

# ORGANISATION ATELIERS



**OCTOBRE  
NOVEMBRE  
DÉCEMBRE  
2025**



## LES DIFFÉRENTS ATELIERS

- **Café-papote** : Créer du lien social, briser l'isolement, introduire des outils d'animations collectives
- **Atelier Mon Espace Santé** : Découverte de l'outil Mon Espace Santé par des experts
- **Atelier Diététique / Activité physique adaptée** : Des ateliers éducatifs pour mieux comprendre les bases d'une alimentation équilibrée
- **Atelier santé mentale et bien-être** : Un espace collectif pour parler de santé mentale, de motivation et de bien-être au quotidien.
- **Entretiens et suivi individuel** : Un accompagnement personnalisé pour faire le point sur votre santé et vos besoins.

|                                                  | Café papote                      | Atelier MES                      | Atelier Diet/APA                 | Atelier SM                       | Entretiens consultobus          |
|--------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|
| <b>Bélaye</b><br>salle des fêtes                 | <b>Mercredi 29/10</b><br>10h-12h | <b>Jeudi 06/11</b><br>10h-12h    | <b>Jeudi 20/11</b><br>10h-12h    | <b>Jeudi 27/11</b><br>10h-12h    | <b>Lundi 01/12</b><br>9h-18h    |
| <b>Luzech</b>                                    | <b>Mercredi 29/10</b><br>14h-16h | <b>Jeudi 06/11</b><br>14h-16h    | <b>Lundi 17/11</b><br>14h-16h    | <b>Lundi 24/11</b><br>14h-16h    | <b>Mardi 02/12</b><br>9h-18h    |
| <b>St Martin le Redon</b><br>Mairie              | <b>Jeudi 30/10</b><br>10h-12h    | <b>Vendredi 07/11</b><br>10h-12h | <b>Mardi 18/11</b><br>14h-16h    | <b>Mardi 25/11</b><br>14h-16h    | <b>Mercredi 03/12</b><br>9h-18h |
| <b>Grézels</b>                                   | <b>Jeudi 30/10</b><br>14h-16h    | <b>Jeudi 13/11</b><br>10h-12h    | <b>Mardi 18/11</b><br>10h-12h    | <b>Mardi 25/11</b><br>10h-12h    | <b>Jeudi 04/12</b><br>9h-18h    |
| <b>Sauzet</b><br>Salle des fêtes                 | <b>Mercredi 05/11</b><br>14h-16h | <b>Mercredi 12/11</b><br>10h-12h | <b>Mercredi 19/11</b><br>10h-12h | <b>Mercredi 26/11</b><br>10h-12h | <b>Vendredi 05/12</b><br>9h-18h |
| <b>Puy L'évêque</b><br>Salle du conseil - mairie | <b>Mardi 04/11</b><br>14h-16h    | <b>Mercredi 12/11</b><br>14h-16h | <b>Mercredi 19/11</b><br>14-16h  | <b>Mercredi 26/11</b><br>14h-16h | <b>Lundi 8/12</b><br>9h-18h     |
| <b>Duravel</b><br>Salle du conseil - mairie      | <b>Mercredi 05/11</b><br>10h-12h | <b>Vendredi 07/11</b><br>14h-16h | <b>Lundi 17/11</b><br>10h-12h    | <b>Lundi 24/11</b><br>10h-12h    | <b>Mardi 9/12</b><br>9h-18h     |