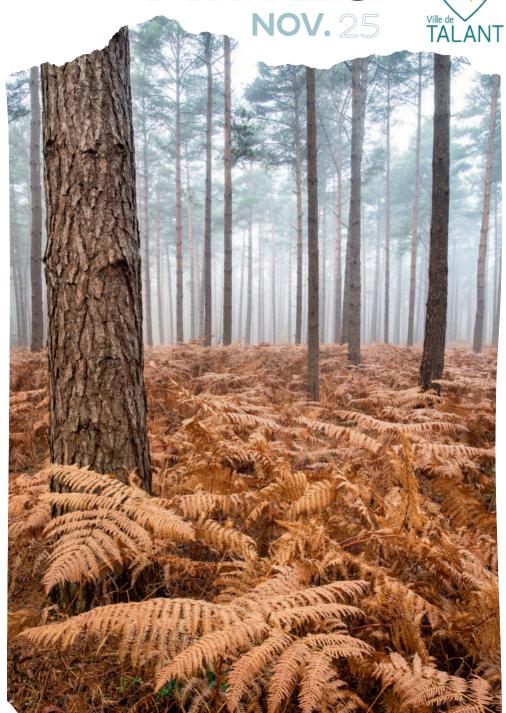
# infosaînÉS





## Soins palliatifs et aides à mourir : où en sommes-nous ?

#### Mardi 04 novembre / 18h

A l'heure où la loi sur l'aide à mourir a été votée par l'Assemblée Nationale en première lecture et dans l'attente qu'elle soit débattue au Sénat prochainement, nous sommes en droit de nous poser la question : « Soins palliatifs et aide à mourir, où en sommes-nous? ». Conférence animée par l'ADMD21

Salle E. Michelet (6 allée F. Poussineau). Gratuit sur inscription au Relais.



## 🕆 Partir à Tataouine : à vélo de Dijon à Tataouine

#### Jeudi 13 novembre / 14h30

"Partir à Tataouine, pour de vrai". Longtemps, ce nom a sonné dans la bouche du grand-père d'Aurélie Gonet, comme un lieu lointain, irréel. Puis, Aurélie a découvert que Tataouine existait vraiment. Alors elle part seule à vélo, de Dijon jusqu'au sud tunisien... Animée par Aurélie Gonet.

Salle E. Michelet (6 allée F. Poussineau). Gratuit sur inscription au Relais.



## Découverte de la sophrologie

#### Mardi 18 novembre / 14h30

Atelier découverte de la sophrologie, adapté aux aînés : exercices debout et assis, respiration, relaxation sur chaise. Animé par Sandra Lenzu, sophrologue.

Salle E. Michelet (6 allée F. Poussineau). Gratuit sur inscription au Relais, 15 places disponibles.



## InI La crypte de la cathédrale Saint-Bénigne

#### Mardi 25 novembre / 16h

Animée par Clément Lassus-Minvielle, quide conférencier

Rendez-vous devant la cathédrale Saint-Bénigne à Dijon. Tarif : 3 €/personne, à régler directement à l'entrée de la crypte. 30 places disponibles. Inscription au Relais.



## Autonomie numérique

Jeudi 06 novembre / 9h30

Communiquer, garder le lien et s'informer : lumière sur les moyens de communiquer que nous offrent nos outils numériques : des mails aux réseaux sociaux.

L'ESCALE Espace Culturel (Esplanade Michèle Sover)

Gratuit. Sur inscription au Relais. 10 places disponibles. Durée: 2h.

Jeudi 13 novembre / 9h30

C'est quoi France Connect? Découvrez comment cette solution vous permet de sécuriser et simplifier votre connexion à plus de 1 400 services sur internet avec un seul compte et mot de passe.

L'ESCALE Espace Culturel (Esplanade Michèle Soyer)

Gratuit. Sur inscription au Relais. 10 places disponibles. Durée: 2h.

Jeudi 20 novembre / 9h30

Les démarches administratives sur internet : quels sont les sites internet utiles au quotidien.

L'ESCALE Espace Culturel (Esplanade Michèle Soyer)

Gratuit. Sur inscription au Relais. 10 places disponibles. Durée : 2h.



# Sport "Gym parachute"

Mardis 04, 18 et 25 novembre / 14h15 et 15h30

Les lieux seront précisés lors de l'inscription.

Gratuit sur inscription à La Turbine ou au 03 80 44 60 80.

#### "Marche douce"

Vendredis 07, 14 et 21 novembre / 10h30

Les lieux seront précisés lors de l'inscription.

Gratuit sur inscription à La Turbine ou au 03 80 44 60 80.



## O p'tit café de nos quartiers!

- Vendredi 07 novembre / 10h (salle E. Michelet)
  Vendredi 14 novembre / 10h (salle M. Petit)
  Mercredi 19 novembre / 10h (L'ESCALE Espace Culturel)

Venez partager un moment convivial entre voisins! Gratuit sans inscription



Pour la bonne organisation de ces évènements, merci de confirmer votre participation à partir du

#### lundi 20 octobre 2025 au :

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



D'autres idées de sortie en accès libre en novembre à Talant...



Exposition "Merveilleux ordinaire - Un quotidien, quatre regards"

La galerie - L'ESCALE Espace Culturel (Esplanade Michèle Soyer)



Dimanche Cinéma "Le cave se rebiffe" Salle J. Gabin - L'ESCALE Espace Culturel (Esplanade Michèle Soyer) - 15h.



Contact: (8) 03 80 44 60 60 🔊 lerelais@talant.fr ( 8 rue Charles Dullin - 21240 Talant

Conception : Service Communication - Ville de Talant / talant.fr / 2025 | Ville de Talant / 🕲 🗞 🖲