

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI AUTONOMIE 14h /17H
	<b>1</b> 14H 18H  <b>FERIE</b>  Ouverture en autonomie	<b>2</b> 14H 18H  	<b>3</b> 11H 18H 11h yoga 	<b>4</b> 10H 18H 15H 	COURNON
<b>7</b> 13H 18H Coiffeuse Et Lecture de Contes	<b>8</b> 14H 18H prend soin de toi c'est sympa 	<b>9</b> 14H 18H  Atelier mémoire avec Guilaine	<b>10</b> 11H 18H  15h Sens et Savoirs Sommeil et relaxation Lecture Médiathèque	<b>11</b> 10H 18H  <b>FERIE</b>  Ouverture en autonomie	COURNON
<b>14</b> 13H 18H    BOWLING INTERGEM 3€	<b>15</b> 14H 18H « ToutouYou Too » <b>Gym adaptée</b> 	<b>16</b> 14H 18H  <b>Atelier Carton</b> <b>Mousse avec ROSA</b>	<b>17</b> 11H 18H  14h THEATRE  16H Réunion des adhérents	<b>18</b> <u>10H 18H</u>  Restaurant 10€ « Energic Café » Balade Ville Clermont	COURNON
<b>21</b> 13H 18H  Balade en nature Avec le Gem d'Issoire	<b>22</b> 14H 18H <b>15h Sens et savoirs</b> Prévention des chutes sport adapté	<b>23</b> 14H 18H    Chorale avec Guilaine	<b>24</b> 11H 18H 11h yoga  16h réunion salariés	<b>25</b> 10H 18H Courses pour repas <b>Repas 4€</b> Relax tout en douceur Manucure et compagnie	COURNON
<b>28</b> 13H 18H  Activités Impros	<b>29</b> 14H 18H  Atelier Ecriture	<b>30</b> 14H 18H  Calendrier des Gémois			

### PLANNING DE NOVEMBRE 2022 GEM DE CURNON

GEM Cournon 6 avenue de la République 63800 Cournon d'Auvergne 04 73 79 02 79/06 74 55 04 29 Mail : [gemcournon@gmail.com](mailto:gemcournon@gmail.com) Site : <http://gem-des-domes.fr>