

# Planning d'activités Seniors

Les Mairies ainsi que L'UFCV vous proposent de  
participer à des Cycle d'activité :  
**Informatique / Bien vivre ma retraite**

**Pour les Seniors de Ecole-Valentin, Pirey, Miserey-Salines**

*Conditions d'inscription : Avoir au moins 60 ans*



## **Atelier bien-être** 10h-12h

### **Mardi 27 février 2024**

Présentation et quizz de  
culture générale

### **Mardi 12 mars 2024**

Gym douce

### **Lundi 18 mars 2024**

Prévention contre la  
cybercriminalité

### **Jeudi 11 avril 2024**

Code de la route

### **Lundi 6 mai 2024**

Bien être

### **Mardi 21 mai 2024**

Initiation aux langues  
étrangères

### **Lundi 27 mai 2024**

Droit retraite (CARSAT)

### **Lundi 3-juin 2024**

Marche

### **Lundi 17-juin 2024**

Bilan et moment de  
convivialité

## **Atelier informatique** 14h30-16h

**Mardi 27 février 2024**

**Mardi 12 mars 2024**

**Lundi 18 mars 2024**

**Jeudi 11 avril 2024**

**Lundi 6 mai 2024**

**Mardi 21 mai 2024**

**Lundi 27 mai 2024**

**Lundi 3-juin 2024**

**Lundi 17-juin 2024**

*\*Un cycle est une série d'activités sur un même thème avec une évolution*

**Activité gratuite, il suffit de vous inscrire**

**Par téléphone :**

**07.83.61.05.54**

**par mail :**

**Animation-Seniors.bfc@Ufcv.fr**

*(Possibilité de s'inscrire en demi journée ou en journée complète)  
(Possibilité de participer de manière ponctuelle ou à l'ensemble des sessions)*

*En cas de besoin, pour votre transport, vous pouvez réserver une place en minibus en le précisant  
lors de votre appel ou dans votre mail*

**UFCV**

**Carsat** Retraite  
& Santé  
au travail  
Bourgogne  
& Franche-Comté

*Mona Lisa*  
ENGAGÉS CONTRE L'ISOLEMENT DES ÂGÉS