

JOUR	ACTIVITES MARS 2018	Horaires	ANIMATEURS	€
JEUDI 1ER	CUISINE à THEME : Irlande	9/13.30	Angie/Emma	6
	PLUMES ET NEURONES EN FOLIE Emma	14/16.30	Christine/Céline	2
	CHANT au Sémaphore	18/19.30	Alain/Angie	3
VENDREDI 2	ATELIER ZEN BIEN ETRE	14/16.30	Emma/Chris/Elo	3
	ATELIER PATISSERIE ET GOUTER	14/16.30	Angie	3
SAMEDI 3	Balade Moulin Blanc et POT tour du monde (rdv devant tour du monde)	14/16	En autonomie	
LUNDI 5	ATELIER ART ET DECO	14/16.30	Muriel/Charlotte	3
	RANGEMENT DE LA FRIPERIE ET PREPA VIDE GRENIER	14/16.30	Emma/Léa	
	ZUMBA	17.45/19	Vanessa/Charlotte	2
MARDI 6	CUISINE à THEME : IRLANDE	9/13.30	Emma/Charlotte	6
	BALADE	14/16.30	Emma/Charlotte	3
MERCREDI 7	CONCERT ET VISITE DES COULISSES DE LA CARENE	11.30/15	Emma/Léa	3
	LE CINEMA S'INVITE AU SEMAPHORE (film à choisir ensemble)	14/16	Charlotte	3
JEUDI 8	LAVAGE DES VETEMENTS FRIPERIE A LA LAVERIE	9-12	Léa	
	CUISINE à THEME : Irlande (présence de Rosa, ancienne bénévole)	9/13.30	Léa/ Emma	6
	PLUMES ET NEURONES EN FOLIE	14/16.30	Christine/Céline	2
	CHANT au Sémaphore	18/19.30	Alain/Charlotte	3
VENDREDI 9	APRES MIDI DANSANT à Lesneven (apporter pique-nique)	11/17	TOUS	3+4
DIMANCHE 11	FEST DEIZ centre social Pen ar Créach, 13 rue Professeur Chrétien	14.30/17	En autonomie	
LUNDI 12	ATELIER FACEBOOK et goûter	14/16	Emma	3
	ZUMBA	17.45/19	Vanessa/Emma	2
MARDI 13	CUISINE à THEME : Bienvenue chez les ch'tis	9/13.30	Léa/Emma	6
	PORTES OUVERTES AU GEM LA BOUSSOLE et goûter	14/16.30	Léa/Emma	3
MERCREDI 14	COUTURE à l'IME de Plabennec – Départ à 9h	9/12	Karima/Emma	3
	DANSFABRIK (spectacles de danse aux capucins) départ 13h30	13.30/16.30	Léa/Emma	3
JEUDI 15	PAS DE CUISINE			
	PLUMES ET NEURONES EN FOLIE	14/16.30	Christine/Céline	2
	PREPARATION DU VIDE GRENIER du 18 mars	14/16.30	Léa	
	POT DE DEPART THOMAS	16.30	TOUS	
	CHANT au Centre social Kéréderm	18/19	Alain/Emma	3
	SOIRÉE DE L'AMITIÉ au Flunch (repas, impros, karaoké, chant...)	19/22	Alain/Emma	13
VENDREDI 16	Préparation du Vide Grenier	10/11.30	Léa	
	JEU DE PISTE Stangalar avec l'école ND de Tourbian (apporter p-nique)	11.30/16.30	Emma/Léa	2
SAMEDI 17	REUNION week end Top Départ (idées pour la date et le lieu)	10.45/11.15	Anne-H	
	CONSEIL DE VIE SOCIALE (Réunion pour tous)	11.15/11.45	Anne-H/Emma	
	REPAS	11.45/12.45	Anne-H/Emma	6
	FAITES LES JARDINS (Fête au jardin partagé du Guelmeur)	12.45/17.30	Anne-H/Emma	3
DIMANCHE 18	VENTE au VIDE GRENIER du Patronage Lambézellec	8/18	Léa/ ?	
LUNDI 19	LOTO adapté au Patronage Laïque Lambézellec	13.30/17	Emm	2+6
	ATELIER ART ET DECO	14/16.30	Youna /Muriel	3
	ZUMBA	17.45/19	Vanessa/Youna	2
MARDI 20	CUISINE à THEME	9/13.30	Léa/Emm	6
	THEATRE « JOLIE BOUTEILLE » (troupe du sémaphore et Ponchelet)	13.30/16.30	TOUS	3
MERCREDI 21	FERME TERRE HAPPY (Bien être avec le cheval) ?	10/12.30	Emma	17+3
	PREPARATION DES LOCAUX en vue des travaux	13.30/17	TOUS	
JEUDI 22	BALADE et Pique-nique au Sémaphore de QUIMPER (apporter p-nique)	10/17.30	Emm/Emma	3+2
	PLUMES ET NEURONES EN FOLIE au PL du pilier rouge rdv 13h45	14/16.30	Christine/Céline	2
	CHANT au Centre social Kéréderm	18/19.30	Alain/Léa	3
VENDREDI 23	Sémaphore Lesneven (Balade, piscine ou pétanque (apporter p-nique))	9.30/17	Emm/Emma/You	4
	ATELIER ZEN BIEN ETRE	14/16.30	Elodie/Christelle	2
SAMEDI 24	CAFÉ DISCUT' avec Guillaume Alemany (thèmes abordés : le voyage, la différence, la vie affective...) et dédicace de son livre (possibilité de l'acheter sur place) + GOUTER A QUIMPER !! (ou le 14 avril à Brest)	11/17.30	Léa/Youna	3+3
LUNDI 26	KEBAB L'ESCALE (8 place Liberté) 11h30 au sémaphore ou midi direct	11.30/13.15	Emm/Emma	8
	CINEMA (rdv 13h15 devant le Liberté) + Pot (apporter son argent)	13.15/16.30	Emm/Emma	3+3
	ZUMBA	17.45/19	Vanessa/Emm	2
MARDI 27	BALADE et Pique-nique au Sémaphore de QUIMPER (apporter p-nique)	10/17.30	Anne-H	3+2
	TRAVAUX : rangement et peinture + GOUTER	13.30/16.30	Emm	3+8
MERCREDI 28	VISITE DE L'ATELIER LA PINCE (vêtements, couture...)	9/12	Karima/AH/Léa	
	BALADE AU REFUGE DE LANDERNEAU	13.30/16.30	Youna/Emm	3
	ATELIER BRICOLAGE TRAVAUX AU SEMAPHORE	13.30/16.30	Emma/Emm	
JEUDI 29	REPAS AU QUICK (midi 30 au Quick ou midi au sémaphore)	12/14	Emma/Emm	6+3
	BOWLING (rdv 13h30 au sémaphore ou 14h au Bowling)	13.30/16.30	Emma/Emm	2+4
	PLUMES ET NEURONES EN FOLIE au PL du pilier rouge Youna	14/16.30	Christine/Céline	2
	CHANT au Centre social Kéréderm	18/19.30	Alain/Youna	3
VENDREDI 30	TOURNOI MULTIACTIVITES A LESNEVEN (apporter pique-nique)	11/17	Emm/Emma/You	4
SAMEDI 31	PISCINE AU SPADIUM PARC (rdv à la piscine – apporter 5.30€)	14.30/16	En autonomie	
A VENIR EN AVRIL : Pas de cuisine car Travaux au Sémaphore – Places limitées !!!!				
MARDI 10 AVRIL	RESTAURANT de l'IME de l'Elorn (pizza, salade, dessert, café/thé) 7 places	11.30/13.30	Anne-Hélène	10
JEUDI 12 AVRIL	RESTAURANT IME de l'Elorn (plat du jour, fromage, dessert, café/thé) 12 places	11.30/13.30	Léa/Sandie	12
Date à définir	WALKING FOOT (foot en marchant – jeu d'équipe rigolo!!!)			
ELECTIONS DES REPRESENTANTS des adhérents en avril – contacter Anne-Hélène pour ceux qui veulent se présenter				