Calendrier
MIRABELLE DU CCAS

Mars/Avril 2020

Vive le Printemps !

LE « TROC DES PLANTES »
VENDREDI 3 AVRIL 2020
À PARTIR DE 10H00 JUSQU'À 12H30

Préparer vos boutures, plans, semis, graines pour notre rendez-vous annuel du « Troc des plantes ». À cette occasion, vous rencontrerez nos bénévoles de l'atelier jardinage et nos partenaires engagés dans le respect de l'environnement.
Dans le jardin du foyer de la Calade.
Venez nombreux à cette rencontre.

Entrée libre et gratuite.

Renseignements Céline au 04 67 94 66 31 et Zahra au 04 67 94 60 74

Retour en images sur les ateliers

ATELIER TAI-CHI

ATELIER YOGA DU RIRE

À noter

SI L'ON SORTAIT…
Musée Dali et Jonquera
Mardi 14 avril 2020
Fête des fleurs à Gérone
Du 18 au 21 mai 2020
(séjour de 4 jours)
Voir détail P3

agde Archipel de vie

Le Calendrier

Mars 2020

LES ATELIERS

- **Mercredi 4 : ATELIER « JARDINAGE »**
  De 14h30 à 16h30. *Salle 1, 2ème étage immeuble Jardin de la Calade. Agde*
- **Lundi 9 : ATELIER « LECTURE »**
  De 14h30 à 16h30. *Ouvrage « Trois jours et une vie » de Pierre Lemaitre. Salle 1, 2ème étage immeuble Jardin de la Calade. Agde*
- **Jeudis 12 et 26 : ATELIER « DANSES DE SALON**
  de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00. *Salle du Greta, Domaine Saint-Martin. Agde (Centre de Loisirs)*

LES JEUDIS CINÉCLUB

Jeudi 5 : Heidi • **Jeudi 12 :** Cheval de guerre • **Jeudi 19 :** Cendrillon (le film) • **Jeudi 26 :** La croisière
À 14h00. Salle 4, rez-de-chaussée immeuble Jardin de la Calade. Agde

> Repas « Fête du Printemps » dans les foyers

- **Jeudi 23 avril 2020 à 12h00**
  Foyer Jean Félix, Le Grau d'Agde
- **Vendredi 24 avril à 12h00**
  Maison du Temps Libre, Le Cap d'Agde
  et Foyer de la Calade à Agde

Tarif : 15 euros par personne. Inscriptions à partir du lundi 9 mars 2020 auprès des gestionnaires des Foyers.

Renseignements
JARDIN DE LA CALADE - AGDE - 04 67 94 62 75

MAISON DU TEMPS LIBRE - LE CAP D'AGDE - 04 67 26 27 53

FOYER JEAN FÉLIX - LE GRAU D'AGDE - 04 67 00 80 65

Avril 2020

LES ATELIERS

- **Mercredi 1er : ATELIER « JARDINAGE »**
  De 14h30 à 16h30. *Salle 1, 2ème étage immeuble Jardin de la Calade. Agde*
- **Jeudis 2 et 23 : ATELIER « DANSES DE SALON »**
  De 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00. *Salle du Greta, Domaine Saint-Martin. Agde (Centre de Loisirs)*
- **Lundi 6 : ATELIER « LECTURE »**
  Ouvrage « Le temps est assassin » de Michel Bussi.
  De 14h30 à 16h30 . *Salle 1, 2ème étage immeuble Jardin de la Calade. Agde*

LES JEUDIS CINÉCLUB

Jeudi 2 : Un secret • **Jeudi 9 :** De l'eau pour les éléphants • **Jeudi 16 :** La bonne copine • **Jeudi 30 :** Michou d'Auber.
À 14h00. Salle 4, rez-de-chaussée immeuble Jardin de la Calade. Agde

> DANS LES FOYERS

EN MARS

Les Concours : Mercredi 4 : Coinchée à Agde ; **Jeudi 5 :** Belote au Cap d'Agde ; **Mercredi 11 :** Rami à Agde ; **Jeudi 12 :** Coinchée au Cap d'Agde ; **Vendredi 13 :** Belote au Grau d'Agde ; **Mercredi 18 :** Belote à Agde ; **Vendredi 20 :** Rami au Grau d'Agde ; **Jeudi 26 :** Rami au Cap d'Agde ; **Vendredi 27 :** Coinchée au Grau d'Agde

Les lotos : Vendredi 6 : loto au Grau d'Agde, **Jeudi 19 :** loto au Cap d'Agde, **Mercredi 25 :** loto à Agde

EN AVRIL

Les Concours : Mercredi 1 : Coinchée à Agde ; **Jeudi 2 :** Belote au Cap d'Agde ; **Mercredi 8 :** Rami à Agde ; **Mercredi 15 :** Belote au Grau d'Agde ; **Jeudi 16 :** Rami au Cap d'Agde ; **Vendredi 17 :** Coinchée au Grau d'Agde ; **Mercredi 22 :** Belote à Agde ; **Vendredi 24 :** Rami au Grau d'Agde ; **Jeudi 30 :** Coinchée au Cap d'Agde

Les lotos : Vendredi 3 : loto au Grau d'Agde, **Jeudi 9 :** loto au Cap d'Agde, **Mercredi 29 :** loto à Agde

Et si l'on sortait

MUSÉE DALI ET JONQUERA
MARDI 14 AVRIL 2020

7h00 : départ d'Agde en direction de Perpignan.

Visite du Musée Dali à Figueras. Le Théâtre-Musée Dali, le plus grand des objets surréalistes du monde, est installé dans une construction du XIXème siècle qui fut l'ancien Théâtre Municipal, détruit à la fin de la guerre civile. C'est sur ces ruines que Salvador Dalí décida de construire son Musée.

Déjeuner au « Grand Buffet de la Jonquera » : buffet à volonté (plus de 120 plats proposés) avec apéritif, vin, café et Cava.

Après-midi : temps libre pour les achats à la Jonquera, puis retour vers Agde.

Prix par personne : 55 €.
Inscription le mardi 17 mars à 9h00

Rez-de-Chaussée, cafétéria du Foyer de la Calade, immeuble Jardin de la Calade. Agde

FÊTE DES FLEURS À GÉRONE
DU 18 AU 21 MAI 2020 (SÉJOUR DE 4 JOURS)

8h00 : départ d'Agde en direction de l'Espagne.

Jour 1 : Agde / Costa Brava

Jour 2 : Gérone

Jour 3 : Marché / Tossa de Mar

Jour 4 : Costa Brava / Lloret del Mar / Jonquera / Agde

Prix par personne 250 € (possibilité de paiement en deux fois 125€).

Inscription le mardi 17 mars à 9h00

Rez-de-Chaussée, cafétéria du Foyer de la Calade, immeuble Jardin de la Calade. Agde

> À vos baskets

Réinscriptions GYM troisième trimestre : du 16 au 20 mars 2020. Auprès de Céline au 04 67 94 66 31 et de Zahra au 04 67 94 60 74

1er étage du Foyer de la Calade, immeuble Jardin de la Calade. Agde

TARIF : 19 €

Pas d'encaissement sur place mais vous avez la possibilité d'adhérer à la facture en ligne via l'espace famille, d'**adhérer au prélèvement automatique** (munissez-vous pour cela d'un Relevé d'Identité Bancaire) ou par chèque bancaire auprès du régisseur - 2ème étage Espace Mirabel - Direction du CCAS rue Alsace Loraine ou par voie postale : Mairie d'Agde - CCAS CS 20 007 34306 Agde Cedex.

> Actions collectives

Découverte « Jeu du Tao »

Vous avez une idée à concrétiser ? Un projet personnel ou collectif à mettre en œuvre ? Qu'il soit personnel, matériel, relationnel ou créatif, le « Jeu du Tao » vous aide à réaliser vos objectifs de vie. C'est un outil de développement humain qui puise dans l'intelligence collective pour que chacun avance sur son chemin de vie de manière ludique, bienveillante et décontractée.

Si vous êtes intéressés par une partie, informations auprès de Véronique Carrié au 04 67 94 62 72

Bien vivre chez soi - Rénovation énergétique

En partenariat avec le Point Conseil Budget du CCAS animé par Stéphanie Barrau, Conseillère en économie sociale, Gisèle Ponmassip gestionnaire du Service politique de l'Habitat de la Communauté d'Agglomération Hérault Méditerranée et Fateh Tebbakha Architecte PACT SOLIHA Hérault. L'Espace Génération Retraite vous propose une action d'information sur les aides des travaux de rénovation énergétique mardi 10 mars à 14h30 en salle 1 au 2ème étage de l'immeuble Jardin de la Calade. Agde

Renseignements et inscriptions au 04 67 94 62 72

Infos diverses

LES PERMANENCES DE L'EGR

LES RENDEZ-VOUS DE VOTRE ÉLUE

Mme l'Adjointe au Maire en charge des Affaires Sociales et Vice-Présidente du CCAS, reçoit sur rendez-vous les personnes désireuses de la rencontrer.

Merci de contacter son secrétariat au 04 67 94 66 04
Direction du CCAS 2ème étage de l'Espace Mirabel. Agde

LE POINT INFO SENIORS

Vous souhaitez faire un signalement ou effectuer une demande d'intervention concernant la voirie, la signalisation ou toute autre doléance ? Adressez-vous à Jean-Claude Roagna, Chargé de Mission.

Secrétariat au 04 67 94 66 33 par mail : jean-claude.roagna@ccas-agde.fr

BILAN PERSONNALISÉ PRÉVENTION DU BIEN VIEILLIR

Vous êtes inscrits à la Carte Mirabelle, Laurence Campos vous propose, un moment privilégié pour faire le point sur différents sujets de votre quotidien, autour de votre qualité de vie et de votre bien-être. Elle vous accueille sur rendez-vous afin de vous orienter vers les services les plus adaptés : accès aux droits et aux soins, prévention santé, logement, aménagement de l'habitat, situation d'aidant.

Contact au 04 67 94 66 34

NOUVEAUX ATELIERS

ATELIERS FLORAUX

En partenariat avec l'Association « Le temps de vivre », l'Espace Génération Retraite vous propose deux ateliers floraux le jeudi de 14h à 16h30. Ces ateliers consistent à réaliser une composition florale, avec des fleurs de saison, que vous emporterez pour embellir votre intérieur.

Le premier **jeudi 19 mars** aura pour thème « Printemps et légèreté », le second qui se tiendra **jeudi 16 avril** aura pour thème « Joyeuses Pâques.

Alors venez et faites-vous plaisir !
Tarif de l'atelier 20 € (payable à l'association.

Salle 2, 1er étage immeuble Jardin de la Calade. Agde

Renseignements et inscriptions obligatoires auprès de Céline au 04 67 94 66 31 (places limitées).

MUTUELLE SANTÉ COMMUNALE

Pensez à votre capital santé ! Vous souhaitez être conseillé pour mieux vous préparer à avancer en âge. Nous vous proposons des rendez-vous individuels afin de vous informer sur les mécanismes des mutuelles santés en vue de bien choisir sa mutuelle.

Permanences sur rendez-vous avec Mutuelle Mutualia
Stéphanie Azéma au 04 75 64 63 63
Tous les mardis et les jeudis de 14h00 à 17h00
Sur rendez-vous
1er étage immeuble Jardin de la Calade. Agde

ÉCRIVAIN PUBLIC

Vous avez des petits tracas de la vie quotidienne, vous souhaitez un conseil, comprendre un courrier, une aide à la rédaction administrative. Jean-Marc Pierronnet, ancien juriste, retraité bénévole vous propose une permanence (sur rendez-vous) un lundi tous les quinze jours de 14h00 à 17h00.

Accueil au 1er étage immeuble Jardin de la Calade. Agde

Prise de rendez-vous au 04 67 94 60 76

DÉMARCHES EN LIGNE

Vous bénéficiez de la Carte Mirabelle et vous avez besoin d'aide dans vos démarches administratives en ligne ! On vous accueille sur rendez-vous afin de vous guider dans vos démarches en ligne et vous accompagner dans la mise en relation avec les institutions via Internet (création d'espaces personnels pour : la CARSAT, AMELI, RSI, impôts..., création d'une adresse mail...).

Contact : 04 64 94 60 76 ou 04 67 94 66 34

LES ATELIERS V.I.B.

Les **mardis 17 mars et 21 avri**l 2020 à 10h00.
Salle 4, rez-de-chaussée - Foyer de la Calade, immeuble Jardin de la Calade. Agde

Renseignement auprès de Céline au 04 67 94 66 31 et Zahra au 04 67 94 62 78

CARTE MIRABELLE
ATELIERS-LOISIRS-SORTIES-CINÉ-VOYAGES

Photos, visuels : Istock • Textes : service Âge d'Or, CCAS d'Agde • Maquette : service Communication, Ville d'Agde