CALENARIER janvier-février DE L'ÂGE D'OR DU CCAS



DU MERCREDI 18
AU DIMANCHE 22
JANVIER
Repas de la Ville
Salle des Fêtes

MARDI 14 FÉVRIER Cérémonie des Noces d'Or Moulin des Évêques DU MERCREDI 8 AU JEUDI 9 FÉVRIER Sortie à Avignon



Janvier 2017

- Mercredi 3: APRÈS-MIDI DANSANT par l'atelier "Les Baladins". Salle municipale de la Mairie annexe, située à la Maison des Services Publics du Grau d'Agde. Gratuit
- Jeudi 5 à 9h30 : ATELIER "ESPAGNOL CONVERSATION"
 Salle 2, 2ème étage, Immeuble de la Calade, Agde
- Jeudi 5 à 14h30 : ATELIER "ALLEMAND CONVERSATION"
 Salle TV, Jardin de la Calade, Agde
- Vendredi 6 à 16h15 : SÉANCE CINÉMA au Travelling
- Lundi 9 à 14h30 : ATELIER "LECTURE" sur le thème "Ne tirez pas sur l'oiseau moqueur" de Harper LEE. Gratuit Salle 1, 2ème étage, Immeuble de la Calade, Agde
- Mardi 10 à 14h30 : ÉCOUTE MUSICALE
 THÈME "AU FIL DE L'EAU" diaporama réalisé et présenté
 par Simone Martinez. Salle visioconférence,
 Maison des Savoirs, Agde, Agde. Gratuit
- Mercredi 11 à 14h30 : JARDINAGE CONSEILS Salle 2, 2ème étage, Immeuble de la Calade, Agde
- Jeudi 12 à 10h00 : ATELIER "ESPAGNOL DÉBUTANT" réunion d'information
 Salle 1, 2ème étage, Immeuble de la Calade, Agde
- Vendredi 13 à 16h15 : SÉANCE CINÉMA au Travelling
- Vendredi 20 à 16h15 : SÉANCE CINÉMA au Travelling
- Mercredi 25 : ATELIER "DANSE DE SALON"
 DÉBUTANTS DE 9H00 À 12H00 INITIÉS DE 14H00 À 17H00
 Salle des Fêtes, rue Brescou, Agde. Gratuit
- Vendredi 27 à 16h15 : SÉANCE CINÉMA au Travelling

Séances Cinéma au Travelling • "SOUVENIRS" vendredi 6 janvier à 16h15 • "DALIDA" vendredi 13 janvier à 16h15 • "IL A DÉJÀ TES YEUX" vendredi 20 janvier à 16h15 • "LA LA LAND" vendredi 27 janvier à 16h15 "RAID DINGUE" vendredi 3 février à 16h15 TARIF RÉDUIT **AVEC LA CARTE MIRABELLE: 5,50 euros** Attention! Séances à 16h15!

Février 2017

- Mercredi 1^{er}: ATELIER "DANSE DE SALON"
 DÉBUTANTS DE 9H00 À 12H00 INITIÉS DE 14H00 À 17H00

 Salle des Fêtes, rue Brescou, Agde. Gratuit
- Mercredi 1^{er} à 14h30 : JARDINAGE CONSEILS Salle 2, 2^{ème} étage, Immeuble de la Calade, Agde
- Jeudi 2 à 14h30 : ATELIER "ESPAGNOL CONVERSATION"
 Salle 2, 2ème étage, Immeuble de la Calade, Agde
- **Jeudi 2 à 14h30** : **ATELIER "ALLEMAND CONVERSATION"** Salle TV, Jardin de la Calade, Agde
- Vendredi 3 à 16h15 : SÉANCE CINÉMA au Travelling
- Mardi 7: APRÈS-MIDI DANSANT
 par l'atelier "Les Baladins". Salle municipale
 de la Mairie annexe, située à la Maison des Services
 Publics du Grau d'Agde. Gratuit
- Lundi 13 à 14h30 : ATELIER "LECTURE" sur le thème "Marie Antoinette" de Stéphan ZWEIG. Gratuit Salle 1, 2ème étage, Immeuble de la Calade, Agde
- Jeudi 16 à 9h30 : ATELIER "ESPAGNOL CONVERSATION"
 Salle 2, 2^{ème} étage, Immeuble de la Calade, Agde
- Jeudi 16 à 14h30 : ATELIER "ALLEMAND CONVERSATION" Salle TV, Jardin de la Calade, Agde
- Mercredi 22: ATELIER "DANSE DE SALON"
 DÉBUTANTS DE 9H00 À 12H00 INITIÉS DE 14H00 À 17H00
 Salle des Fêtes, rue Brescou, Agde. Gratuit

Bouger, sortir et prendre l'air avec les ateliers sportifs Avec l'arrivée des beaux jours,

Avec l'arrivée des beaux jours, rejoignez les ateliers sportifs du service Âge d'Or • Gratuit!

Ateliers de marche

- PROMENADE, les mardis à 14h00. Rendez-vous parking du Moulin des Évêques
- MARCHE À AGDE, les mercredis à 14h00.
 Rendez-vous parking du commissariat.
 Pour des balades à Agde Centre et alentours, plus loin: Canal du Midi, Mont Saint-Loup et parfois Grau d'Agde
- MARCHE AU CAP, les mercredis à 14h00. Rendez-vous à la Maison du Temps Libre, Pinède de la Clape. Circuit dans les alentours, pinède, bord de mer, Mont Saint-Martin, etc.
- MARCHE AU GRAU, les jeudis à 14h00. Rendez-vous devant la Mairie annexe, Maison des Services Publics. Promenade sur le Front de Mer et alentours

Autres ateliers

- **PÉTANQUE**, les mardis et vendredis à 10h00 Terrain de pétanque au Jardin de la Calade à Agde
- TIR À L'ARC, les lundis (sauf vacances scolaires)
 à 15h00 au Palais des Sports à Agde
 (à côté du collège Paul Émile Victor)
- *Certificat médical d'aptitude obligatoire pour toutes les activités physiques!

La sortie...

INSCRIPTIONS DÈS RÉCEPTION DU CALENDRIER AUPRÈS DE JULIEN OU CÉLINE • 04 67 94 62 72 OU 66 31 • 1ER ÉTAGE DE LA CALADE, AGDE

> AVIGNON LES 8 ET 9 FÉVRIER 2017 (2 JOURS / 1 NUIT)

• Prix: 234 euros/personne

Ce prix comprend: le transport en autocar grand tourisme • l'hébergement à l'hôtel Ibis Style Avignon • la pension complète du déjeuner du jour 1 au jour 2 • la taxe de séjour • les boissons des repas pour le dîner du jour 1 (¼ vin et eau) • les boissons des déjeuners du jour 1 et du jour 2 (¼ vin, eau, café) • la visite guidée du Palais des Papes • la promenade commentée en petit train (40 mn) • la croisière sur le Rhône (1 heure) • les assurances annulation, assistance, rapatriement Ce prix ne comprend pas : la chambre individuelle par personne et pour la nuit : + 11 euros

Mercredi 8 février

- Matin: départ d'Agde; arrivée à Avignon et visite guidée du Palais des Papes
 la plus grande des constructions gothiques du Moyen Âge. À la fois forteresse et palais, la résidence pontificale fut pendant le XIVème siècle le siège de la chrétienté d'Occident. Six conclaves se sont tenus dans le palais d'Avignon qui aboutirent à l'élection de Benoît XII, en 1335; de Clément VI, en 1342; d'Innocent VI, en 1352; d'Urbain V, en 1362; de Grégoire XI, en 1370, et de Benoît XIII, en 1394
- Déjeuner au restaurant place de l'Horloge (Menu à déterminer. Identique pour tout le groupe) Tarte provençale ou tartare de saumon ou terrine de légumes au basilic - Filet mignon de porc, sauce miel romarin, purée maison, ou filet de cabillaud, sauce badiane, poêlée de légumes de saisons ou poulet au citron confit, polenta crémeuse - Salade "Caesar" - Crème caramel ou nougat glacé ou tiramisu spéculoos - 1/4 de vin et un café
- Après-midi: balade en petit train
 pour découvrir le cœur de la ville et ses principaux
 bâtiments. Le Petit Train d'Avignon vous propose
 un circuit inoubliable dans la ville historique des Papes
 en vous faisant découvrir ses plus beaux sites: le Palais
 des Papes, monument classé au patrimoine mondial
 de l'Unesco, le Rocher des Doms, ses rues médiévales
 et commerçantes, ses quartiers pittoresques
 sans oublier le fameux Pont d'Avignon... Durée: 40 mn
- Fin d'après-midi libre dans le centre historique
- Installation à l'hôtel Ibis Centre Gare Avignon Dîner et nuitée

Jeudi 9 février

- Petit-déjeuner à l'hôtel
- Départ pour une promenade libre au jardin des Doms

Situé en centre-ville, sur les hauteurs du Rocher des Doms, ce jardin public à l'anglaise permet d'admirer les paysages de la plaine du Rhône au Mont Ventoux. Il fut le berceau de la ville (occupation humaine dès le Néolithique). C'est au XVIIIème siècle qu'il devient un lieu de promenade très fréquenté, apprécié pour la qualité de son air et la vue qu'il offre. Au XIXème siècle, de grands travaux sont décidés pour l'aménager en véritable parc : plantation d'arbres et pelouses issus de l'ancien Jardin des Plantes, mise en place de réservoirs d'eau, création d'un bassin, installation de statues de personnages célèbres (Jean Althen, Félix Gras, "Vénus aux Hirondelles"...). Dans les années 1960, de nouveaux réservoirs sont construits et leurs parties supérieures aménagées en terrasses offrant ainsi un magnifique panorama.

- Déjeuner au restaurant
- · Retour vers Agde en début d'après-midi

Nouveaux ateliers!

ESPAGNOL POUR DÉBUTANT

Réunion d'information jeudi 12 janvier 2017 à 10h00, Salle 1, 2^{ème} étage, Immeuble La Calade, Agde

Cet atelier, animé bénévolement par Mireille ROSELLO (professeure retraitée), s'adresse aux débutants en espagnol. Gratuit. Maximum: 12 participants Les personnes intéressées peuvent s'inscrire à la réunion en contactant le service Âge d'Or au 04 67 94 66 33 ou 04 67 94 66 31

BIEN-ÊTRE ENSEMBLE

Chaque 3^{ème} vendredi du mois, 9h30-11h00 (sauf vacances scolaires et jours fériés) Maison du Temps Libre, Le Cap d'Agde

Animé par une professionnelle diplômée en gérontologie. Autour d'un petit café, il vous sera proposé un moment de convivialité, durant lequel vous pourrez échanger sur la santé et le bien-être.

Vendredi 20 janvier - atelier n°3 : Bien dormir
 Vendredi 17 février - atelier n°4 : Garder l'esprit vif

Inscription auprès de Laurence CAMPOS Mairie annexe du Cap d'Agde • Tél : 04 67 94 60 27 Mail : laurence.campos@ccas-agde.fr Un transport est mis à votre disposition par le CCAS afin de vous permettre de participer à ces rencontres!

BRIDGE - INITIATION

Réunion d'information mercredi 1^{er} février 2017 à 9h30, Salle 4, 1^{er} étage, Immeuble La Calade, Agde

Session de 10 séances d'initiation pour débutants. Gratuit.
Le bridge est un sport de l'esprit accessible à tous.
2,5 millions de Français y jouent régulièrement
et la Fédération Française de Bridge accueille à ce jour
104 000 adhérents dans 1 242 clubs. Il intéresse
toutes les catégories sociales et toutes les tranches d'âge
(on y joue à partir de 8 ans et une personne de 92 ans
est devenue championne du monde!)
Excellent exercice pour les neurones, il est aussi
un moyen de se faire des amis. C'est un sport d'équipe
avec de nombreux échanges. Venez nous rejoindre!

L'initiation proposée par Jean-Pierre BLANC
(animateur bénévole)

aura lieu les mercredis matin à 9h30. Renseignements au 06 73 88 56 17 ou service Âge d'Or : 04 67 94 66 33

BEAUTÉ DES MAINS

Réunion d'information mardi 10 janvier 2017 à 14h00, Salle 4, 1^{er} étage, Immeuble La Calade, Agde

Animé par CHANTAL, autour de la beauté des mains (manucure à froid, technique de pose classique de vernis, etc.). 12 personnes maximum, travail en binôme. Gratuit. Se munir de son matériel (liste donnée à la réunion). Renseignements auprès de CÉLINE (04 67 94 66 31)

Séances 14h00-17h00, Salle 4:

- mardi 24 janvier 2017
- mardi 7 février 2017
- mardi 21 février 2017



Repas de la Ville 2017

Du mercredi 18 JANVIER au dimanche 22 JANVIER 2017

12h00, salle des Fêtes, rue Brescou à Agde

Pour les Agathois âgés de 60 ans et plus, retraités, résidant sur la commune à l'année

INSCRIPTIONS (attention, places limitées!)

- mercredi 11 et jeudi 12 janvier 2017 de 9h00 à 11h00 et de 14h00 à 15h30 à la salle des Fêtes d'Agde, rue Brescou
- vendredi 13 janvier 2017 à l'accueil du service Âge d'Or, Immeuble de La Calade à Agde (sous réserve de places disponibles)

RENSEIGNEMENTS: 04 67 94 66 30 ou 04 67 94 66 37

UNE PARTICIPATION FINANCIÈRE sera demandée (cf tableau ci-dessous)

Une participation financière est demandée à tous les participants. Elle est calculée en fonction de toutes leurs ressources annuelles avant abattement (pension, retraite, rente, revenus fonciers, capitaux mobiliers et immobiliers, etc.) sur présentation de l'avis d'imposition ou de non imposition 2016 sur les revenus 2015.

Les personnes ne désirant pas communiquer leur avis d'imposition se verront proposer un tarif de 25 euros par personne.

TARIFS	Personne seule (ressources)	Couple (ressources)
10 euros	de 8 127 à 10 030 euros	de 13 767 à 17 990 euros
17 euros	de 10 031 à 14 209 euros	de 17 991 à 25 486 euros
25 euros	supérieures ou égales à 14 210 euros	supérieures ou égales à 25 487 euros



Cérémonie des Noces d'Or MARDI 14 FÉVRIER 2017

••• à partir de 9h30, Moulin des Évêques d'Agde •••

MISE À L'HONNEUR DES COUPLES CÉLÉBRANT EN 2017 LEURS 50 (MARIÉS EN 1967) - 60 (MARIÉS EN 1957) - 65 (MARIÉS EN 1952) OU 70 ANS (MARIÉS EN 1947) DE MARIAGE

La cérémonie sera suivie d'un apéritif.

INSCRIPTIONS dès réception de ce calendrier et jusqu'au mardi 7 février 2017

de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 16h45

au 1^{er} étage de l'Immeuble de La Calade, à Agde (sous réserve de places disponibles) auprès de Céline.

Afin de pouvoir finaliser votre participation, merci de vous munir de votre livret de famille, de votre carte d'identité et d'un justificatif de domicile (facture EDF).

Tél.: 04 67 94 66 31

Recherchons bénévoles! > CO-ANIMATEUR BÉNÉVOLE JARDINAGE

Si vous disposez de connaissances en matière de jardinage et que vous êtes disponible un après-midi par mois pour animer un atelier conseils en jardinage (en salle au Jardin de la Calade) en partenariat avec André.

Contactez le service Âge d'Or du CCAS d'Agde Tél.: 04 67 94 66 33 ou 04 67 94 66 37 (accueil)

> ANIMATEUR(TRICE) BÉNÉVOLE DÉCORATION INTÉRIEURE

Si vous disposez de connaissances en matière de décoration intérieure, home staging et que vous êtes disponible un après-midi par mois pour animer un atelier.

Contactez le service Âge d'Or du CCAS d'Agde Tél.: 04 67 94 66 33 ou 04 67 94 66 37 (accueil)

Une antenne du CCAS au Cap d'Agde

Pour plus de facilités, un bureau du CCAS est ouvert à la Mairie Annexe du Cap d'Agde avec un interlocuteur compétent qui pourra répondre à vos demandes sur place.

Carte Mirabelle

Mission à destination des seniors de la carte Mirabelle

Vous souhaitez faire un signalement ? effectuer une demande d'intervention concernant la voirie, la signalisation ou toute autre doléance ?
Adressez-vous à JEAN-CLAUDE ROAGNA
Coordinateur Point Info Senior
Âge d'Or, La Calade, 2 avenue du 8 Mai 1945, Agde par tél. 04 67 94 66 33 (secrétariat, Katherine GRAND) par mail : jean-claude.roagna@ccas-agde.fr

Carte Mirabelle

Pour tout renouvellement, pensez à nous prévenir en cas de changement d'adresse, de numéro de mobile ou d'adresse mail !

Attention

L'accueil de La Calade sera exceptionnellement fermé MERCREDI 11 JANVIER 2017, toute la journée!

Nouveaux ateliers!

COLORIAGE ET BIEN-ÊTRE

Les vendredis après-midi de 14h00 à 16h30 Salle 1, 2ème étage, Immeuble La Calade, Agde C'est un nouvel atelier qui a vu le jourà l'Âge d'Or. En effet, tous les vendredis après-midi, animée par CÉLINE, plusieurs personnes viennent partager un moment de sérénité et de détente autour du coloriage dit "thérapeutique"



KARAOKÉ

Les vendredis après-midi de 14h00 à 16h30 salle restaurant au rez-de-chaussée, Immeuble La Calade, Agde

CHRISTINE ET GUILLAUME vous proposent ce nouvel atelier de karaoké, mêlant la joie et la convivialité tous les vendredis après-midi!!!



Nternautes... Pour consulter toutes nos actualités, événements et informations, et télécharger la brochure des ateliers ainsi que les calendriers Âge d'Or, rendez-vous sur le site du CCAS d'Agde **www.ccas-agde.fr**