

InviTaTioN



Madame, Monsieur,

L'ADMR de l'Hérault, en partenariat avec la CARSAT LR, vient à votre rencontre sur vos lieux de vie dans le cadre d'un dispositif entièrement gratuit :

L'API Bus : rencontres thématiques et conviviales autour d'une collation offerte !

Animation : atelier mémoire, jeux, atelier informatique...

Prévention : bien vieillir, alimentation, prévention des arnaques, gestes de 1ers secours...

Information : droits et aides pour les seniors, adaptation du logement...



Nous sommes également à l'écoute de vos attentes pour adapter les thèmes d'animation, de prévention et d'information !

L'API Bus peut également vous transporter depuis votre domicile jusqu'au lieu de l'animation gratuitement. Places limitées.

Ce dispositif est gratuit. Inscription et information : 06 86 54 18 33

ADMR de l'Hérault : www.admr34.fr – 06 86 54 18 33 – 04 67 20 75 75

CaLenDrieR

F É V R I E R	jeudi 01/02	de 14h30 à 16h30	Atelier Informatique Salle de la Mairie - SAINT BAUZILLE DE MONTMEL
	lundi 05/02	de 14h30 à 16h30	Atelier Prévention des Chutes Rue de la Promenade - MAGALAS
	mardi 06/02	de 14h30 à 16h30	Atelier Prévention des Chutes & démarches en ligne Salle du Conseil de la Mairie - COURNIOU
	jeudi 08/02	de 14h00 à 16h00	Atelier Économiser l'énergie Salle des Rastingues - RESTINCLIÈRES
	lundi 12/02	de 14h30 à 16h30	Atelier Bien gérer son adresse email Place du village - CAMPLONG
	mardi 13/02	de 14h30 à 16h30	Atelier Mémoire - session 1 Derrière la salle polyvalente - CAMPAGNE
	jeudi 15/02	de 14h30 à 16h30	Atelier Informatique Salle des fêtes - BESSAN
	mardi 20/02	de 14h30 à 16h30	Passage découverte de l'API Bus Sur la place de la salle des Fêtes - ESPONDEILHAN
	lundi 26/02	de 14h30 à 16h30	Atelier informatique Place du jeu de Ballons - MONTBAZIN
	mardi 27/02	de 14h30 à 16h30	Atelier Informatique & Démarches en ligne Devant la Mairie - GIGEAN

M A R S	jeudi 01/03	de 14h30 à 16h30	Atelier Initiation aux gestes de premier secours Salle des arts - Rue de la Poste - CANET
	lundi 05/03	de 14h30 à 16h30	Atelier Bien Vieillir chez soi Rue de la Promenade - MAGALAS
	mardi 06/03	de 14h30 à 16h30	Atelier Bien vieillir, Santé & Bien-être Salle du Conseil de la Mairie - COURNIOU
	jeudi 08/03	de 10h00 à 12h00	Atelier Initiation à l'informatique À côté du marché - Avenue de la Méditerranée - ST DRÉZÉRY
	jeudi 08/03	de 14h30 à 16h30	Atelier Prévention des Arnaques Allée de l'Esplanade - MONTARNAUD
	lundi 12/03	de 14h30 à 16h30	Atelier Place du Village - CAMPLONG
	mardi 13/03	de 14h30 à 16h30	Atelier Mémoire - Session 2 Foyer Communal - GALARGUES
	jeudi 15/03	de 14h30 à 16h30	Atelier informatique Salle des fêtes - BESSAN
	lundi 19/03	de 14h30 à 16h30	Atelier Droits & Aides aux seniors Devant la Médiathèque - MARSEILLAN
	jeudi 22/03	de 14h30 à 16h30	Atelier Bien Vieillir Place de la Mairie - RESTINCLIÈRES
	lundi 26/03	de 14h30 à 16h30	Atelier informatique Place du jeu de Ballons - MONTBAZIN
	jeudi 29/03	de 14h30 à 16h30	Passage découverte de l'API Bus Place du marché - LA SALVETAT SUR AGOUT