

NOUVEAU

INITIATION À L'INFORMATIQUE

Le Centre communal d'action sociale (Ccas) de la ville de Douai propose des **ateliers numériques** pour les seniors de 60 ans et plus.

Cette initiation vous permettra de (re)découvrir l'outil informatique mais surtout son utilisation. L'occasion pour celles et ceux peu habitués aux écrans d'apprendre **comment se servir d'une boîte e-mail, effectuer des recherches sur internet, faire des démarches en ligne, échanger sur les réseaux sociaux...**

5 sessions de 10 séances (2h/séance) seront programmées dans les différents quartiers de la ville.

Tarif : 50 € la session de 10 séances (soit 20h)

Inscriptions et renseignements : 03 27 94 32 00

CCAS DE Douai

Centre Communal d'Action Sociale



NOUVEAU

MARCHER AU GRAND AIR

Le Centre communal d'action sociale (Ccas) de la ville de Douai propose des **randonnées promenades de 5 à 10 km (selon le niveau)**, réservées aux personnes de 60 ans et plus.

Une activité douce et tonique qui entretient le corps et offre un moment idéal de communion avec la nature et de (re)découverte de l'environnement.

- Marche active **le mercredi** de 10h à 12h
- Marche promenade **le jeudi** de 10h à 12h

Tarif : 21,10 € / an (coût de la licence sportive)
Inscriptions et renseignements : 03 27 94 32 00

CCAS DE Douai
Centre Communal d'Action Sociale

