

**INSCRIPTION FICHE
ACTIVITÉS LE
VENDREDI 2 OCTOBRE**

Octobre

*gem
la soleyade*

AVEC LE SOUTIEN DE
Narbonne
AU PAYS DES PAYSANS

Animateur/trices: Camille, Ethel, Valentin, Halbia ou Hélène/ 09.52.38.63.03 - 06.47.81.06.59

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
5 9h Petit déjeuner 2€ 10h Atelier Chant Hélène 12h repas tiré du sac 14h Atelier Théâtre Michele  	6 10h accueil café 11h préparation repas 12h repas 3€ 14h Emmaus ou Panneau Anniv Ethel Départ 17h30 midnight circus spectacle du gem beziers prendre pique nique (7 places)  	7 Ouverture autonomie de 14h à 18h 15h Atelier Méditation/Yoga Nicolas repas pizzas au GEM dès 18h 3€ 19h 30 Sortie Spectacle théâtre soir cirque 5€  	8 9h Petit déjeuner 2€ 10h30 Départ Journée Carcassonne Midi restaurant 10€ visite + portes ouvertes Gem Lo fogatel Retour dans l'après midi 	9 GEM La Soleyade fermé Brunch des 1 an du QG 10h30 -14h 5€  
12 9h Petit déjeuner 2€ 10h Atelier jeux d'écriture Hélène 12h repas tiré du sac 14h Atelier Art plastique Serge  	13 9h20 Départ Intervention EANM Narbonne plage (5 places) 10h accueil café 11h préparation repas 12h repas 3€ 14h Atelier création panneau Anniv Ethel 	14 Autonomie 12h-17h 15h Atelier Méditation/Yoga Nicolas  	15 9h Petit déjeuner 2€ 10h30 Sortie journée Balade photo 2€ rando village de minerve Prévoir baskets + pique nique 	16 9h30-12h Gym avec Anne-Marie 
19 9h Petit déjeuner 2€ 10h Atelier création d'automne Hélène 12h repas tiré du sac 14h Atelier dessin Alai  	20 10h accueil café 10h Intervention sur le tri/recyclage 12h repas 3€ 13h Marjorie Coiffeuse 10 places 14h Atelier création panneau Anniv Ethel 	21 Autonomie 12h-17h 15h Atelier Méditation/Yoga Nicolas  	22 9h Petit déjeuner 2€ 10h Atelier massage avec Dominique 12h repas tiré du sac 14h Atelier cuisine avec des graines Ethel  	23 9h30-12h Gym avec Anne-Marie 
26 9h Petit déjeuner 2€ 10h Atelier poterie 10h Atelier Onglerie Sandrine 12h repas tiré du sac 14h Film au GEM  	27 10h accueil café 10h Atelier Esthétique Erika 12h repas 3€ 13h30 Reunion bureau 14h réunion Adhérents 15h Atelier création panneau Anniv Ethel  	28 Autonomie 12h-17h 15h Atelier Méditation/Yoga Nicolas  	29 9h Petit déjeuner 2€ 10h Atelier création panneau anniv 12h repas tiré du sac 14h Sport Paddle / ou jeux sur place 	30 9h30-12h Gym avec Anne-Marie 