

# PROGRAMME API BUS

## Novembre 2023



### CASTRIES - Lundi 06/11

De 14h à 16h : Atelier patrimoine  
Devant l'association

### PORTIRAGNES - Lundi 06/11

De 14h30 à 16h30 : Atelier bien vieillir  
Maison des Associations

### ST CLEMENT DE RIVIERE - Mardi 07/11

De 10h à 12h : Atelier Karaoké  
Centre Fernand Arnaud

### VAILHAUQUES - Mardi 07/11

De 14h à 16h : Atelier Karaoké  
Salle du conseil

### PINET - Mercredi 08/11

De 10h à 12h : Atelier Karaoké  
Place de la Mairie

### PORTIRAGNES - Jeudi 09/11

De 10h à 12h : Atelier Informatique APTIC  
Place de la mairie



Planning sous réserve de modifications.

## Dispositif gratuit

Inscription et informations : 06 79 51 29 01



pour tous, toute la vie, partout

Carsat  
Retraite & Santé  
au travail



# PROGRAMME API BUS

## Novembre 2023



### RESTINCLIERES - Jeudi 09/11

De 14h à 16h : Atelier Karaoké  
Place de la mairie

### POUSSAN - Vendredi 10/11

De 14h à 16h : Atelier Informatique APTIC  
Devant salle des associations

### SERVIAN - Lundi 13/11

De 10h à 12h : Atelier aidant (bien être)  
Parking CCAS



### MONTPELLIER EST - Mardi 14/11

De 10h à 12h : Atelier patrimoine  
Devant l'association

### MONTPELLIER OUEST - Mardi 14/11

De 14h à 16h : Atelier patrimoine  
Devant l'association

### VAILHAUQUES - Mardi 14/11

De 14h à 16h : Atelier Mémoire  
Salle du conseil



Planning sous réserve de modifications.

## Dispositif gratuit

Inscription et informations : 06 79 51 29 01



pour tous, toute la vie, partout

Carsat  
Retraite & Santé  
au travail



cap Prévention  
Seniors  
Lutte contre la solitude chez les personnes âgées

# PROGRAMME API BUS

## Novembre 2023



### PORTIRAGNES - Jeudi 16/11

De 14h à 16h : Atelier Informatique APTIC  
Place de la Mairie

### POUSSAN - Vendredi 17/11

De 14h à 16h : Atelier Informatique APTIC  
Place de la mairie

### LE CRES - Lundi 20/11

De 10h à 12h : Atelier patrimoine  
Devant l'association

### CASTELNAU - Lundi 20/11

De 14h à 16h : Atelier patrimoine  
Devant l'association



### MONTARNAUD - Mardi 21/11

De 14h à 16h : Atelier Karoké

### PORTIRAGNES - Jeudi 23/11

De 09h30 à 11h30 : Atelier Karoké  
Place de la Mairie

### VAILHAUQUES - Jeudi 23/11

De 14h à 16h : Atelier Informatique APTIC  
Salle du conseil



Planning sous réserve de modifications.

## Dispositif gratuit

Inscription et informations : 06 79 51 29 01



pour tous, toute la vie, partout

Carsat  
Retraite & Santé  
au travail



cap Prévention  
Seniors  
Centre d'animation pour retraités et volontaires

# PROGRAMME API BUS

## Novembre 2023



### POUSSAN - Vendredi 24/11

De 10h à 12h : Atelier Karaké  
Place de la mairie

### POUSSAN - Vendredi 24/11

De 14h à 16h : Atelier Informatique APTIC  
Place de la mairie

### JUVIGNAC - Lundi 27/11

De 14h30 à 16h30 : Atelier Karaké  
Salle Jean Louis Hérault

### CASTRIES - Mardi 28/11

De 14h à 16h : Atelier patrimoine  
Devant l'association

### LUNEL - Mardi 28/11

De 14h à 16h : Atelier patrimoine  
Devant l'association

### PORTIRAGNES - Jeudi 30/11

De 09h30 à 11h30 : Atelier Informatique APTIC  
Place de la Mairie

### VAILHAUQUES - Jeudi 30/11

De 14h à 16h : Atelier Informatique APTIC  
Place de la Mairie



Planning sous réserve de modifications.

## Dispositif gratuit

Inscription et informations : 06 79 51 29 01



pour tous, toute la vie, partout

Carsat  
Retraite & Santé  
au travail



# PROGRAMME API BUS

## Décembre 2023



### POUSSAN - Vendredi 01/12

De 14h à 16h : Atelier informatique APTIC  
Place de la mairie

### JUVIGNAC - Lundi 04/12

De 14h30 à 16h30 : Atelier Karaké  
Salle Jean Louis Hérault

### ST GELY - Mardi 05/12

De 14h30 à 16h30 : Atelier Karaké  
Salle Jean Louis Hérault

### PINET - Mercredi 06/12

De 10h à 12h : Atelier Karaké  
Mairie

### PORTIRAGNES - Jeudi 07/12

De 09h30 à 11h30 : Atelier informatique  
APTIC  
Devant l'association

### VAILHAUQUES - Jeudi 07/12

De 14h à 16h : Atelier Informatique APTIC  
Salle du conseil

### MAGALAS - Vendredi 08/12

De 10h à 12h : Atelier aidant (Bien être)  
Salle des Costes rouges



Planning sous réserve de modifications.

## Dispositif gratuit

Inscription et informations : 06 79 51 29 01



pour tous, toute la vie, partout

Carsat  
Retraite & Santé  
au travail



cap Prévention  
Seniors  
Lutte contre la solitude chez nos aînés et leur engagement

# PROGRAMME API BUS

## Décembre 2023



### POUSSAN - Vendredi 08/12

De 14h à 16h : Atelier informatique APTIC  
Place de la mairie

### VAILHAUQUES - Mardi 12/12

De 14h à 16h : Atelier Mémoire  
Salle du Conseil

### PORTIRAGNES - Jeudi 14/12

De 09h30 à 11h30 : Atelier Informatique  
APTIC  
Place de la Mairie

### Domitys Castelnau - Jeudi 14/12

De 14h à 16h : Atelier Karoké  
Domitys

### RESTINCLIERES - Vendredi 15/12

De 10h à 12h : Atelier Karoké  
Place de la mairie

### POUSSAN - Vendredi 15/12

De 14h à 16h : Atelier Informatique APTIC  
Place de la Mairie



Planning sous réserve de modifications.

## Dispositif gratuit

Inscription et informations : 06 79 51 29 01



pour tous, toute la vie, partout

Carsat  
Retraite & Santé  
au travail



# PROGRAMME API BUS

## Décembre 2023



### MAGALAS - Mardi 19/12

De 10h à 12h : Atelier aidant  
Salle des Costes rouges

### DOMITYS CASTELNAU - Mardi 21/12

De 14h à 16h : Atelier Karaké  
Domitys



Planning sous réserve de modifications.

**Dispositif gratuit**

Inscription et informations : 06 79 51 29 01



pour tous, toute la vie, partout

Carsat  
Retraite & Santé  
au travail



cap Prévention  
Seniors  
Centre d'animation pour retraités et volontaires