

# Novembre 2022

Sorties exterieures Activités au GEM

Inscrivez-vous A vous de choisir GEM fermé

Semaine du 1er novembre au 5 novembre

Mardi 1 10h/18h	Mercredi 2 11h/18h	Jeudi 3 12h/18h	Vendredi 4 10h/16h	Samedi 5 10h/18h
			<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>
<b>FERIE</b>	Marine 14h		<b>Pique-Nique possible au GEM</b>	<b>12h Pique nique au GEM Chacun apporte son repas !</b>
	<p><b>Jeux au GEM</b></p> <p>14h /17h</p> <p><b>Ménage du local</b></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 <b>balade</b></p> <p>2 groupes sont possibles</p>

## Semaine du 8 au 12 novembre


Mardi 8 10h/18h	Mercredi 9 11h /18h	Jeudi 10 12h/18h	11/11/22	Samedi 12 10h/18h
Piscine au stade nautique RDV à 11h Inscription  Inscrivez vous le mardi ou le mercredi pour les activités du vendredi et samedi!  MERCI	<b>Qui vient cuisiner à 10h samedi ?</b>  <b>Quel menu ?</b>	Le gem est fermé	<b>FERIE</b>	<b>Sur inscription</b>  Courses et <b>repas au Gem</b> Prevoir 5 à 6 euros 10h pour les courses. 11h Cuisine
<b>En attente d'idée pour animer ce créneau.</b>  <b>Faites nous part de vos envies d'activités au GEM ou ailleurs</b>	<b>Jeux à la ludothèque</b>  14h /17h  Ménage du local à 17h	Formation VIASSAP  10h30 accueil et reunion de travail  Vous pouvez venir travailler avec nous !!!  17h		<b>Repas au Gem</b>  <b>Seénce de cinelma ?</b> <b>Quel film ?</b> <b>Quel heure ?</b>

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



## Semaine du 15 au 19 Novembre

Mardi 15 10h/18h	Mercredi 16 11h/18h	Jeudi 17 12h/18h	Vendredi 18 10h/16h	Samedi 19 10h/18h
<p>Piscine au stade nautique RDV à 11h inscription</p> <p>Inscrivez vous le mardi ou le mercredi pour les Activités du vendredi et du samedi !</p> <p><b>MERCI</b></p>	<p>Marine 14h</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></p> <p><b>Atelier NUTRITION</b> Cap sport <b>10h/12h</b> + choix du repas du 29 octobre</p> <p>Pique nique au GEM</p>
<p><b><u>En attente d'idée pour animer ce créneau.</u></b></p> <p><b><u>Faites nous part de vos envies d'activités au GEM ou ailleurs</u></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</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>14h Laser game</p> <p>à Herouville 6 à 8 euros</p>

## Semaine du 22 au 26 Novembre

Mardi 22 10h/18h	Mercredi 23 11h/18h	Jeudi 24 12h/18h	Vendredi 25 10h/16h	Samedi 26 10h/18h
<p>Piscine au Stade nautique <b>RDV à 11h inscription</b></p> <p>Inscrivez vous le mardi ou le mercredi pour les Activité 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>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 29 Novembre au 3 Décembre

29/10/22	Mercredi 30	Jeudi 1er decembre	02/10/22	03/10/22
	<p>Donnez nous vos idées de recettes!!</p> <p>Ce que vous souhaitez apprendre et pouvoir refaire chez vous</p> <p>Marine 14h</p>		<p>Balade sur le marché du vendredi inscription.</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>Jeux au GEM</b> ou balade</p> <p><b>Sur Inscription</b> 13h30 au GEM</p> <p>Préparation d'un goûter fait maison</p>		 <p>RDV au gem à 12h4</p> <p>Visite d'un expo au choix ou d'un musée à Caen</p> <p>Sur inscription</p>	 <p><b>Réunion de vie</b> <b>14h / 15h30</b></p> <p>Balade et jeux au GEM</p> <p>Switch et autre.</p>

	Ménage du local			
--	-----------------	--	--	--



Pour la fin de l'année , nous vous proposerons un repas de NOEL tous ensemble, le samedi 17 decembre à 12h30.

Nous opterons surement pour l'idée d'un cadeau entre 2 et 5 euros que nous metterons au pied du sapin avec tirage au sort.

Si chacun en fait 1cadeau, il y en aura pour toutes les personnes présentes.

Nous parlerons du menu à la réunion du 4 décembre.