

Les infos des **AÎNÉS**

NOV. 25



Ville de
TALANT





Conférence

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.



Découverte

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.



Atelier

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.



Visite guidée

La crypte de la cathédrale Saint-Bénigne

Mardi 25 novembre / 16h

Animée par Clément Lassus-Minvielle, guide 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 Soyer)
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.



Animation

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 événements, 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...

Du 13/11
au 06/12

Exposition "Merveilleux ordinaire - Un quotidien, quatre regards"

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

Dimanche
16
novembre

Cinéma "Le cave se rebiffe"

Salle J. Gabin - L'ESCALE Espace Culturel
(Esplanade Michèle Soyer) - 15h.



Plateforme de services Le Relais

Contact : ☎ 03 80 44 60 60 ✉ lerelais@talant.fr

📍 8 rue Charles Dullin - 21240 Talant