

# Octobre 2022

Sorties exterieures Activités au GEM

Inscrivez-vous A vous de choisir GEM fermé

*Semaine du 4 octobre au 8 octobre*

Mardi 4 10h/18h	Mercredi 5 11h/18h	Jeudi 6 12h/18h	Vendredi 7 10h/16h	Samedi 8 10h/18h
Inscrivez vous le mardi ou le mercredi pour les activités du vendredi et samedi!  MERCI			<p><b>Sur Inscription</b> en appelant Marion au 06.02.36.34.97</p> <p><b>Marche Cap'sport</b> avec un certificat médical dès votre seconde participation.</p> <p>Rendez-vous à 9h30 au 10.22 les Belles Portes au « LIS »</p>	<p><b>Sur Inscription</b> 10h30 au Centre Socio Culturel CAF situé au 202 Boulevard des Belles Portes</p> <p><b>Jeux d' Echecs avec Les Cavaliers d'Hérouville</b></p>
			<p><b>Pique-Nique possible au GEM</b></p>	<p><b>12h Pique nique au GEM</b> <b>Chacun apporte son repas !</b></p>
<p><b>En attente d'idée pour animer ce créneau.</b></p> <p><b>Faites nous part de vos envies d'activités au GEM ou ailleurs</b></p>	<p><b>Jeux au GEM</b></p> <p>14h /17h</p> <p>Ménage du local</p>		<p>13h30/15h30 <b>sur inscription</b> Si vous souhaitez essayer !</p> <p>Bricolage, peinture, dessins ,sculpture patisserie</p> <p>QUOI : Selon vos envies,une activité amusante et decouverte</p> <p>LIEU: Au Gem</p> <p>ACTIVITE:on apprend à mélanger les couleurs, à regarder une œuvre , à composer avec des formes .</p>	<p><b>Réunion de vie</b></p> <p>16H/18H</p> <p><b>Jeux</b> ou balade</p> <p>2 groupes sont possibles</p>

## Semaine du 11 au 15 octobre


Mardi 11 10h/18h	Mercredi 12 11h /18h	Jeudi 13 12h/18h	Vendredi 14 10h/16h	Samedi 15 10h/18h
<p>Inscrivez vous le mardi ou le mercredi pour les activités du vendredi et samedi!</p> <p>MERCI</p>	<p><b>Qui vient cuisiner à 10h samedi ?</b></p>		<p><b>Sur Inscription</b> Rendez vous à 9h30 au Gem</p> <p>Balade sur le marché de Caen Fossés Saint Julien</p> <p>Prévoir 10 euros pour achats éventuels</p>	<p><b>Sur inscription</b></p> <p>Courses et repas au Gem Prevoir 5 à 6 euros 10h pour les courses. 11h Cuisine</p>
<p><b>En attente d'idée pour animer ce créneau.</b></p> <p><b>Faites nous part de vos envies d'activités au GEM ou ailleurs</b></p>	<p>Jeux à la ludothèque</p> <p>14h /17h</p> <p>Ménage du local à 17h</p>		<p>13h30/15h30 <b>sur inscription</b></p> <p>Si vous souhaitez essayer !</p> <p>Bricolage, peinture, dessins ,sculpture pâtisserie</p> <p>QUOI : Selon vos envies,une activité amusante et découverte</p> <p>ACTIVITE:on apprend à mélanger les couleurs, à regarder une œuvre , à composer avec des formes .</p>	<p><b>Repas au Gem</b></p> <p><b>Sur Inscription</b> <b>14h</b></p> <p><b>Randonnée cap sport *</b></p>

\*Pour les activités sportives et de randonnée: prévoir, crème solaire, bouteille d'eau et sac et petit goûter, pour les gourmands!!.

## Semaine du 18 au 22 octobre

Mardi 18 10h/18h	Mercredi 19 11h/18h	Jeudi 20 12h/18h	Vendredi 21 10h/16h	Samedi 22 10h/18h
<p>Inscrivez vous le mardi ou le mercredi pour les Activités du vendredi et du samedi !</p> <p><b>MERCI</b></p>			<p>Rendez-vous à 9h30 au Gem</p> <p>Balade sur le marché de Caen Fossés Saint Julien</p> <p>Prévoir 10 euros pour achats éventuels</p>	<p><b>Sur inscription</b> <b>Atelier NUTRITION</b> <b>Cap sport</b> <b>10h/12h</b> + choix du repas du 29 octobre</p> <p>Pique nique au GEM</p>
<p><b>En attente d'idée pour animer ce créneau.</b></p> <p><b>Faites nous part de vos envies d'activités au GEM ou ailleurs</b></p>	<p>14h</p> <p><b>Jeux au GEM</b></p> <p>Et /ou activités extérieures à vous de choisir</p> <p>Marches Visites</p> <p><b>Ménage du local à 17h</b></p>		<p>13h30/15h30 <b>sur inscription</b></p> <p>Visite d'une exposition.</p> <p>A déterminer lors de la réunion de vie du samedi 8 Octobre</p>	<p><b>A VOUS DE CHOISIR</b></p> <p>Sortie ?, Cinema</p> <p><b>ou film au GEM</b></p>

## Semaine du 25 au 29 octobre

Mardi 25 10h/18h	Mercredi 26 11h/18h	Jeudi 27 12h/18h	Vendredi 28 10h/16h	Samedi 29 10h/18h
<p>Inscrivez vous le mardi ou le mercredi pour les Activités du vendredi et du samedi !</p> <p><b>MERCI</b></p>				<p><b>Sur inscription</b></p> <p>10h Courses</p> <p>11h Préparation du repas</p>
	<p><b>Jeux à la ludothèque</b></p> <p>14h /17h</p> <p><b>Ménage du local</b></p> <p><b>Choix du gâteau à faire le 2 Novembre</b></p> <p>Donnez-nous vos idées de recettes!! Ce que vous souhaitez apprendre et pouvoir refaire chez vous</p>		<p><b>Sur Inscription</b></p> <p>13h30-15h30</p> <p>Dessines-moi un manga</p> 	<p><b>12h30 Repas au Gem</b></p> <p>5 à 6 euros /personne</p> <p><b>14h</b></p> <p><b>Jeux , balade</b></p> <p>et <b>Ménage du local</b></p>

## Semaine du 1er novembre au 5 novembre

1er novembre	Mercredi 2 11h/18h	Jeudi 03 12h/18h	Vendredi 04 10h/16h	samedi 05 10h/18h
	<p><b>Choix du plat à cuisiner pour samedi 12 novembre :</b></p> <p>Donnez nous vos idées de recettes!! Ce que vous souhaitez apprendre et pouvoir refaire chez vous</p>		<p><b>Balade sur le marché du vendredi</b></p> <p>Rdv au Gem à 10h</p> <p>1h30 de ballade</p> <p>Les fossés Saint Julien</p>	<p><b>Sur Inscription</b></p> <p>10h30 au Centre Socio Culturel CAF situé au 202 Boulevard des Belles Portes</p> <p><b>Jeux d'Echecs avec Les Cavaliers d'Hérouville</b></p> <p><b>Pique Nique au GEM</b></p>
<p><b>TOUSSAINT</b></p> <p><b>FERIE</b></p>	<p><b>Jeux au GEM</b> ou <b>balade</b></p> <p><b>Sur Inscription</b> 13h30 au GEM préparation d'un goûter fait maison</p> <p><b>Ménage du local</b></p>			<p><b>Réunion de vie</b> <b>14h / 15h30</b></p> <p>Balade et jeux au GEM Switch et autre.</p>