NEWSLETTER

ESPACE GENERATION RETRAITE - AVRIL 2024.

SCRAPBOOKING

Joyeuses Pâques !

Thème : Album photos souvenirs.
Mercredi 17 avril 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 : Composition pour Pâques .
Mercredi 3 avril 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 (suite).
Au mois d'avril, nous créons une planche de carnet de voyage avec des photos d'Agde. N'hésitez pas à ramener vos photos.
Jeudi 18 avril 2024. De 14h30 à 16h30.
Salle 2 au 2ème étage. Immeuble La Calade.
Tarif : 12 € / l'atelier.
Inscriptions au 04.67.94.66.31.

TROC AND TROC

TROC AND TROC

gratuit

Pour participer au TROC and TROC.

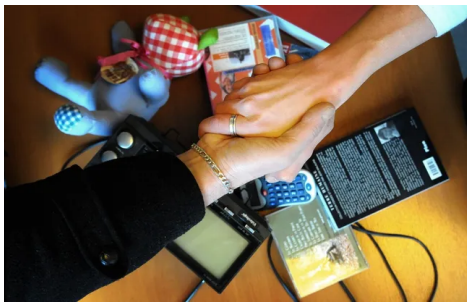
Ne venez pas les mains vides !

Le principe est de **troquer** des objets, plants, boutures, CD, livres, bijoux fantaisies, vêtements, autres accessoires en toute convivialité.

Vous pouvez :
soit réserver un stand pour **troquer** des objets, une petite collection en amateur “ fèves, capsules, petits bibelots”...
Réservations stand au 04 67 94 66 31.

soit venir en visite libre avec quelque chose à **troquer à partir de 10h00.**

Nous ne troquons pas des objets de valeur.
Nous ne monnayons pas les objets.
C’est gratuit et bon enfant !



Vendredi 26 avril 2024. De 10h00 à 13h00.

Jardin du Foyer Restaurant La Calade.

SORTIE

CABARET A MAGALAS

15 ou 16 avril 2024

9h00. Départ d'Agde en direction de Bessan. Visite de l'établissement des parfums Marty.

Vers 12h00. Déjeuner Spectacle au Cabaret Le SHOWBIZZ. Le cabaret vous propose une revue digne des plus grands Cabarets Parisiens.

MENU.

Kir de bienvenue

Moelleux de Foie gras

Délice de volaille

sauce moutarde et muscat

& accompagnements

Tiramisu fruits rouge

Vin et café

Continuation par la visite du Moulin RAMUS à Bessan. Visite du domaine, explication sur la culture de l'Olivier dans notre Région, les techniques d'extraction ancienne et moderne de l'huile d'Olive. Dégustation en fin de visite. En fin d'après-midi, retour vers Agde.

Prix par personne : 75 €

Inscriptions :

Le mardi 26 mars 2024.

De 9H30 à 11H00.

RDC Foyer Restaurant de La Calade.

(110 Places disponibles / jours)

CULTURE & SCIENCE

PNC AUX PORTES...

Thème : Autobiographie.

Jeff Talo est né en 1944 à Nice. Aujourd'hui retraité Agathois, il nous invite à découvrir son expérience personnelle au travers de son livre.

Ce dernier retrace sa carrière en tant que Personnel Navigant Commercial à Air France, entre les années 1970 et 1990.
Il a successivement exercé en tant que steward, chef de cabine puis chef de cabine principal.
Vous saurez tout de la vie en escale et des relations entre Pilotes et PNC.
Une quantité d'anecdotes émaillent ce récit, certaines amusantes, d'autres qui auraient pu être dramatiques.

Un parcours de vie surprenant, à ne pas manquer !

Lundi 29 avril 2024. A 14h30.
Salle 1 au 2ème étage. Immeuble La Calade.
Inscriptions au 04 67 94 66 34.

CULTURE & SCIENCE

ASTRONOMIE

gratuit

Thème : Le devenir de la terre.

Mardi 2 avril 2024. De 14h30 à 16h30.

Salle 2 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

Inscriptions au 04 67 94 62 72.

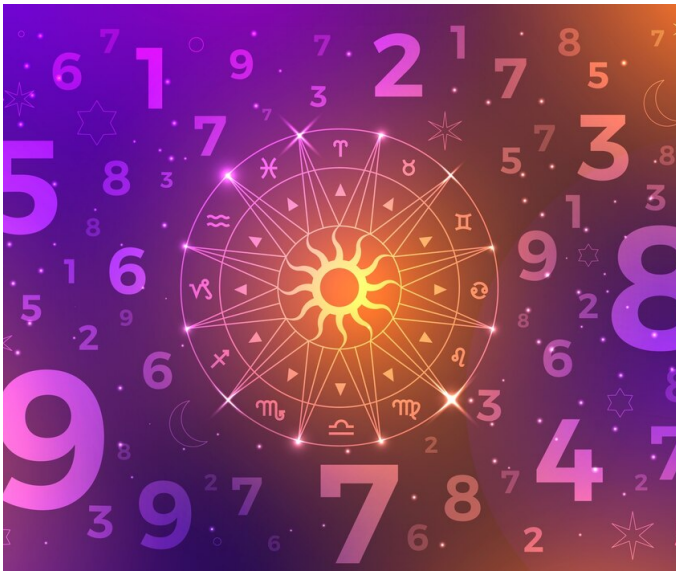
NOTES

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

DECOUVERTE

NUMEROLOGIE

Nouvelle session!



Thème : Mieux se connaitre !
Le jour de la semaine; le jour du mois de naissance ; le mois de naissance ; les initiales ; le chemin de vie.
Mardi 9 avril 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.

ATELIER D'ECRITURE

Thème : Prendre sa plume !
Viviane vous propose d'animer un atelier d'écriture dont l'idée est de réveiller votre créativité, la réceptivité, l'expression de son imagination autour d'un mot, d'un groupe de mots ou d'un thème.
Lundi 15 avril 2024. De 14h00 à 16h00.
Salle 1 au 2ème étage. Immeuble La Calade.
Inscriptions au 06 12 06 51 56.

MUSIQUE & DANSE

KARAOKE

Thème : Variétés Françaises.

Jeudi 25 avril 2024. De 14h00 à 16h30.
Salle 2 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

Inscriptions au 04 67 94 64 62.
Places limitées à 25 personnes.

APRES-MIDI DANSANT

Thème : Variétés.
Nos animateurs des Ateliers Danses, vous invitent à vous déhancher au Moulin des Evêques. L'après-midi sera animée par **Les Baladins.**
Jeudi 11 avril 2024. De 14h00 à 16h00.
Moulin des Evêques.
Inscriptions au 04 67 94 66 31.

MAISON DE LA MER

CONFERENCE

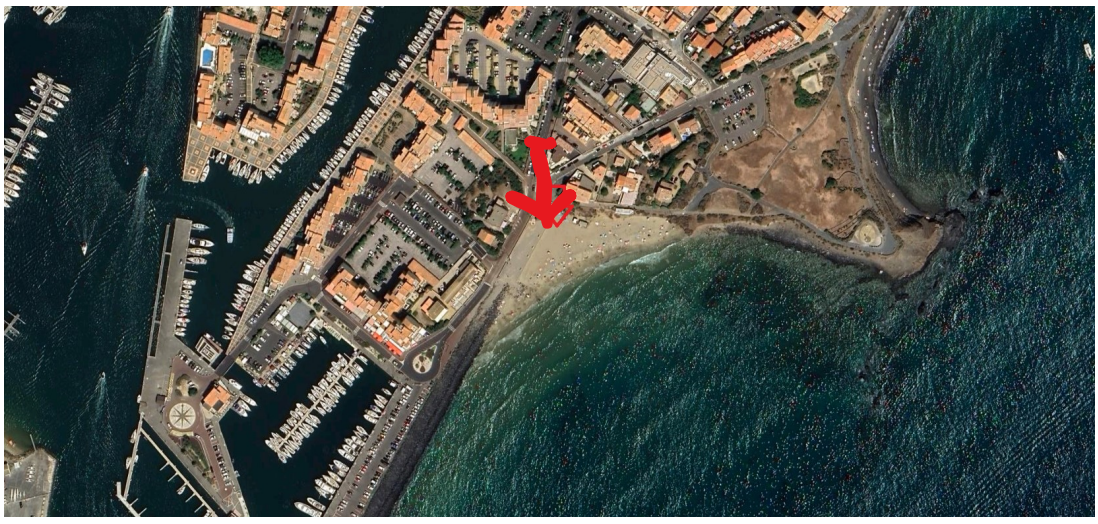
Thème : Balade littorale “Aire marine protégée”.

Vendredi 5 avril 2024. A 14h00.

RDV à Plage de la Plagette (au niveau du poste de secours) Cap d‘Agde.

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

gratuit



FRANCE RENOV'

INFORMATION

gratuit

Comment rendre votre habitat plus confortable et adapté à vos besoins ?
Des travaux de rénovation et d'aménagement sont possibles pour gagner en autonomie.
Afin de connaitre les dispositifs existants, notre conseillère **France RENOV'** vous invite à une réunion d'information.

Vendredi 5 avril 2024.
A 14h00.

Salle 1 au 2ème étage.
Immeuble La Calade.

Renseignements et inscriptions au 04 67 94 66 34.

AGENDA

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

BRAIN UP

BIEN MANGER

gratuit

L'Espace Génération Retraite en partenariat avec **l'Association BRAIN UP** vous propose de participer au programme :
« L'alimentation : une alliée pour la santé ».
Sur 5 semaines, ce programme sera l'occasion d'échanger avec une diététicienne diplômée sur les thématiques suivantes :
L'équilibre alimentaire et les composantes essentielles.
Gérer les coups de fatigue par l'alimentation, l'équilibre des repas.
L'alimentation, les allergies, la mode du "sans".
Lire et surtout comprendre l'étiquetage des aliments.
Manger équilibré à petit budget.

Il se déroulera les vendredis 26 avril, 3, 10, 17 et 24 mai 2024.
De 14h à 16h.
Salle 1 au 2ème étage.
Immeuble La Calade.

Inscriptions au 04 67 94 66 34.
Places limitées.

Ce programme est financé grâce au soutien du Département de l'Hérault.

PREVENTION SANTE

CODES 34

gratuit

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

Mercredi 10 avril 2024.
La technologie et le changement : quels défis ? De 14h00 à 15h30.
Salle 2 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

Mercredi 24 avril 2024.
Mon sommeil et mes rêves. De 14h00 à 15h30.
Salle 2 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

Inscriptions au 04 67 94 66 34.

ccas CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE DE LA VILLE D'AGDE

Retrouvez nos informations sur https://ccas-agde.fr