

Novembre	10/12h	12h/14h	14h/16h	16h/18h	Soirée
Mercredi 1	Férié		Férié		
Jeudi 2	Accueil Café		Bowling Issoudun*3.60€ Sport UFOLEP 15h-16h30		
Vendredi 3	Balade en forêt / champignons		Cuisine/repas partagé		
Samedi 4	Local Fermé				
Lundi 6	Gem fermé. Sophrologie passerelle en autonomie de 10h30 à 12h00		Quizz culture générale		
Mardi 7	Marché de saint-août		Médiathèque film / vernissage plurielle MLC belle Isle 18h30		
Mercredi 8	Accueil café		GEM en autonomie (ANA)		
Jeudi 9	GEM en autonomie (Sylvie)		GEM en autonomie (Sylvie)		
Vendredi 10	Vide grenier au Blanc départ 09h + pique-nique*		Vide grenier au Blanc		
Samedi 11	GEM fermé				
Lundi 13	GEM en autonomie (Philippe)		GEM en autonomie (Philippe)		
Mardi 14	Groupe de paroles sur le thème « Séjour »		Atelier libre		
Mercredi 15	Accueil café		Rue de la gratuité à Buzançais Donnez prenez, partagez		
Jeudi 16	Gym Douce au GEM à 10h30		Sport UFOLEP 15h-16h30 Atelier Couture/ Tricot		
Vendredi 17	Fermé		Activités sportives extérieur		
Samedi 18	Local ouvert / journée à Bourges + pique-nique ou achat sur place				
Lundi 20	GEM en autonomie (Benoit)		GEM en autonomie (Benoit) Sophrologie à la passerelle De 14h à 16H sur inscription.		
Mardi 21	Repas à l'assiette 3€50 *		Balsané 3€60 *		
Mercredi 22	Activité libre		Rue de la gratuité à Buzançais Donnez prenez, partagez		
Jeudi 23	Réunion Gem		Mediation animal* Sport UFOLEP 15h-16h30		
Vendredi 24	Courses / repas Breton		Atelier Détente au GEM		
Samedi 25	Local OUVERT repas Breton *2€ et balade à EMMAÜS				
Lundi 27	Réunion GEM / Bureau		Atelier socio-esthétique à la Passerelle sur inscription.		
Mardi 28	Accueil Café		Atelier Libre		
Mercredi 29	Atelier Cuisine / Gâteaux		Jeux de Société		
Jeudi 30	Marche		Sport UFOLEP 15h-16h30/Entretien du GEM		

***sur inscription**



Planning du
1 au 30 novembre 2023

Groupe d'Entraide Mutuelle CAP 36

29 rue Jean Vilar
36 000 Châteauroux

Tel : 02.54.53.03.65
07.70.00.86.55

Congés Lauriane du 09 au 13 novembre

Pas de trafic du 13 au 17 novembre

