

# UNE SEMAINE AU CLUB SANTE SENIORS DES RETRAITÉS MGEN 01

*Les activités en **rouge** nécessitent un **certificat médical de non contre-indication**  
Les activités sur fond coloré nécessitent la licence 2FOPEN*

Activités pratiquées en extérieur		Activités pratiquées en salle : Clos J.L. salle Coquelicots, la Conciergerie, la salle St Roch, salle 1.28	
Ski & raquettes (journée et stage montagne) Sorties marche - Sorties mycologiques Sorties vélo - Voyages & visites Activités de loisirs		Médiathèque - <b>Dances du monde</b> <b>Gymnastique douce</b> - Informatique Photo numérique - Montage vidéo Jeux de société – Scrabble - "English Practice" Animations des vendredis après-midi.	
La médiathèque est accessible pendant les horaires d'ouverture de "la Conciergerie" ★			
L'atelier poésie se réunit sur rendez-vous			
Des voyages – des sorties - des visites (Cf. programmation annuelle)			
LUNDI	1. PHOTO NUMÉRIQUE & ★ 2. TRAITEMENT DE L'IMAGE ★ 9 h – 11 h La Conciergerie 1 semaine sur 2 en alternance		Sorties <b>MARCHE</b> Groupe A et Groupe B 13h15 RDV cf. planning
MARDI	SCRABBLE ★ 9h30 - 11h30 la Conciergerie	Sorties <b>MYCOLOGIQUES</b> 13h30 RDV courriel	JEUX DE SOCIETE ★ 14h -17h30 La Conciergerie
MERCREDI	"ENGLISH PRACTICE" 10 h – 11 h 15 salle 1.28 maison des associations		Sorties <b>MARCHE</b> Groupe C 13h30 RDV cf. planning
JEUDI	<b>SKI &amp; RAQUETTES</b> RDV par courriel 9h40 Parking de Brou ou 10h Entrée A40	INFORMATIQUE 1 9h15 - 11h15 La Conciergerie ★	Sorties <b>MARCHE</b> Groupe A Groupe B 13h15 RDV cf. planning
		Sorties <b>VÉLO</b> RDV par courriel de mars à fin oct.	INFORMATIQUE 2 14h - 16h La Conciergerie ★
VENDREDI	<b>GYMNASTIQUE DOUCE</b> Gr 1. 8h50-10h salle Coquelicots Gr 2. 10h15-11h30 Clos J.L.	<b>Dances du monde &amp; danses en ligne</b> 14 h – 16 h Salle Coquelicots Clos J.L.	ANIMATIONS DIVERSES selon programmation voir sur le site 14 h salle St Roch
	<b>Permanence SECRETARIAT</b> ★ 10h -11h (sauf congés scolaires et jours fériés) à LA CONCIERGERIE 04.74.51.25.48		

**"LA CONCIERGERIE"** ex. CONCIERGERIE de la J.L. 04.74.51.25.48  
42 rue Charles ROBIN 01000 Bourg-en-Bresse

Retrouvez toute l'actualité du club et les informations sur ses activités sur notre site :

[www.retmgen.org](http://www.retmgen.org)

**Club Santé Seniors des Retraités MGEN 01**