



## Lettre d'information octobre 2020

**ORB22**  
Office des Retraités Briochins



**L'ORB vous accueille :**  
**Du lundi au jeudi de**  
**9h à 12h et**  
**de 14h à 16h45 et**  
**le vendredi de 9h à 12h**

**Pendant les vacances**  
**scolaires**  
**Du 19 au 30 octobre**  
**l'accueil est fermé les**  
**après-midis**

**ORB**  
**Office des Retraités**  
**Briochins**  
**6 bis rue Maréchal Foch**  
**22000 Saint-Brieuc**

**Tél : 02 .96.61.95.61**  
**Mail : [orb22@orange.fr](mailto:orb22@orange.fr)**  
**[www.orb22.fr](http://www.orb22.fr)**

### **Les activités de l'ORB, des places disponibles...**

La période de vacances se termine avec de belles journées ensoleillées, les activités reprennent leur place pour la nouvelle saison 2020/2021.

A ce jour, après ces 2 semaines de reprise, il reste quelques places disponibles pour les cours de :

**Gym Stretching :** assouplissement des articulations, étirements, respiration... que du bien-être et la satisfaction d'avoir bougé son corps !

**Brain Gym :** mouvements dynamiques, coordination, équilibre concentration, bien-être...

Mais aussi pour les activités :

Tai chi, Mélodie Interne, Qi Gong, Sophrologie, Yoga, Vidéo

**IL EST IMPORTANT DE NOUS FOURNIR VOTRE CERTIFICAT MÉDICAL**

Renseignements et inscriptions à l'accueil de l'ORB,  
6 bis rue Maréchal Foch à Saint-Brieuc  
(parking gratuit 1 heure à St Benoit).

Les clubs de Cesson, les Villages, Robien et Saint-Vincent de Paul sont ravis de pouvoir vous accueillir les mardis après-midi

**Retrouvez les actualités et les plannings des activités  
sur notre site : [www.orb22.fr](http://www.orb22.fr)**

## Informatique, mieux maîtriser !

Les cours d'informatique redémarrent dans notre salle dédiée à l'Ouest de Saint-Brieuc (stationnement facile), et nous pouvons vous proposer 8 places par cours pour répondre à vos besoins selon votre pratique. *Renseignements et inscriptions à l'accueil de l'ORB, 6bis rue Maréchal Foch à Saint-Brieuc (parking gratuit 1 heure à St Benoit).*



\* Cours **DEBUTANT** avec Jean-Claude et Régine pour internet principalement et autres utilisations de l'ordinateur, le **lundi de 14h à 15h30 en 10 séances** à partir du 02/11/2020 (50€)

\* Cours **DEBUTANT** avec Jean-Philippe et Michelle pour internet principalement et autres utilisations de l'ordinateur, le **mercredi de 10h à 11h30 en 15 séances** à partir du 02/11/2020 (73€)

\* Cours **FORMATION**, avec Ivan, le **lundi de 10h à 11h30 en 20 séances** à partir du 02/11/2020 (97€), pour revoir les différentes utilisations de votre ordinateur, la suite d'un cours de débutant ou pour vous réapproprier les applications, méthodes de recherche, messagerie, vous sentir à l'aise avec votre ordinateur.

\* Cours **PERFECTIONNEMENT**, avec Jacques et André, le **jeudi de 10h-11h30 en 10 séances**, à partir du 02/11/2020 : (50€)  
Pour des apprenants d'un assez bon niveau.

\* Cours **FORMATION-REVISION**, avec Rolande, le **vendredi de 10h à 11h30 en 5 séances**, du 02/11/2020 au 04/12/2020 : (25€)  
- Traitement de texte WORD, révision des menus pour mise en forme, copier/coller, puces pour énumération, insertion d'images, ...  
- Classement, répertoires, enregistrement et noms des fichiers, clé USB.

\* Cours **PHOTO-FILTRE PERFECTIONNEMENT** avec Jean-Claude et Régine pour ceux qui ont déjà suivi les cours des sessions précédentes, le **mardi de 10h à 11h30 en 10 séances** à partir du 02/11/2020 (50€).

### Des dates à noter :

*Réunion de "Une sortie ensemble" le 7 octobre à la cafétéria*

*Reprise des conversations :*

*Gallo le 8 octobre, Allemand et Breton le 2 octobre*

*Atelier Lecture Ecriture à Louis Guilloux le 1<sup>er</sup> octobre*

*Origami le 1<sup>er</sup> octobre*

**Assemblée Générale de l'ORB le mercredi 25 novembre 14h30 à la petite salle de Robien**