



Les infos des AÎNÉS



Auril
2025

Enfin,
une bonne nouvelle !

On l'attendait tous, et c'est fait.

La reconnaissance officielle des Seniors comme « influenceurs de sagesse » avec une allocation spéciale !

Bon d'accord, mais c'est pas tout ça, il va falloir un petit peu travailler :

- Bonne conduite au volant
- Sourire très souvent
- Aider les p'tits jeunes à faire leurs devoirs
 - Se mettre sérieusement à l'ordinateur pour que, justement, les p'tits jeunes ne nous prennent pas toujours pour des personnes incultes (nos équipes sont là pour vous aider...)
 - Profiter de toutes les conférences qui vous sont proposées par l'intermédiaire des « Infos pour les Aînés »,
 - Aller au théâtre plus souvent (le rire ne ride pas, il donne bonne mine)...

Vous trouverez de nombreuses nouvelles idées dans ce programme.

Si vous avez lu jusqu'ici et que vous étiez prêts à y croire...

Sylvie **Castella**

1ère Adjointe au Maire, déléguée aux Aînés, au Lien Social et à la Solidarité

Permanence tous les jours sur RDV

Joyeux 1^{er} avril !



Conférence

Tour d'horizon sur l'activité physique

Lundi 07 avril / 9h30

Conférence animée par M. Vianney Rozand, Maître de conférences à l'Université de Bourgogne et les étudiants en Master 2 à l'UFR STAPS en Activité Physique Adaptée Santé

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



Carnet de voyages : l'Argentine

Jeudi 10 avril / 14h30

L'Argentine offre une multitude de paysages, d'ambiances et d'activités. Le bleu immobile des glaciers, le jaune doré des grandes étendues désertiques, le blanc éclatant des sommets andins... Jacques Lefevre vous entrainera à la découverte de ce pays riche en couleurs.

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

Sensibilisation aux gestes qui sauvent

Mardi 15 avril / 14h30

L'objectif de cette séance, animée par un pompier professionnel, est de vous sensibiliser aux premiers secours, d'apprendre à agir rapidement et de connaître les gestes simples à réaliser en cas d'accident.

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

Intergénérationnel

Balade culturelle et historique intergénérationnelle au cœur du Bourg de Talant

Mercredi 23 avril / 14h30

Animée par la médiatrice culturelle de la Ville de Talant et avec les enfants du Centre de Loisirs

Rendez-vous dans la cour de l'Hôtel de Ville (1 place de la Mairie)
Gratuit. Sur inscription au Relais. 5 places disponibles.

Atelier cuisine : préparation d'un goûter de Pâques

Lundi 28 avril / 15h

Accueil de Loisirs (rue de Savolles).
Gratuit. Sur inscription au Relais. 5 places disponibles.

Le numérique au service de la mémoire :

Théâtre : "Mon plus beau souvenir, c'est demain !"

Mardi 1er avril / 15h

Une sémillante centenaire, intrépide et rebelle, réunit sa famille pour son anniversaire. Léonie n'est pas une encyclopédie vivante mais une femme de convictions, une militante qui raconte avec force et humour le siècle que fut sa vie. Léonie est la mémoire qui résonne en chacun d'entre nous.

Salle Gabin - L'ESCALE Espace Culturel (Esplanade Michèle Soyer)
Gratuit sur inscription au Relais ou au 03 80 44 60 60 / 80 places maximum.

Découverte de France Connect

Mardi 08 avril / 9h30

C'est quoi France Connect ? Découvrez comment sécuriser et simplifier votre connexion à plus de 1400 services sur internet avec un seul compte et mot de passe.

L'ESCALE Espace Culturel (Esplanade Michèle Soyer)
Gratuit sur inscription au Relais ou au 03 80 44 60 60 / 12 places disponibles.

Découverte d'un gestionnaire de mots de passe sur smartphone

Mardi 15 avril / 9h30

Découvrez l'application Bitwarden qui vous permettra de stocker et de gérer vos mots de passe dans un coffre-fort virtuel.

L'ESCALE Espace Culturel (Esplanade Michèle Soyer)
Gratuit sur inscription au Relais ou au 03 80 44 60 60 / 12 places disponibles.

Entraînement cérébral avec CogniFit

Mardi 22 avril / 9h30

Découvrez comment entraîner votre cerveau chaque jour avec votre ordinateur, votre tablette ou votre smartphone.

L'ESCALE Espace Culturel (Esplanade Michèle Soyer)
Gratuit sur inscription au Relais ou au 03 80 44 60 60 / 12 places disponibles.



Actions réalisées avec le financement de la Conférence des Financeurs Départementale-Métropolitaine de la Côte-d'Or

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

lundi 17 mars 2025 au :

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

Sport

“Gym parachute”

Mardis 1er et 08 avril / 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 04 et 11 avril / 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 04 avril / 9h (salle E. Michelet)
Vendredi 11 avril / 9h30 (salle M. Petit)
Mercredi 16 avril / 9h30 (L'ESCALE -Espace Culturel)

Venez partager un moment convivial entre voisins !
Gratuit sans inscription



Actions réalisées
avec le financement
de la Conférence des
Financeurs
Départementale-
Métropolitaine de la
Côte-d'Or



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

Judi
03
avril

Projection - discussion : “Le Chili”. Présentée par
Christiane Soyer

18h30. Salle Jean Gabin - L'ESCALE Espace Culturel
(Esplanade Michèle Soyer)



Dimanche
27
avril

Cinéma “La Traversée de Paris”

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



Plateforme de services Le Relais

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

📍 8 rue Charles Dullin - 21240 Talant