

Février 2026

En extérieur

Activités au local

Conditions d'accès à l'activité

Inscrivez-vous

A vous de choisir

LOCAL fermé

Ménage du local

Semaine du 3 au 7 février

| Mardi 3 février 10h/18h | Mercredi 4 février 9h/18h | Jeudi 5 février 12h/18h | Vendredi 6 février 10h/16h | Samedi 7 février 10h/18h |
|---|---|----------------------------|--|--|
| <p>SUR INSCRIPTION jusqu'au samedi 31 à 16h30</p> <p>11h Piscine avec Isabelle et Thomas en autonomie</p> |  <p>Fabrication de marionnettes 9h/12h Sur inscription Arts plastiques Atelier Arts plastiques Peinture, dessin, Terre et expression libre</p> | <p>Formation Hélène</p> | <p>Formation Hélène Sur Inscription en appelant Marion au 06.02.36.34.97</p> <p>Marche Cap'sport avec un certificat médical dès votre seconde participation. Rendez-vous à 9h30 au 10.22 les Belles Portes au « LIS » Participation financière</p> <p>Local Fermé ou ouverture autonome</p> | <p>Marche sportive Qui est motivé ?</p> |

Vous pouvez venir manger au local

| | | | | |
|--|---|--|---|---|
| <p>Vous souhaitez proposer une idée sur ce créneau ? Parlez-nous en</p> | <p>12h15 départ Équithérapie *** 13h15/14h15</p> <p>Rencontre avec Jordan de la radio Tou'Caen pour préparer l'émission du 2 avril RDV à 15h30</p> <p>17h15 Ménage collectif du local « A chacun sa tâche ménagère »</p> | <p>12h – 18h</p> <p>Merci de partager vos envies communes</p> <p>Moment pour les cinéphile, bibliothèque etc, qu'aimerez vous faire de ce temps ?</p> |  <p>Hélène est en formation</p> <p>Ouverture autonome ?</p> | <p>14h30</p> <p>Conseil d'administration</p> <p>17h15 Ménage collectif du local « A chacun sa tâche ménagère »</p> |
|--|---|--|---|---|

Pour les nageurs autonomes : PISCINE dimanche à 12h (au stade nautique Eugène Maës) **INSCRIPTION** jusqu'à 16h30 la veille. Appeler le GEM pour vérifier le maintien de cette activité ;

- *** Chaussures adaptées / eau / vêtement de pluie

Semaine du 10 au 14 février

| Mardi 10 février 10h/18h | Mercredi 11 février 12h / 18h | Jeudi 12 février 12h/18h | Vendredi 13 février 10h/ 16h | Samedi 14 février 10h - 18h |
|---|---|--|--|--|
| SUR INSCRIPTION jusqu'au samedi 7 à 16h30 11h Piscine avec Isabelle et Thomas en autonomie | Pas d'arts plastiques Le local est fermé pour cause de SUPERVISION des animateurs... | | Sur Inscription en appelant Marion au 06.02.36.34.97 Marche Cap'sport avec un certificat médical dès votre seconde participation. Rendez-vous à 9h30 au 10.22 les Belles Portes au « LIS » Participation financière | |
| Vous pouvez venir manger au local | | | | |
| | Ouverture à 12h15 12h15 départ 13h15/14h15 Équithérapie *** Gym à la carte et / ou JEUX 17h15 Ménage collectif du local « A chacun sa tâche ménagère » | 12h – 18h En attente d'idée pour animer ce créneau. | Atelier Écriture Journal de bord | *** SORTIE Bien-être avec Philippe 8 personnes SUR INSCRIPTION 17h15 Ménage collectif du local « A chacun sa tâche ménagère » |

Pour les nageurs autonomes : **PISCINE** dimanche à 12h (au stade nautique Eugène Maës) **INSCRIPTION** jusqu'à 16h30 le samedi.
 Appeler le **GEM** pour vérifier le maintien de cette activité ;)

***** Chaussures adaptées / eau / vêtement de pluie**

Semaine du 17 février au 21 février

| Mardi 17 10 h / 18 h | Mercredi 18 9 h / 18 h | Jeudi 19 12 h / 18 h | Vendredi 20 10 h / 16 h | Samedi 21 10 h / 18 h |
|---|--|-------------------------|--|---|
| <p>SUR INSCRIPTION jusqu'au samedi 14 à 16h30</p> <p>11h Piscine avec Isabelle et Thomas en autonomie</p> |  <p>Fabrication de marionnettes</p> <p>9h/12h avec Hélène Sur inscription</p> <p>Atelier Arts plastiques Peinture, dessin, Terre et expression libre</p> | | <p>Sur Inscription en appelant Marion au 06.02.36.34.97</p> <p>Marche Cap'sport avec un certificat médical dès votre seconde participation. Rendez-vous à 9h30 au 10.22 les Belles Portes au « LIS » Participation financière</p> | <p>SUR INSCRIPTION jusqu'au 17 février Repas</p> <p>Que voulez vous cuisinez ?</p> <p>Les repas sont des moments conviviaux où chacun apporte son savoir faire pour faire à manger ensemble</p> |

Vous pouvez venir manger au local

| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| | <p>12h15 départ</p> <p>13 h 15 / 14 h 15 Équithérapie ***</p> <p>GYM à la carte et/ou jeux de société</p> <p>17h15 Ménage collectif du local « A chacun sa tâche ménagère</p> | <p>13h Temps calme</p> <p>A vous d'inventer ce qu'il se passe au local.</p> |  <p>Atelier Écriture Journal de bord</p> | |
|--|--|--|---|--|

Pour les nageurs autonomes : **PISCINE** dimanche à 12h (au stade nautique Eugène Maës) **INSCRIPTION** jusqu'à 16h30 le samedi.

Appeler le GEM pour vérifier le maintien de cette activité ;

***Chaussures adaptées / eau / vêtement de pluie

Semaine du 24 au 28 février

| Mardi 24 10h / 18h | Mercredi 25 9h - 11h / 11h - 18h | Jeudi 26 12h / 18h | Vendredi 27 10h / 16h | Samedi 28 février <u>Horaires à définir</u> |
|--|--|--|---|--|
|  <p>SUR INSCRIPTION jusqu'au samedi 21 à 16h30</p> <p>11h Piscine avec Isabelle et Thomas en autonome</p> | <p>Fabrique ta marionnette</p> <p>SUR INSCRIPTION</p> <p>Atelier Arts plastiques Peinture, dessin, Terre et expression libre</p> | | <p>Sur Inscription en appelant Marion au 06.02.36.34.97 * * *</p> <p>Marche Cap'sport avec un certificat médical dès votre seconde participation. Rendez-vous à 9h30 au 10.22 les Belles Portes au « LIS » Participation financière</p> | <p>SORTIE toute la journée avec les 2 salariés</p> <p>=</p> <p>LOCAL FERMÉ</p> <p>8h à la gare retour 19h30</p> |
| Vous pouvez venir manger au local | | | | |
| | <p>Gym à la carte et / ou jeux de société</p> <p>Ménage collectif du local « A chacun sa tâche ménagère »</p> | <p>A vous d'inventer ce qu'il se passe au local.</p> <p>Ménage collectif du local « A chacun sa tâche ménagère »</p> |  <p>Atelier Écriture Journal de bord</p> | <p>Ouverture autonome possible si un groupe se mobilise ?</p> <p>Ménage collectif du local « A chacun sa tâche ménagère »</p> |

Pour les nageurs autonomes : **PISCINE** dimanche à 12h (au stade nautique Eugène Maës) **INSCRIPTION** jusqu'à 16h30 la veille. **Appeler le GEM pour vérifier le maintien de cette activité ;)**

*** * * Prévoir de quoi manger et avoir de l'eau**

Semaine du 3 mars au 7 mars

| Mardi 3 mars 10 h / 18 h | Mercredi 4 mars 9 h / 18 h | Jeudi 5 mars 12 h / 18 h | Vendredi 6 mars 10 h / 16 h | Samedi 7 mars 10 h / 18 h |
|--|---|--|---|---|
| <p>Nous vous invitons :</p> <p>les membres du Conseil d'Administration :</p> <p>10h visite de Mme Izquierdo de l'ARS</p> <p><u>-Présentation du GEM</u> <u>-Présentation du local</u> <u>-Discussion</u></p> <p>En présence de Grégory Autier, Geneviève Dutillieux et Florence Mesatfa-Fessy</p> |  <p>Fabrication de marionnettes suite et fin 9h/12h avec Hélène Sur inscription</p> <p>Atelier Arts plastiques Peinture, dessin, Terre et expression libre</p> | <p>Formation Hélène</p> | <p>Formation Hélène</p> <p>Sur Inscription en appelant Marion au 06.02.36.34.97 ***</p> <p>Marche Cap'sport avec un certificat médical dès votre seconde participation. Rendez-vous à 9h30 au 10.22 les Belles Portes au « LIS » Participation financière</p> <p>LOCAL Fermé sauf si ouverture autonome</p> | |
| Vous pouvez venir manger au local | | | | |
| | <p>12h15 départ</p> <p>13 h 15 / 14 h 15</p> <p>Équithérapie ***</p> <p>Gym à la carte et / ou jeux de société</p> <p>17 h 15 Ménage collectif du local</p> | <p>12h-18h</p> <p>A vous d'inventer ce qu'il se passe au local.</p> | <p>13 h</p>  <p>Atelier Écriture Journal de bord</p> <p>LOCAL Fermé sauf si ouverture autonome</p> | <p>14 h</p> <p>Réunion de vie</p> <p>17 h 15 Ménage collectif du local</p> |

Pour les nageurs autonomes : PISCINE dimanche à 12h (au stade nautique Eugène Maës) **INSCRIPTION** jusqu'à 16h30 la veille. Merci.

- ***** Chaussures adaptées / eau / vêtement de pluie**