

NEWSLETTER

ESPACE GENERATION RETRAITE - MARS 2024

SCRAPBOOKING

Thème: Album photos souvenirs.

Mercredi 20 mars 2024. De 14h00 à 17h00.

Salle 1 au 2ème étage. Immeuble La Calade. **Tarif : 40€ le kit.**

Inscriptions au 06 14 46 27 86.



ATELIER FLORAL

Thème : Bouquet Champêtre .

Mercredi 6 mars 2024. De 14h00 à 16h00.

Salle 1 au 2ème étage. Immeuble La Calade. **Tarif : 30€ / l'atelier.**

Inscriptions au 04 67 94 66 31.



PEINTURE

Thème : Carnet de Voyage.

Avec cet atelier, vous apprendrez à composer un carnet de voyage ainsi que le matériel qui vous sera utile. Cet atelier sera en deux parties. Vivacité du geste - sujets à peindre - rendre les ambiances.

Jeudi 21 mars 2024. De 14h30 à 16h30.

Salle 2 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

Tarif : 12 € / l'atelier.

Inscriptions au 04.67.94.66.31.



JOURNEE DE LA FEMME

FILM



Thème : Comédie

Nancy Stokes, enseignante à la retraite, a vécu une vie sage et sans excès. Après la mort de son mari, elle est prise d'un inavouable désir d'aventure. Elle s'offre alors les services d'un jeune escort boy, Léo Grande. Mais cette rencontre improbable pourrait leur apporter bien plus que ce qu'ils recherchaient et bouleverser le cours de leur vie..

Vendredi 8 mars 2024. A 14h00.

Salle 3 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

Inscriptions au 04 67 94 66 31.
(Places limitées à 25 personnes).



CULTURE & SCIENCE

AXIOMES

Thème : Science -fiction.

Sébastien Oreste Agathois, né en 1978 , est tailleur de pierre de profession et exerce toujours en Occitanie.

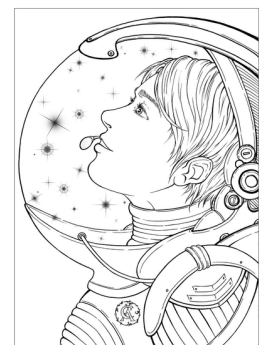
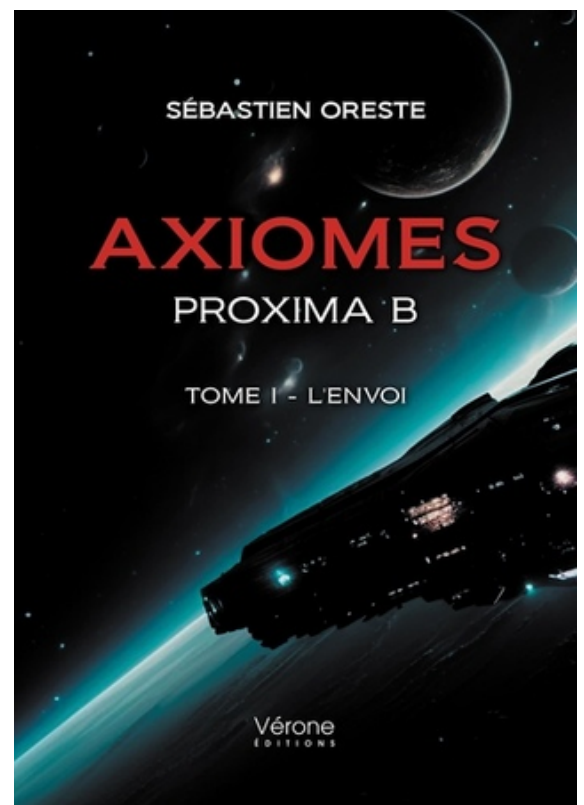
Passionné de science-fiction et rêvant aussi de construire un livre depuis son enfance, il sort ce premier roman en 2023. Fasciné entre autres par l'univers des films 2001 l'Odyssée de l'espace, contact Interstellar, ces jalons du genre, l'ont conduit à écrire **Axiomes**.

Venez rencontrer Sébastien qui vous présentera son livre.

Mardi 19 mars 2024. De 14h00 à 16h30.

Salle 2 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

Inscriptions au 04 67 94 66 34.



CULTURE & SCIENCE

ASTRONOMIE

Conférence : Le devenir de la Terre.

Mardi 5 mars 2024. De 14h30 à 16h00.

Salle 2 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

Inscriptions obligatoires au 04 67 94 62 72.



gratuit

NOTES

.....

.....

.....

.....

.....

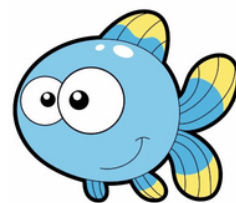
.....

.....



MAISON DE LA MER

CONFERENCE



Thème : Habitat et Espèces.

Mercredi 20 mars 2024. De 14h00 à 15h30.

Maison de la Mer. Rue de la Capitainerie Cap d'Agde.

Inscriptions au 04 67 94 66 31 ou 04 67 94 62 72.



gratuit



DECOUVERTE

NUMEROLOGIE

Thème : Mieux se connaître !

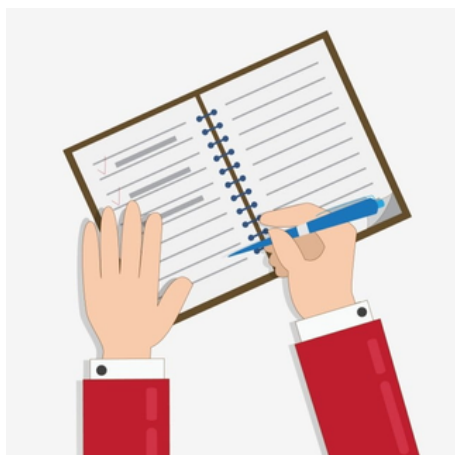
Le nombre de réalisation : Vivre son plein potentiel. Leçons Karmique : Les points d'améliorations à travailler. L'année personnelle : Chapitre de vie , les enjeux de son année. Le code d'évolution.

Mardi 12 Mars 2024. De 14h00 à 16h00.

Salle 2 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

Tarif : 15€ / l'atelier.

Inscriptions obligatoires au 04 67 94 62 72.



NOTES

.....

.....

.....

.....

.....

.....

SEMAINE DU CERVEAU

PROJECTION ET DÉBAT



Projection: Golden Seniors. Film de François Kohler (2023), Suisse - 1h 23.

L'aventure de cinq seniors qui s'engagent dans un intense entraînement de leur esprit, mesuré aux fins d'une étude scientifique évaluant **l'impact de la méditation sur le vieillissement**. Une expérience sur le Bien vieillir.

Suivie d'un échange sur les Bienfaits de la Méditation avec **Madame Véronique Brand-Arpon**, Thérapeute spécialisée en Méditation de l'équipe du Centre de Thérapies Troubles de l'Humeur et Emotionnels / Borderline, CHU de Montpellier, sous la responsabilité du Dr Ducasse.

Vendredi 15 mars 2024. A 15h00.

Cinéma Le travelling, rue des Tuileries, 34300 Agde. **Tarifs habituels.** Renseignements sur cineagde.com



« 26e édition de la Semaine du Cerveau ».

La semaine du Cerveau coordonnée par la Société des Neurosciences aura lieu du 1er au 29 mars à Montpellier et sa région (en national du 11 au 16 mars). Pendant tout le mois de mars, le grand public pourra aller à la rencontre des chercheurs pour apprendre à mieux connaître le cerveau et s'informer sur l'actualité de la recherche à travers des conférences, des ciné-débats, des ateliers, des bars des sciences, etc...

Plus d'infos : www.semaineducerveau.fr/2024/

PREVENTION ROUTIERE

TOUT UN PROGRAMME

Thème 1 : Initiation aux Gestes de Premiers Secours en partenariat avec la Croix Rouge.

Lundi 25 mars 2024. Deux groupes (Places limitées à 12 personnes / groupes).

De 13h30 à 15h30. Groupe 1.

De 15h30 à 17h30. Groupe 2.

Salle 1 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

Inscriptions au 04 67 94 62 72.



Thème 2 : Ateliers Prévention Routière en partenariat avec la Préfecture de l'Hérault.

Mardi 26 mars 2024.

De 10h30 à 12h00 : Les Effets de l'alcool. Salle 3 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

De 14h00 à 15h00 : Quizz ludique sur le Code de la route. Salle 2 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

De 15h00 à 16h00 : Atelier A vos reflexes ! Salle 2 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

Inscriptions au 04 67 94 62 72. (Places limitées).



PREVENTION ROUTIERE

SUITE DU PROGRAMME



Thème 3 : Deux dépistages en partenariat avec MUTUALIA.

Dépistage Vision : Mercredi 27 mars 2024. A partir du 9h00.

Sur inscriptions.

Bureau de permanence Mutualia.
1er étage. Immeuble La Calade.

Dépistage Auditif: Vendredi 29 mars 2024. A partir de 9h00.

Sur inscriptions.

Bureau de permanence Mutualia.
1er étage. Immeuble La Calade.

**Réservations auprès de
Stéphanie AZMEA au 06 80 91
50 24.**



**Thème 4 : Atelier Santé en partenariat
avec l'Association QUE CHOISIR.
Comment réduire les risques au volant ?**

Vendredi 29 mars 2024. A 14h00.

Salle 1 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

Inscriptions au 04 67 94 62 72.



PREVENTION SANTE

CODES 34

Groupe de paroles et d'échanges sur différentes thématiques du Bien-Vieillir.

Mercredi 13 mars 2024 : Quelle mémoire ! Trucs et astuces. De 14h00 à 15h30.

Mercredi 27 mars 2024 : : L'exploration de nos précieux souvenirs. De 14h00 à 15h30.

Salle 2 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

Inscriptions au 04 67 94 66 34.



gratuit