

Se repérer sur le site ...TUTO de Janine

CLUB SANTÉ SÉNIORS DES RETRAITÉS MGEN DE L'AIN

Une mine d'activités, un lieu de partage et de convivialité



Accueil

Dernières Infos...

Rappel :
Pour faciliter la gestion des inscriptions,
Veuillez vous inscrire le plus rapidement possible
Soit par courrier, soit à la Conciergerie 42 rue Charles Robin
pendant les permanences
Des vendredis matins de 9h30 à 11h30 les :
7,14 et 21 octobre ; 18 novembre
Merci !

Informations Activités En Bref

Toutes les activités ont repris pour la saison 2022 - 2023
Animation des vendredis: AU FIL DE L'ALLIER
par Christian Rozier
Conférence audio-visuelle **vendredi 21 octobre 2022**
14H salle St Roch
Voyages: (voir rubrique activités -voyages) Pour faciliter
l'organisation des sorties-journées il serait bien que vous
vous inscriviez rapidement, si possible avant le 22 octobre.

La page d'accueil

Dernières infos

Infos en bref

Informations générales

En mettant le curseur sur l'image une main apparaît, vous cliquez gauche sur la souris pour avoir le document lié puis pour revenir en arrière sur la page d'accueil

Sur la flèche gauche en haut de l'écran



DOCUMENTS POUR VOUS INSCRIRE POUR LA SAISON 2022- 2023

Ligne et cases prévues pour les documents divers d'inscription
...curseur sur l'image, main et clic gauche pour avoir le document

Les Affiches De Frédéric

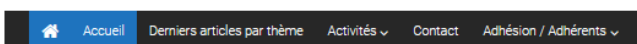
Derniers Articles Parus

Activité	Article	Date de parution
Danse	Danses du 14 10	15 octobre 2022
Photo	Paysages naturels	15 octobre 2022
Traitement de l'image(photo)	Classement des photos	15 octobre 2022
Marche Gr A	Port d'Ain "La Cathérinette"	12 octobre 2022
Marche Gr C	Chavanne Sur Suran	12 octobre 2022
Marche Gr C	Nouveau planning	07 octobre 2022
Marche Gr C	Rignat	05 octobre 2022
Animations des vendredis	nouveau planning	03 octobre 2022
Danse	Cours du 30 09	02 octo 2022
Marche grA	La Jarboterie	28 sept 2022
Voyages	infos et fiche d'inscription	26 sept 2022
Photo	Reprise d'activité	24 sept 2022
Anglais	Welcome to English practice	22 sept 2022
Marche grA	Bohas- Rignat sous la pluie	18 sept 2022
Danse	Cours du 16/09	17 sept 2022
Marche grA	Salignac	14 sept 2022
Marche grA	Sérénités/Ain	9 sept 2022
Danse	reprise activité	8 sept 2022
Marche grA	planning	2 sept 2022

A gauche : Les affiches de Frédéric :
d'un clic gauche sur l'image vous avez accès à la fiche d'un film (présentation et avis personnel de Frédéric)

A droite : Tableau récapitulatif des derniers articles et dates de parution.

Pour voir un article retourner sur la barre tout en haut de la page et choisir l'activité qui vous intéresse dans ACTIVITES





Un déroulé des activités apparaît votre sélection est en bleu ici MARCHÉ par exemple

Vous cliquez à gauche et changez de page

Chaque image a un lien sur le mot planning vous cliquez gauche pour avoir le document planning



Page 1 de 1

MARCHÉ groupe C du 9 octobre 2022 au 22 février 2023

Retrouvez toutes les infos sur le site du Club des retraités de la MGEN de l'Ain : www.csbmgen.org

Date	Conducteur	Lieu de départ	Retour	18 marches
Mai 12	Guillot Janie	CHAVANNE	13h30 Piscine Carré d'eau	14h Au Camping
Mai 19	Garcia Ghislaine	CHAVEYRIAT - 5 Km	13h30 MARIKET ET DENIS	13h50 à l'église
Mai 26	Daloz Jeanne	SANT DENIS - 5 Km		13h45 au cimetière
Mai 9	Cadoux Catherine	BUELLAS	13h30 MARIKET ET DENIS	13h45 au stade
Mai 16	Gauthier Colette	LE PETIT MARMOY - 7,300 Km	13h30 Piscine Carré d'eau	14h en arrivant à Deny Place sur la gauche
Mai 23	Guillot Janie	ARNAN	13h30 Piscine Carré d'eau	14h Place de l'église
Mai 30	Roggerone Jeanne Marie Jean Claude	DOMPIERRE - 4 Km	13h30 MARIKET PERONNUS	14h Au Camping
Mai 7	Monchassin Lucette	TOUR DES LACS - MONTREVEL	13h30 MARIKET ET DENIS	14h à l'entrée de la base de Loisir
Mai 14	Fara Marie Louise	LES PARCS DE BOURG	13h30 Dentrare l'église de Brou	
Mai 21	Christofor Mado	GRAND TOUR DE BOUVENT		13h30 Parking de Bouvent
Mai 28	Garcia Ghislaine	VANDENIS - 7 Km	13h30 MARIKET ET DENIS	13h50 Place de la salle des Fêtes
Mai 30	Cadoux Catherine	LA RENA	13h30 GYMNASIUM DES VERNIES	13h45 Route de Lent à gauche de la patte d'oie
Mai 31	Montroud Marie-France	SAINT ANDRE / VIEUX JONC 7 Km	13h30 MARIKET ET DENIS	13h45 Place de la Forge (Boulangerie)
Mai 1	Fara Marie Louise	SANT REMI - BUELLAS	13h30 MARIKET ET DENIS	13h45 Saint Remi sur la place du village
Mai 8	Cadoux Catherine	LENT	13h30 MARIKET PERONNUS	13h45 à la salle des Fêtes
Mai 15	Cadoux Catherine	LENT	13h30 MARIKET PERONNUS	13h45 à la salle des Fêtes

Après la marche, réunion chez Catherine ou Mado pour la constitution du calendrier à venir.

C.R. Des Balades De Tous Les Groupes

2022-10-10 grA - Pont d'Ain - la Cathérinette
Encore une grande (trop !) classique pour les anciens du groupe A : la Cathérinette du nom de la chapelle ...
[Lire La Suite](#)

2022-10-12 Gr C Chavannes Sur Suran
Nous avons fait 2 voitures de 4 au rendez-vous parking de la piscine... Nous sommes arrivées en même temps que le ...
[Lire La Suite](#)

2022-10-05 Gr C Rignat
C'est à 12 que nous avons marché 6 km300 avec un temps magnifique sur le joli parcours proposé par Mado. Nous ...
[Lire La Suite](#)

2022-09-26 grA - Le Jarbonnet
Ce lundi 26 septembre 2022, pour le groupe A, une grande classique : le Jarbonnet. Nous étions 18 au départ ...
[Lire La Suite](#)

2022-09-15 BOHAS-RIGNAT SOUS LA PLUIE
Les premiers réflexes que nous avons, à l'annonce du mauvais temps, c'est de rester chez soi. Or, ce jeudi 15 ...
[Lire La Suite](#)

2022-09-12 grA SELIGNAC
Balade ce lundi 12 septembre 2022 à Sélignac sur la commune de Conziest, Janie GUILLOT a proposé un circuit au ...
[Lire La Suite](#)

2022-09-08 GrA Serrières/Ain
Nous étions 9 ce jeudi 8 septembre 2022 pour la reprise de notre marche du groupe A. Jeanne-Marie Brevet nous ...
[Lire La Suite](#)

2022-05-18 Gr C Forêt de Seillon
Les 31 degrés prévus cet après midi ont dû dissuader les marcheurs... Nous redions que 4 sur le parking de Carrefour ...
[Lire La Suite](#)

2022-05-12 à Jujurieux marche grA
Par un temps un peu couvert mais chaud, nous étions 11 randonneurs du club au départ de Jujurieux ce jeudi ...
[Lire La Suite](#)

2022-05-04 Gr C Fromente
Bonsoir les amis du groupe C, Mercredi prochain, le 11 mai, le Club des Retraités organise un après-midi pétanque dans ...
[Lire La Suite](#)

2022-03-30 Gr C Le Planin
C'est Marie-France qui nous a proposé cette belle balade de 7 km à travers champs, sous-bois et étangs ...
[Lire La Suite](#)

2022-03-23 Gr C Dompiere sur Veyle
C'est Anne-Marie et Jean-Claude Roggerone qui ont conduit cette jolie marche à travers champs. Nous nous sommes retrouvés à ...
[Lire La Suite](#)

2022-03-21 Gr A Chavannes/sur/Suran
Ce lundi 21 mars, soleil et ciel bleu ont invité 11 marcheurs du club à découvrir la nature du côté ...
[Lire La Suite](#)

2022-04-27 Gr C Polliat
Simone nous a guidés sur de très beaux chemins sur 6km500, pour moitié dans les champs et l'autre dans les ...
[Lire La Suite](#)

2022-04-13 Gr C Lent
Nous n'étions que 7 aujourd'hui pour marcher à Lent. Après avoir longé le stade nous avons emprunté le chemin des ...
[Lire La Suite](#)

2022-03-30 Gr C Le Planin
C'est Marie-France qui nous a proposé cette belle balade de 7 km à travers champs, sous-bois et étangs ...
[Lire La Suite](#)

2022-03-23 Gr C Dompiere sur Veyle
C'est Anne-Marie et Jean-Claude Roggerone qui ont conduit cette jolie marche à travers champs. Nous nous sommes retrouvés à ...
[Lire La Suite](#)

2022-03-21 Gr A Chavannes/sur/Suran
Ce lundi 21 mars, soleil et ciel bleu ont invité 11 marcheurs du club à découvrir la nature du côté ...
[Lire La Suite](#)

2022-03-16 Gr C Veronneat
[Lire La Suite](#)

2022-03-09 Gr C Jasseron
[Lire La Suite](#)

2022-02-28 Gr A Le château de Thoi à
[Lire La Suite](#)

2022-02-09 Gr C Bohas
[Lire La Suite](#)

2022-02-07 Gr A Villereversure
[Lire La Suite](#)

Vous souhaitez lire un article cliquez sur lire la suite



Puis fermer le document ouvert en haut de l'écran


Pour le reste de la page

Informations sur la MGEN et La 2FOPEN


Infos De La MGEN

 Toutes les infos de la MGEN [sur le site](#)

Infos De La 2FOPEN-JS

 Toutes les activités de la 2FOPEN-JS [sur le site](#)

Dossier Médical Partagé



Pour tout savoir sur le Dossier Médical Partagé [un clic sur l'image](#)

Statistiques Du Site Retngen.org

+ 104921 visites

VOS ANNONCES



Connaissez vous l'espéranto ? [Clic sur l'image](#)

Rappel : Semadette Coulunier vous invite à consulter son blog
journalier. Pour cela Collez :
<http://lejour.honne.blog>
dans votre navigateur

Vous Connaissez ?



Le numéro de sécurité sociale
Connaitre/Expliquer [Clic sur l'image](#)



Des musiques du monde et de toutes les dates en suivant ce lien [radiooooo](#)




Le tour du Monde sans fatigue [Un clic sur la photo](#)

Il suffit de cliquer sur le drapeau d'un pays. Une carte apparaît, avec des tas de lumières scintillantes où vous pourrez choisir le pays de votre choix.
Lien : <http://www.denisjoubert.com>



Chaque point vert est une station de radio locale de n'importe où dans le monde. Lorsque vous cliquez sur le point, la station de radio est entendue immédiatement avec un excellent son.
[Un clic sur la mappemonde](#)

Vous voulez vous divertir, faire apprendre à vos petits-enfants, tester vos connaissances des tas de jeux éducatifs



[Clic sur l'image](#)

Et quelques informations ou sites intéressants auxquels vous avez accès dès que la main apparaît en cliquant gauche sur la souris ! essayez-les !

Vous pouvez nous en proposer d'autres s'ils sont gratuits...