

# NEWSLETTER



**ESPACE GENERATION RETRAITE - DECEMBRE 2024.**

## ATELIER FLORAL

**Thème : Centre de Table de Noël.  
Lundi 2 décembre 2024. De 14h00  
à 16h30. Salle 4 au RDC du Foyer  
de La Calade.**

**Tarif : 30€ l'atelier.**

**Inscriptions au 04 67 94 66 31.**



## MAG NATURECREA

**Thème : Création d'un Terrarium.  
Vendredi 6 décembre 2024. De  
10h30 à 11h30. Salle 1 au 2ème  
étage. Immeuble de la Calade.**

**Tarif : 5 € l'atelier. Une plante,  
bocal à fournir (minimum 12 cm).**

**Tarif : 25€ l'atelier. Trois plantes et  
bocal fournis par l'intervenante.**

**Inscriptions au 06 60 09 36 34.**



## PEINTURE

**Thème : Paysages hivernaux.  
Matériel à apporter : aquarelle  
différents bleus (4 ou 5)  
pinceaux, papier 300gr, calendrier  
ou journal pour protéger la table.  
Jeudi 19 décembre 2024. De  
14h00 à 17h00. Salle 2 au 2ème  
étage. Immeuble La Calade.**

**Tarif : 12€ la séance.**

**Inscriptions au 06 31 28 35 05.**



# ATELIERS BIEN-ETRE

## LITHOTHÉRAPIE



**Thème: Soutien du système immunitaire et vitalité.**

**Création d'un objet personnalisé (bracelet, pendentif...).**

**Lundi 2 décembre 2024. De 14h00 à 16h00.** Salle 1 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

**Tarif : 20€ la séance.**

**Inscriptions au 04 67 94 60 74.**

## HOME SERENI-TRI

**Thème : Atelier Senteurs.**

**Décoration d'une suspension en argile et fabrication d'une senteur pour la parfumer.**

**Lundi 09 décembre 2024. De 14h00 à 16h00.** Salle 1 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

**Tarif: 10 euros la séance.**

**Inscriptions au 04 67 94 60 74.**



# CHANTS

## KARAOKE



**Thème : Chansons de Noël.**

**Vendredi 20 décembre 2024. De 14h00 à 16h30.** Foyer Restaurant de la Calade.

**Inscriptions au 04 67 94 94 64.**

*gratuit*



# PREVENTION SANTE

gratuit

CODES 34

Groupe de paroles et d'échange sur différentes thématiques pour Bien- vieillir..

The flyer features a central photograph of three smiling elderly individuals. The text is arranged around and over the photo. At the top left is the 'codes 34' logo. The main title 'PARLONS ENSEMBLE' is in a large, white, rounded font on a red background. Below it, a yellow banner says 'VENEZ (RE)NOUER DES LIENS'. Several green speech bubbles contain topics: 'A l'écoute des aidants', 'L'amour et l'amitié', 'Au cœur des cultures', 'Nos amis les bêtes', and 'Nouveaux loisirs'. A green banner at the bottom left indicates '60 ANS ET +' and 'DATE ET THÈME DE LA PROCHAINE SÉANCE:'. A red banner at the bottom right says 'VENEZ PARTAGER UN MOMENT EN GROUPE, C'EST GRATUIT!' and 'INSCRIVEZ-VOUS AU: 06.79.01.15.01'. The bottom of the flyer is filled with various partner logos including Sécurité Sociale, Carsof, ENRAGE, arS, and others.

**Vendredi 13 décembre 2024.**

**Agir pour sa santé et sa communauté : Devenez acteur du changement.**

**De 10h45 à 12h00.** Salle 3 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

**Vendredi 20 décembre 2024.**

**L'intelligence artificielle, promesses et dérives à surveiller.**

**De 10h45 à 12h00.** Salle 3 au 2ème étage. Immeuble La Calade.

**Inscriptions au 06 79 01 15 01.**





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