



MAINTENIR



ATELIERS NUMÉRIQUES

Pour les plus de 55 ans

Carsat Retraite
& Santé
au travail

Nos ateliers permettent, en petits groupes, d'**apprendre à utiliser un smartphone ou une tablette.**

Cycle de 15 séances

DATES ET HORAIRES AU VERSO



GRATUIT

SUR INSCRIPTION !



04 78 58 05 68



prevention@maintenir.asso.fr

villeurbaine

CCAS Centre
communal
d'action
sociale
VILLEURBANNE

www.maintenir.asso.fr

SUITE 2025

DATE/HORAIRE/LIEU	ADRESSE
Groupe 1 : les jeudis, à partir du 20/02 (10h45/12h15)	Maison Berty Albrecht
Groupe 2 : les mardis et jeudis, à partir du 01/04 (09h/10h30)	Maison Berty Albrecht
Groupe 3 : les mardis, à partir du 16/09 (15h45/17h15)	Maison Ravier Lyon 7
Groupe 4 : les jeudis, à partir du 18/09 (14h/15h30)	Escales solidaires 6ème, Spot séniors
Groupe 5 : les mardis et jeudis, à partir du 16/09 (10h45/12h15)	Maison Berty Albrecht



A Villeurbanne : Maison Berty Albrecht

14 Pl. Jules Grandclément, 69100 Villeurbanne

Maison Ravier Lyon 7

7 rue Ravier, 69007 Lyon

Escales solidaires 6ème, SPOT séniors

78 Rue Tronchet, 69006 Lyon



Grâce aux ateliers, je peux envoyer et recevoir des photos de mes petits enfants, lire mes mails. Le groupe est super sympa et on s'entraide durant les ateliers.

Eliane, 82 ans



NOUS PROPOSONS ÉGALEMENT...



Gym chinoise

Adapté aux séniors



Marche nordique

Retrouver une forme physique