

# UNE SEMAINE AU CLUB SANTE SENIORS MGEN 01



« La Conciergerie » ex conciergerie de la J.L.  
 42 rue Charles Robin 01000 Bourg en Bresse  
 Retrouvez toute l'actualité du club et les informations sur les activités sur notre site :  
[www.retmgen.org](http://www.retmgen.org)  
 Pour tout contact mail : [seniors.mgen01@retmgen.org](mailto:seniors.mgen01@retmgen.org)

Les activités sur fond coloré nécessitent la licence 2FOPEN

Les activités **en rouge** nécessitent un **certificat médical de non contre-indication**

Activités pratiquées en extérieur

Activités pratiquées en salle :

Clos J.L. salle Coquelicots 🍷, la conciergerie ★  
 Salle St Roch 💙 ;  
 Maison de la Citoyenneté et de la Culture 🏠

Ski et raquettes (stage de neige)  
 Sorties marche  
 Sorties vélo  
 Voyages et visites Activités de loisirs

|                        |                       |
|------------------------|-----------------------|
| <b>Danses du monde</b> | <b>Bowling</b>        |
| Informatique           | Bibliothèque          |
| Jeux de société        | Photo                 |
| Scrabble               | English practice      |
| Tarot                  | Animations des mardis |

La bibliothèque est accessible pendant les horaires d'ouverture de « la Conciergerie » ★

**Bowling** 1 séance par mois Saint Denis- Lès- Bourg Jour et heure à définir par les participants

**Des voyages, des sorties, des visites, des stages** (Cf. programmation annuelle voir sur le site)

**Poésie** Lieu et horaires donnés aux participants par l'animatrice

## Planning de la semaine saison 2025-2026

|                 |   |  |  |  |
|-----------------|---|--|--|--|
| <b>Lundi</b>    | ★ 9h-11h PHOTO<br>(Conciergerie)<br>Photo numérique/Traitement de l'image<br>une semaine sur 2 en alternance  |  | 13h15- 17h<br><b>SORTIES MARCHÉ</b><br>Groupe A et Groupe B (pour les lieux voir planning)               |  |
|                 | <b>Mardi</b>  | ★ 9h30-11h30<br><b>SCRABBLE</b><br>(Conciergerie)          | 💙 14h-17h<br>(Salle St Roch)<br><b>ANIMATIONS</b><br>(Programmation sur le site : conférences, films...) | ★ 14h-17h00<br><b>TAROT</b><br>(Conciergerie)  |
| <b>Mercredi</b> |   | 🏠 10h-11h15<br><b>ENGLISH PRACTICE</b><br>MCC salle SR1    | 9h15-11h15<br><b>ATELIER POESIE</b>  | 13h15- 17h<br><b>SORTIES MARCHÉ</b><br>Groupe C<br>(pour les lieux voir planning)          |
|                 | <b>Jeudi</b>  | ★ 9h15-11h15<br><b>INFORMATIQUE</b><br>(Conciergerie)      | Journée<br><b>ACTIVITES NEIGE</b><br>RV par courriel   | 13h15- 17h<br><b>SORTIES MARCHÉ</b><br>Groupe A et Groupe B (pour les lieux voir planning) |
| <b>Vendredi</b> |   | ★ 9h30 – 11h30<br><b>JEUX DE SOCIETE</b><br>(Conciergerie) | 🍷 14h-16h<br><b>DANSES DU MONDE ET DANSES EN LIGNE</b><br>Salle Coquelicots Clos J.L.                    |  |
|                 | <p><b>PERMANENCES CONCIERGERIE</b> ★</p> <p>Permanences inscriptions :10h-11h<br/> <b>Septembre</b> 12 /19 /26 <b>Octobre</b> 3 /10 /17<br/>                 Puis lors des réunions de bureau (voir planning affiché)</p> |  |  |  |