

### En santé avec un smartphone : savoir utiliser les moyens numériques

Atelier destiné aux personnes souhaitant se former et s'informer sur les différents moyens et applications utiles à leur quotidien et à leur santé. Les personnes intéressées peuvent se rendre sans inscription à l'une des trois séances d'information :

- le 15 mars à 14h, salle des sociétés d'Auvernier (salle polyvalente) ;
- le 15 mars à 15h30, club des loisirs de Colombier, rue du Sentier 1a ;
- le 16 mars à 9h, salle de paroisse de Bôle, chemin de la Moraine 5.

Les cours seront ensuite dispensés selon les besoins des participants.

### Rencontre autour de la table pour parler *alimentation* (sur inscription)

Atelier animé par une diététicienne, permettant un échange sur l'alimentation et l'évolution des pratiques alimentaires au fil des ans.

- le 4 mai 9h30-11h, salle de paroisse de Bôle, chemin de la Moraine 5, pour toutes et tous ;
- le 11 mai 14h30-16h, club des loisirs de Colombier, rue du Sentier 1a, **réservé aux hommes** ;
- le 20 septembre 14h-15h30, salle des sociétés d'Auvernier (salle polyvalente), pour toutes et tous.

Inscription obligatoire par courriel à [milvignes.chancellerie@ne.ch](mailto:milvignes.chancellerie@ne.ch) ou par téléphone au 032 886 58 30 au plus tard une semaine avant la date choisie.

### Envie de bouger ?

Découverte ou redécouverte des danses de salon, salsa, tango et danses populaires, avec les professeurs expérimentés Natalie et Yves. Cette activité est proposée :

- les 31 mai et 22 novembre, de 10h à 11h30, club des loisirs de Colombier, rue du Sentier 1a ;
- le 20 septembre, de 10h à 11h30, salle de paroisse de Bôle, chemin de la Moraine 5.

Toute personne, seule, en couple ou entre amis, ayant envie de partager un moment en musique, est cordialement invitée à participer à ces rencontres, qui ne sont pas exclusivement réservées aux personnes actives.