjà pour le Point Lecture existant, le nouvel équipement fera partie de «Ma Médiathèque», le réseau de médiathèques de la Communauté d'Agglomération Sophia Antipolis, qui met en commun plus de 17 000 ouvrages et permet donc aux habitants d'avoir accès à un fonds riche et diversifié, mobile sur l'ensemble du territoire communautaire. En plus de l'augmentation significative du nombre d'ouvrages à leur disposition à Opio, ils pourront commander les documents qui les intéressent pour une livraison sur place.

Un espace dédié aux plus jeunes avec des ouvrages spécifiques favorisant la découverte et la pratique de la lecture à tout âge est également prévu.

Des animations culturelles et ludiques pour toutes les générations pourront peu à peu se développer à Opio en lien avec les associations.



NOUVELLE ACTIVITÉ

Terroir & Sens : pour redécouvrir notre terroir

Une nouvelle activité a vu le jour cette année à Opio : Terroirs et Sens propose des tours sur mesure en petits groupes aux touristes français ou étrangers, à la journée, pour explorer les terroirs de la région, rencontrer les producteurs et avoir des expériences olfactives et gustatives. Diplômée de sommellerie et titulaire d'un Master Vins et Spiritueux, forte d'une expérience de plusieurs années dans l'organisation de salons professionnels, Brigitte Bouchayer travaille depuis 2004 auprès d'acteurs reconnus du monde du vin en France et en Asie. Partager et faire connaître la richesse de nos territoires, accompagner et être une source de rencontres, d'échanges, de découverte, de plaisir et d'émotions, tel est le moteur de Terroirs & Sens. Prêt pour l'expérience ?

Pour toutes questions et informations, contactez : Brigitte Bouchayer
www.terroirsetsens.com - brigitte@terroirsetsens.com - Tel : 06 30 75 22 44



VIE ASSOCIATIVE

Le succès au rendez-vous pour le Forum des Associations

Le port du masque n'a pas découragé les Opiois venus en nombre au Forum des Associations du 13 septembre. A cette occasion, ils ont pu s'informer, souvent en famille, sur les multiples activités à leur disposition à Opio et sur les villages voisins. En cette période troublée par la crise sanitaire, la culture, le sport, la musique et bien d'autres loisirs apportent à chacun la bouffée d'oxygène et de détente à laquelle il ne faut pas renoncer.



Ce tissu associatif diversifié basé sur l'énergie et l'implication active de nombreux bénévoles, noue aussi de nombreux et précieux liens d'amitié chez les jeunes, les adultes ou les anciens ; autant de convivialité qui participe au bien-vivre à Opio et que la Mairie soutient par ses actions. Si vous n'avez pu vous rendre au Forum, vous pouvez consulter la liste de toutes les associations ci-contre ou sur le site internet mairie-opio.fr pour avoir de plus amples informations.

Egalement cet été à Opio...

Grâce au Département des Alpes-Maritimes, la Commune a pu bénéficier de trois beaux rendez-vous cet été (le 4^{ème} ayant été annulé pour cause de pluie) dans le cadre des soirées Les Estivales qui proposent plus de 400 spectacles gratuits dans tout le département (danse, concerts, théâtre, music-hall, magie...). Malgré l'annulation du «Festival sous les Oliviers» Jazz-up nous a également réservé une belle surprise avec le concert exceptionnel d'Antonio Farao Trio.



27 août : Lunatic Souk - Estivales du Département



30 juillet : Classico Flamenco Jazz - Estivales du Département
8 août : Concert Jazz-Up Antonio Farao Trio.



Bonne rentrée avec les Associations d'Opio

● **A.S.C.O AVENIR SPORTIF CULTUREL D'OPIO**
Site Internet: www.asco-opio.com
Anglais : Mme JACKSON Tél : 06.73.04.66.08
Anglais ENFANTS – ADOS : Mme FLYNN Tél : 06.86.56.44.96
Italien : Mme LANGELLA Tél : 04.93.77.77.67
Expressions Corporelles : Mme FOUGEROL Tél : 06.88.57.49.91
Gymnastique : Myriam TAVERNIER Tél : 06.48.68.07.99
Yoga et Longo : Catalina BAGGIONI Tél : 06 63 33 88 42
Football Loisirs Enfants : Jean-Yves CIVET Tél : 06.70.71.80.50
Tir à l'arc : Catherine FOUGEROL Tél : 06 88 57 49 91
Club Inter âges Les Oliviers
Mme DELFOLIE Tél : 04 93 77 35 38
Courriel : delfolie@wanadoo.fr

● **CINQUIÈME SOUFFLE SOLUTIONS**
Site Internet : www.solution.cinquiemesouffle.fr
Courriel : association@cinquiemesouffle.fr
M. ROUX - Tél : 06.84.53.69.40
Atelier de créativité et mandala.

● **COMPAGNIE DE THÉÂTRE «LA TROUPE IMAGINEURS»**
Courriel : tristan-lemiere@outlook.fr
Tristan MARCELLIN-LEMIERE
Tél : 06.58.48.70.72
Cours de théâtre

● **LE CHANT DES CIGALES**
Site internet : www.le-chant-des-cigales.com
Courriel : nat.lacigale@hotmail.fr
Nat la Cigale Tél : 06 17 14 23 51
Chant - chorale (Variété, gospel, pop, trad)

● **ÉCOLE DE MUSIQUE**
Courriel : charles.arzounian@orange.fr
M. ARZOUNIAN Tél : 06 63 34 91 97
Cours de formation musicale (solfège), guitare, violon, violoncelle, harpe, piano et flûte traversière, à bec, et initiation instrumentale (dès 3 ans)

● **ÉCOLE NÉERLANDAISE**
Site internet : www.degoudenklomp.fr
Courriel : degoudenklomp@gmail.com
Mme KEIJZER NATAN Tél : 06 11 16 10 18
Cours de hollandais

● **COMPAGNIE DE THÉÂTRE : LES UPIANS SUR TRÉTEAUX**
Site internet : www.les-upians-sur-treteaux.fr
Courriel : gonella.lucienne@wanadoo.fr
Mme GONELLA - Tél : 04 93 09 11 94
Compagnie de théâtre formée de comédiens, chanteurs et danseurs amateurs. Pièces contemporaines et comédies chantées

● **L'OLIVETTE**
Courriel : oulivet06650@hotmail.fr
Site internet: oulivet06650.wix.com/ouliveto
M. SALVAT : Peinture et dessin, Cours informatique, Cours Provençal - Chant, Randonnée

● **JAZZ UP**
Blog : jazzup06.org - Courriel : jazzup06@gmail.com - M. RAYNAUD
Tél : 06 12 16 68 47 - Rencontre musicale

mensuelle les samedis et FESTIVAL «Jazz Up sous les Oliviers»

● **DOLMA LHAMO**
Arielle DELFOLIE Tél : 06 82 19 28 42
Courriel : tashi.dolma.lhamo@gmail.com
Promotion de la culture tibétaine et indienne

● **OPIO TEMPS DANSE**
Mme ROSSI Tél : 06 07 02 55 32.
Danse Jazz : à partir de 6 ans

● **SALSA RAYO DEL SOL**
Olivier BUCHET Tél : 06 18 07 62 80
Cours de salsa

● **TERRA AMATA OPIO**
Patrick NASSI - Tél : 06 10 73 48 94
Qi Gong

● **ASSOCIATION VITAE**
M. LAFFONT
Courriel : sylvain.lafont83@gmail.com
Gym Seniors

● **TENNIS CLUB MUNICIPAL D'OPIO**
Contact adhésion club : Mme GAUCHER 06 85 73 73 70
Contact école de tennis : M. Victor COLLET 06 63 24 16 74
Cours et école de tennis

LES ASSOCIATIONS INTERCOMMUNALES

● **ROC JUDO**
(Rassemblement Opio - Châteaufort)
Rana AYDIN - Tél : 06 87 17 69 70
Judo - Taïso

● **SKI CLUB ROURET – OPIO**
Fabienne TREHOUX - Tél : 06 15 59 90 82
Sorties hebdomadaires de ski et surf, séjour 1 semaine vacances de février, Bourse aux Skis début novembre.

● **TENNIS DE TABLE PING PASSION CHÂTEAUNEUF**
Site internet : www.pingpassion.com
Mr COGET - Tél : 06 73 53 36 55
(de poussins à juniors et adultes)

● **ATHLÉTIC PHILIPPIDÈS CLUB BAR SUR LOUP**
Site internet : www.athleticphilippides.com
Mme GILLET - Tél : 06 61 93 49 48
Courriel : fabienne.lacombe@free.fr
Demi-fond, fond et trail, marche nordique...

● **CANSA BASKET CHÂTEAUNEUF**
M. OURMAN - Tél : 06 42 29 28 58 ou 06 42 29 28 58
Courriel : cansabasket@hotmail.fr

● **HANDBALL DES COLLINES CHÂTEAUNEUF**
Site internet : www.hbdc06.org
M. VENTURELLI - Tél : 06 82 00 10 47 ou 07 61 17 88 87 - Courriel : info@hbdc06.org / hbdc06@free.fr



NOUVEAU

● **STÉFIT AND SMILE**
Vous avez mal au dos ? Vous êtes stressé(e) ? Faites du Postural Ball avec une nouvelle association qui propose cette activité à Opio depuis le mois de septembre. Le Postural Ball est une activité physique et de bien-être «Sport et Santé» pour renforcer le corps et libérer l'esprit. Elle permet de renforcer le dos, développer la souplesse, sculpter un ventre plat, se relaxer, améliorer la posture corporelle et libérer les tensions physiques. Des cours sont proposés dans la nouvelle Salle des Associations du Coeur de Village.

Stéphanie Robert : 06 61 55 29 41
Mail : stefitandsmile@yahoo.com

● **PHOTO-CLUB DES COLLINES**
Frédéric CAFFIN - Tél : 06 63 78 90 73
Courriel : contact@photoclubdescollines.fr
Site internet : <http://photoclubdescollines.fr/>

LES AUTRES ASSOCIATIONS

● **IFAC CENTRE DE LOISIRS**
Tél : 04 93 77 25 50

● **LES PITCHOUNES D'OPIO**
(assistantes maternelles) Mme AMBROGIO
Tél : 06 67 45 23 89

● **SOCIÉTÉ DE CHASSE**
M. Michel LOMBARDO
Courriel : michellombardo@hotmail.com

● **TREE FOR HELP**
Mme PADOVANI - Tél : 04 93 12 21 85
Courriel : tfh@treeforhelp.fr
Site internet : www.treeforhelp.fr

● **UNION NATIONALE DES ANCIENS COMBATTANTS**
M. DUBOIS - Tél : 06.50.26.41.97

● **AMAP**
(Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne)
Annie LE BARS - Tél : 06 82 89 21 95
Courriel : amapopio@free.fr
Blog : amap-opio.blogspot.fr

● **ASSOCIATION DES COMMERÇANTS**
Mme BELLONE - Tél : 04 93 77 31 64
Courriel : anne-marie.bellone@sfr.fr

● **A.P.E. ASSOCIATION DES PARENTS D'ÉLÈVES**
Mr AVRAMIDIS 06 61 58 49 03
Courriel : apedopio@gmail.com



Agenda

En fonction de l'évolution épidémique, l'agenda peut être bouleversé ; n'hésitez pas à consulter le site internet de la Mairie mairie-opio.fr pour vous tenir informé(e).

OCTOBRE

● **Dimanche 11 octobre :**
Repas CIAO – Club Inter-âge Midi

● **Samedi 17 octobre :**
Les Imagineurs Théâtre à 20h
(Complet : Jauge limitée à 50 personnes déjà atteinte)

● **Samedi 24 octobre :**
Jazz-up : JB MOUDELE AFROTRANE
Concert à 19h45 et 21h30
Afin de répondre aux exigences de conformité sanitaire, limitant les places, et permettant une distanciation conforme, il y aura 2 concerts distincts :
1^{er} concert : 19h30 à 20h45
2^{ème} concert : 21h30 à 22h45
Les réservations se feront uniquement via le site de Jazzup, «jazzup06.org».

NOVEMBRE

● **Samedi 21 Novembre :**
Jazz-up : LAURENT SARRIEN VIBES
Concert à 19h45 et 21h30
Salle Polyvalente

● **Samedi 21 Novembre**
Cross des Pompiers au Parc de Loisirs

● **Lundi 23 Novembre**
Don du Sang - Salle Polyvalente.

DÉCEMBRE

● **Samedi 5 Décembre**
Téléthon

● **Samedi 12 Décembre**
Jazz up : FLAMENCO JAZZ
Concert à 19h45 et 21h30

● **Dimanche 13 Décembre**
Noël à Opio - Montée des Santons.

Des permanences et des activités pour les seniors toute l'année

LES PERMANENCES

SUR RENDEZ-VOUS Salle des mariages - Mairie d'Opio - route du village.

● **TOUS LES LUNDIS DE 9H À 12H**
Maison des Solidarités Départementales (MDS)
- **Madame Célia STACHOWSKI**,
Assistante Sociale : 04 89 04 35 25

● **TOUS LES MARDIS ET MERCREDIS DE 9H00 À 12H30**
Maison de Services au Public (MSAP06) **Médiatrice numérique** : 06 38 25 32 56
En collaboration avec l'association S.L.V. et la Communauté d'Agglomération Sophia Antipolis, la Mairie d'Opio accueille la Maison de Services Au Public itinérante (M.S.A.P.).

Une «médiatrice numérique» spécialement formée par différents partenaires, renseigne les usagers sur leurs droits, les prestations, la législation, les allocations ou la formation. Elle les accompagne pour découvrir ou se familiariser avec les nouvelles technologies (smartphone, ordinateur, tablette), l'utilisation des outils connectés (gestion des messages, courriers électroniques, accès aux sites web, sauvegarde ou envoi de documents ou de photos) et pour les aider dans leurs démarches de la vie quotidienne (CAF, Caisse de retraite, MDPH, Préfecture, demande de carte grise, impôts, retraite, Pôle-emploi etc...) Matériels mis à disposition sur place si besoin.

● **DEUX VENDREDIS PAR MOIS DE 9H À 12H** (sur rendez-vous)
Centre Communal d'ACTION SOCIALE
Madame Pascale FORMOSO, Vice-Présidente du CCAS : 04 93 77 23 18
accueil@mairie-opio.fr

LES ACTIVITES

SUR INSCRIPTION au CCAS
Tel : 04 93 77 23 18
Salle Polyvalente d'Opio
4 route de Nice

● **Les mercredis de 15h15 à 17h15 : Atelier «Bien être par le mouvement et la relaxation»**
À compter du 14 octobre

GRATUIT - animé par BRAIN-UP – Salle polyvalente d'Opio - 4 route de Nice
L'atelier se compose d'une séance de 2h de sophrologie et relaxation – sur 5 semaines.

Prévenir les risques liés au stress et mieux gérer ses émotions en apprenant les techniques de relaxation, les exercices et mouvements corporels qui procurent des effets bénéfiques sur la santé, le bien-être mental et le degré d'autonomie des personnes âgées.

● **Les vendredis de 14h à 15h30 : Atelier « Bien dans sa tête et bien dans son corps » - À compter du 16 octobre**

GRATUIT - animé par VITAE SPORT SANTE– Salle polyvalente d'Opio
4 route de Nice.
L'atelier se compose d'1 séance de 1h d'activité physique adaptée + 30 minutes d'échanges.

Reprendre goût au plaisir de bouger, en douceur, pour améliorer sa vitalité et profiter pleinement de sa retraite. Comprendre les bienfaits de l'activité physique sur la mémoire et prévenir les risques liés à l'avancée en âge, pour bien vieillir en toute autonomie.

IMPORTANT : Certificat médical de non-contre-indication à la pratique des activités physiques et sportives.

ATTENTION : Les mesures barrières sont mises en place, le port du masque est obligatoire. Si vous présentez une température supérieure à 38°C et au moins un des symptômes du COVID-19 (toux, maux de tête, perte du goût et de l'odorat), nous vous remercions de nous contacter au plus tard à 17h la veille.

