



Office des Retraités Briochins

6 Bis Rue Maréchal  
Foch  
22000 Saint Brieuc  
02.96.61.95.61  
[orb22@orange.fr](mailto:orb22@orange.fr)

**HORAIRES**  
lundi - mardi - jeudi  
de 9h à 12h /  
14h à 16h45  
mercredi et vendredi  
de 9h à 12h

## LETTRE D'INFORMATION - MAI

**RAPPEL : jours fériés du mois de MAI**


**Les vendredis 1<sup>er</sup> et 8 mai.**  
**Pont de l'ascension le jeudi 14 mai (pas de cours le**  
**vendredi) Lundi de Pentecôte le lundi 25 mai**

 Prochainement en mai PASSEPORT RETRAITE parlez-en autour de  
vous **inscription à partir du lundi 20 avril uniquement**

### VOS RENDEZ-VOUS

 Une sortie ensemble le mercredi 6 mai

 Repas du club de Robien le jeudi 21 mai

 Test auditif réalisé par Audilab à l'ORB le vendredi 22 mai  
(sur inscription - places limitées)

### A NE PAS MANQUER !

#### Ateliers cuisine et nutrition animés par des diététiciennes :

**"Bien s'alimenter pour garder sa force"** : Jeudi 7 mai de 10h à 12h à la cafétéria de l'ORB 22.  
Atelier cuisine participatif, avec un focus sur les protéines et sur la prévention de l'ostéoporose par  
l'alimentation.

**"Bien manger pour prendre soin de son cœur"** : Lundi 18 mai de 10h à 12h à la cafétéria de l'ORB 22.  
Atelier cuisine participatif, avec un focus sur les protéines et sur le choix des matières grasses.

Inscription au **02 96 61 95 61** (selon les places disponibles, 10 personnes par atelier).

**"Café conso"** : Mardi 5 mai 14h30 à la cafétéria de l'ORB

Évitons les arnaques - "les mutuelles"

**"Animation escalade"** : jeudi 21 mai journée dédiée aux + de 60 ans  
lieu The Roof (BDS) à Saint-Brieuc  
(entrée gratuite sans inscription)

**Retrouvez toutes nos actualités sur notre site internet**

(Vous pouvez aussi y retrouver cette lettre d'information)

<https://www.orb22.fr>

