



Sylvie Castella

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

Les infos des aînés de Talant

octobre 2023

Permanence
de Sylvie Castella :
tous les jours sur RDV

Octobre en **bleu** et **rose**, les couleurs de l'espoir

Dès le début du mois d'octobre, la bannière bleue flottera dans le ciel de Talant pour rappeler la contribution de ses aînés à la vie culturelle.

La ville se parera également de rose pour sensibiliser chacun d'entre nous à l'importance d'un dépistage précoce du cancer du sein.

Ce rituel du début de l'automne entend nous imprégner de deux causes nationales relayées par Talant.

La première, la **Semaine Bleue**, propose de cultiver la chance de vieillir ensemble ; contribuer mutuellement à la vie sociale et citoyenne ; bénéficier des aptitudes de chacun à construire des projets communs ; tisser des liens durables ; lutter contre une vision négative de l'avancée en âge ; agir en faveur d'une société accessible à tous. Elle constitue une excellente opportunité de porter la voix des aînés et de ceux qui s'engagent à leurs côtés.

La seconde, **Octobre rose**, cherche à susciter une prise de conscience qui peut sauver des vies ; elle incite à des actions favorisant l'échange et l'écoute ; elle encourage les femmes, mais aussi les hommes, au dépistage. Elle attire l'attention sur ceux qui vivent leur maladie dans la solitude, l'indifférence, parfois la précarité ; elle veut aussi prévenir ceux qui n'y penserait pas : une sensibilisation utile, digne et essentielle.

Ces célébrations publiques ont pour ambition d'éveiller à plus de solidarité, d'engagement, de sollicitude et au soutien des personnes vulnérables.

Prévention

Je fais ma gym sur une chaise



Hugo Boyer, Professeur APA (**Activités Physiques Adaptées**), Consultant et Praticien en Massage Assis, propose un atelier d'exercices très complets associant simplicité et sécurité, pour entretenir les articulations et retrouver de la mobilité.

Lundi 2 octobre à 14h30

Salle Michelet, 6 allée Félix Poussineau

Entrée gratuite, sur inscription au Relais

Conférence

Un joyau disparu : la sainte Chapelle

Catherine Gras, Conservatrice du Patrimoine, évoquera la chapelle intimement liée à l'histoire de la Bourgogne qui fut le siège de l'ordre de la Toison d'or.

Mardi 3 octobre à 14h30

Salle Michelet, 6 allée Félix Poussineau

Entrée gratuite, sur inscription au Relais

Marche Bleue

RDV traditionnel organisé sous la conduite de la *Section Marche* de la MJC de Talant avec le concours des enfants du Centre de Loisirs. *2 circuits au choix* :

- un circuit long de 1h30 : départ à 14h
- un circuit moyen de 1h : départ à 14h30

Manifestation ouverte à tous les publics. Tenue adaptée à la marche.

Mercredi 4 octobre à partir de 14h

Salle Schuman, Rond-point de l'Europe

Entrée gratuite sur inscription au Relais

Pour la bonne organisation de ces événements, merci de confirmer votre participation à partir du **lundi 18 septembre 2023** au :

Service des Aînés - Le Relais - 8, rue Charles Dullin
Tél : 03 80 44 60 63 - Courriel : lerelais@talant.fr

Spectacle

« Neige »

A partir du roman éponyme de Maxime Ferminé, Philippe Beaudoin invite le public à partager le trajet d'un jeune poète japonais du 19^e siècle qui refuse la voie des traditions familiales.

Jeudi 5 octobre à 15h

Salle Gabin, Espace Brassens, 1 Place Abbé Pierre

Entrée gratuite sur inscription au Relais

Spectacle de clôture de la Semaine Bleue

Sous la direction de Débora Waldman, le chœur de l'Opéra de Dijon et l'Orchestre Dijon Bourgogne interpréteront des extraits du *Barbier de Séville* de Rossini, *Lobgesang* pour chœur et soprano de Fanny Mendelssohn....

Samedi 7 octobre à 14h30 à l'Auditorium de Dijon, Place

Jean Bouhey - Tram T1, arrêt : Auditorium

Concert gratuit sur inscription au Relais

Places numérotées à retirer au Relais



Visite

La maison natale de Saint Bernard

Sous la conduite de Don Guillaume Chevalier, découverte du lieu et de son histoire passionnante.

Jeudi 12 octobre, sur inscription au Relais

Rendez-vous à 14h30, au pied de la montée vers la Maison Natale, Fontaine-lès-Dijon.

Tarif : 4€ par personne.

Règlement en espèces ou par chèque à l'ordre de : « Maison Béthanie » payable à l'arrivée.

Conférence

« Lecture d'images sous influence »

Pierre Montenot présente le processus de lecture d'images ou « l'interprétation cérébrale de la vision oculaire ».

Mardi 17 octobre à 14h30

Salle Michelet, 6 allée Félix Poussineau

Entrée gratuite, sur inscription au Relais

D'autres idées de sorties à Talant en septembre en accès libre...

Octobre Rose

- ♦ **Mardi 3 octobre** à 19h00 : vernissage de l'exposition « Passage en rose » - La galerie
- ♦ **Samedi 14 octobre** à partir de 13h : « Balade urbaine » - Place Abbé Pierre. Parcours de 5 km
- ♦ **Samedi 28 octobre** à 20h : soirée de clôture : spectacle d'improvisation avec la Compagnie Les ALIBI - Salle Gabin

en novembre 2023

Les inscriptions aux activités proposées en novembre seront ouvertes dès le **16 octobre**.

Prévention

Le parcours « Cap bien-être »
Mardi 7 novembre de 14h à 17h

Conférence

« Les aspects de la culture tibétaine »
Jeudi 9 novembre à 15h

Conférence - Prévention

« Mon espace santé »
Jeudi 16 novembre à 14h30

Bistrot des rencontres

Samedi 18 novembre à 10h30

Visite d'exposition

« Métamorphoses : laboratoire de formes »
Jeudi 23 novembre à 14h30

Animation

« La Fresque du Climat »
Mardi 28 novembre de 14h30 à 17h30

Prévention

Escape game
Jeudi 30 novembre à 14h30



mon
ESPACE
SANTÉ



**LA FRESQUE
DU CLIMAT**
Vous avez toutes les cartes en main