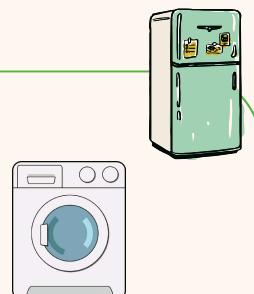


# Planning Appartement “l’arc en ciel solidaire” Mars 2026

## Ateliers énergie

Mardi 17 mars : 14h-16h30 **“Je fais des économies et j’entretiens mes électroménagers partie 1”**



Vous pourrez apprendre des astuces pour faire des économies sur votre machine à laver et votre réfrigérateur/congélateur

Démo, recette, rangement du réfrigérateur...



Mardi 24 mars : 14h-16h30 **“Je fais des économies et j’entretiens mes électroménagers partie 2”**

Vous pourrez apprendre des astuces pour faire des économies sur votre lave vaisselle et vos appareils de cuisson

Démo, recette, quiz...



## Atelier La Poste



Jeudi 12 mars : 14h-16h30

**“Installation de l’application de la Banque Postale,  
Création de l’identité numérique,  
France Connect,  
Démarches en ligne”**

## Atelier Numérique

Jeudi 19 mars :

14h-16h30

**“Je découvre le traitement de texte”**

Mettre en page du texte, enregistrer un document



Les contacts : 04 68 47 22 71 / 06 49 31 26 25



5 Allée Wagram GRAZAILLES  
11000 CARCASSONNE