

Planning prévisionnel Février 2017

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
<b>Mercredi 1</b> 10h/17h	10h/12h: Djembé avec Michaël G 12h/13h30 : Local ouvert avec Delphine 15h/17h Informatique avec Béatrice 17h/18h Chant avec Yasmina et Jessica
<b>Jeudi 2</b> 10h/12h 14h/17h	10h : Préparation repas 12h/14h Repas avec Dolores 5 € 14h/16h30 : Chandeleur Dolores et Tulay (0.5 la crêpe) 17h/18h : Relaxation
<b>Vendredi 3</b> 10h/17h	9h15/10h : Méditation avec Fatah 10h30/12h Atelier écriture avec Marie-Gaëlle et Jessica 12h/13h30: Local ouvert 13h30 Piscine Illberg avec Salah 1.80€ 14h /15h30 : bricolage avec Jessica et Christophe B 14h30 Cinéma avec Alain : "le clan des siciliens" 16h30/17h15 Zumba avec Djo
<b>Samedi 4</b> 13h30/16h	13h30/16h Permanence avec Salah
<b>Dimanche 5</b> 13h30/16h	13h30/16h Permanence avec Salah
<b>Lundi 6</b> 12h/17h Local fermé matin  Pour info CLSM culture	10h/12h : réunion salariées 12h/13h30 :Local ouvert 14h/15h Groupe échanges et de partage avec Philippe et Christine 14h/16h Pâtisserie avec Léa (1€) 16h30/17h30 Gym avec Djo et Clémence
<b>Mardi 7</b> 10h/17h	9h15/10h : Petit dej Turc avec Tulay 3€ 10h/11h : Xbox avec Abdenour 11h/12h : Ping-pong avec Shoukra 12h/13h30 : Local ouvert 14h : marche nordique avec Naïm 14h/16h : Ecrivain public avec Alain 15h atelier mandala avec Dolores 17h/18h:Tea Time
<b>Mercredi 8</b> 10h/17h	10h/12h: Djembé avec Michaël G 12h/13h30 : Local ouvert avec Delphine 15h/17h 15h : Pastel avec Antoine

	<b>Informatique avec Béatrice</b> 17h/18h Chant avec Yasmina et Jessica
<b>Jeudi 9</b> 10h /12h 14h/17h	10h : Préparation repas 10h/12h : Préparation repas 12h/14h Repas avec Alain (5€) 14h/14h30 : réunion séjours 14h30/16h : réunion adhérents 17h/18h : Relaxation
<b>Vendredi 10</b> 10h/17h	9h15/10h : Méditation avec Fatah 10h30/12h Atelier écriture avec Marie-Gaëlle et Jessica 12h/13h30:Local ouvert 13h30 Piscine Illberg avec Salah 1.80€ 13h30/14h : réunion ASA 14h/16h30 : activité "cuisine anti gaspillage-économique" avec l'UFCV 16h30/17h15 : Zumba avec Djo 20h Spectacle filature : « le dernier testament »
<b>Samedi 11</b> 13h30/16h	13h30/16h : Permanence avec Salah 20h :ASPTT MVB/ BEZIER
<b>Dimanche 12</b> 13h30/16h	13h30/16h Permanence avec Salah
<b>Lundi 13</b> 10h/17h	10h/12h : Nettoyage du local 12h/13h30 :Local ouvert 14h Réunion préparation anniversaire gem Pâtisserie avec Jessica (1€) 16h30/17h30 Gym avec Djo et Clémence
<b>Mardi 14</b> 10h/17h  Pour info réunion bureau	10h/11h : Xbox avec Jessica 11h45 /13h30 12h/13h30 :Local ouvert 14h : marche nordique avec Naïm 14h/16h : Ecrivain public avec Alain 15h atelier mandala avec Dolores 17h/18h:Tea Time
<b>Mercredi 15</b> 10h/17h	10h/12h: Djembé avec Michaël G 12h: Restaurant fonderie avec Delphine 2€ caution 12h/13h30 : Local ouvert avec Delphine 15h : Pastel avec Antoine 15h/17h Informatique avec Béatrice 17h/18h Chant avec Yasmina et Jessica

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
<b>Jeudi 16 10h/12h 14h/17h</b>	<b>10h/12h : Préparation repas 12h/14h Repas avec Delphine 5€ 15h Cinéma Palace avec Serge E (5€)</b>
<b>Vendredi 17 10h/17h</b>	<b>9h15/10h : Méditation avec Fatah 10h30/12h Atelier écriture avec Marie-Gaëlle et Jessica 12h/13h30:Local ouvert 13h/14h Permanence avec Delphine 13h30 Piscine Illberg avec Salah 1.80€ 14h /15h30 : bricolage avec Jessica et Christophe B 16h30/17h15 Zumba avec Djo</b>
<b>Samedi 18 13h30/16h</b>	<b>13h30/16h Permanence avec Salah 19h30 (devant le gem) Restaurant les 3 paysans avec Stéphan et Christelle 2€ transport</b>
<b>Dimanche 19 13h30/16h</b>	<b>13h30/16h Permanence avec Salah</b>
<b>Lundi 20 10h/17h</b>	<b>10h/12h : Nettoyage du local 12h/13h30 :Local ouvert 14h Pâtisserie avec Léa (1€) 16h30/17h30 Gym avec Djo et Clémence</b>
<b>Mardi 21 10h/17h</b>	<b>10h/11h : Xbox avec Abdenour 11h/12h : Ping-pong avec Shoukra 12h/13h30 :Local ouvert 14h/16h : Ecrivain public avec Alain 14h : marche nordique avec Naïm 15h atelier mandala avec Dolores 17h/18h :Tea Time</b>
<b>Mercredi 22 10h/17h</b>	<b>10h/12h: Djembé avec Michaël G 12h/13h30 : Local ouvert avec Delphine 15h/17h Informatique avec Béatrice 15h : atelier pastel avec Antoine 17h/18h Chant avec Yasmina et Jessica</b>
<b>Jeudi 23 10h/12h 14h/17h</b>	<b>10h/12h : Préparation repas 12h/14h Repas avec Olivier (5€) 14h Modélisme avec Philippe T 17h/18h : Relaxation</b>

<b>Vendredi 24 10h/17h</b>	<b>9h15/10h : Méditation avec Fatah 10h30/12h Atelier écriture avec Marie-Gaëlle et Jessica 12h/13h30:Local ouvert 13h30 Piscine Illberg avec Salah 1.80€ 14h /15h30 : bricolage avec Jessica et Christophe B 16h30/17h15 Zumba avec Djo</b>
<b>Samedi 25 13h30/16h</b>	<b>13h30/16h Permanence avec Salah 20h ASPTT MVB/ TERVILLE</b>
<b>Dimanche 26 13h30/16h</b>	<b>13h30/16h Permanence avec Salah</b>
<b>Lundi 27 10h/17h</b>	<b>10h/12h :Nettoyage du local 12h/13h30 : Local ouvert 14h/16h Pâtisserie avec Léa (1€) 16h30/17h30 Gym avec Djo et Clémence</b>
<b>Mardi 28 10h/17h</b>	<b>10h/11h : Xbox avec Abdenour 11h/12h : Ping-pong avec Shoukra 12h/13h30 : Local ouvert 14h : marche nordique avec Naïm 14h/16h : Ecrivain public avec Alain 15h : atelier mandala avec Dolores 16h/18h : préparation soirée 17h/18h:Tea time 18h/21h Soirée disco avec Tulay, et Valérie buffet (5€)</b>

### CINEMA PALACE



Rendez-vous au GEM à 15h le jeudi 16 février pour choisir le film pour une séance vers 16h



### MENUS prévisionnels du JEUDI

**Jeudi 02** : Ratatouille et

**Jeudi 09** : crudités-escalope veau, gratin dauphinois, Fromage, ile flottante

**Jeudi 16** : Hachis Parmentier (entrée et dessert)

**Jeudi 23** : escalopes de dinde à la crème (entrée et dessert)