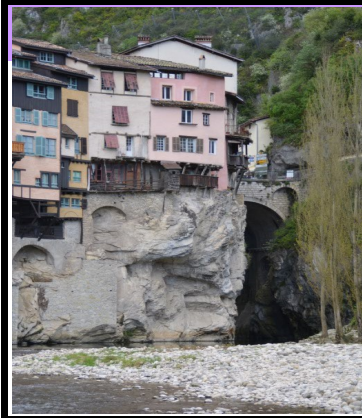




Bulletin n°114 Mai 2016



RAPPEL : Journée 'Au Fil de l'EAU'

Journée très dépaysante ce mardi 12 Avril à Pont en Royans !

- Dégustation au bar à eau (grands crus français et irlandais),
- Régal de truites, de raviolis et de gâteaux au noix au resto du musée à eau
- Visite de la grotte féerique de Choranche avec la découverte des protés (animal des cavernes) et les stalactites fistuleuses, véritables pailles de calcite qui surplombent les lacs et les rivières souterraines .

EVENEMENT : Colloque « Sport et Santé Mentale »

26 et 27 Mai 2016

à l'Hôtel Novotel Atria de Nîmes

*'La place des activités physiques adaptées
dans le parcours de vie'*

Entrée libre et inscription obligatoire au 04 66 23 49 36



DATES mondiales en MAI :

- le 03: Journée internationale de la liberté de la presse : *revue de presse au Gem le 02*
- le 15 : Journée internationale des familles : *journée de l'amitié à Connaux le 04*
- le 21 : Nuit européenne des musées : *visite du Palais des Papes en Avignon le 14*
- le 20 : Journée européenne de la Mer : *pique-ni au lac de Codolet le 12*

« Le corps est une inscription sur l'eau » *proverbe tamil*

Retrouvez l'association sur notre site internet <http://cezame.epiphyte-gem.com>



LANGUEDOC
ROUSSILLON
LA RÉGION MIDI
PYRÉNÉES



web

Agenda Cèzâme Mai 2016 (bulletin n°114)

jour	date	HEURES Animatrice (AVEC- SANS)	ACTIVITES AU LOCAL/ ACTIVITES HORS LOCAL/ OUVERTURE PAR LES ADHERENTS
Dimanche	1	GEM Fermé !	-
Lundi	2	8h30-11h30/13h30-15h30 Aurore	<u>10h</u> Revue de presse <u>12h</u> Repas partagé <u>13h30</u> Rando avec Fanny <u>14h</u> Café des envies avec et à Mosaique en cèze
Mardi	3	8h30-11h30/13h30-17h30 Aurore	<u>10h</u> Préparation journée de l'amitié <u>12h</u> Repas partagé <u>13h30</u> Rigologie 5€
Mercredi	4	9h30-16h30 Aurore	Journée de l'amitié à Connaux : pêche à la truite, barbecue et pétanque
Jeudi	5	14h-16h Caroline et Karim	Accueil-café : atelier artistique avec JC et Caro
Vendredi	6	14h-16h Caroline et Rosy	<u>14h</u> Rando avec Fanny <u>15h</u> Accueil-café
Samedi	7	14h-16h Jackie et Edmee	Accueil-café
Dimanche	8	14h-16h Edmee et Elisabeth	Accueil-café
Lundi	9	8h30-11h30/13h30-16h30 Aurore	<u>10h</u> Concours de livre <u>12h</u> Repas partagé <u>13h30</u> Rando avec Fanny <u>14h</u> Réunion Colloque Sport adapté à Uzès
Mardi	10	8h30-17h30 Aurore	Intergem avec le Gem Alter Egaux de Nîmes : pique et rando au château de Gicon à Chusclan
Mercredi	11	16h30-20h30 Aurore 14h-16h Caroline et Elisabeth	<u>16h30</u> Bureau <u>19h</u> Repas 1€ <u>14h</u> Massages aux huiles 10€
Jeudi	12	8h30-16h30 Aurore	<u>12h</u> Pique-nique au lac de Codolet suivi d'une balade détente au bord du lac
Vendredi	13	14h-16h Yannick et Valérie	<u>14h</u> Rando avec Fanny <u>15h</u> Accueil-café
Samedi	14	17h-23h Aurore	Nuit des musées en Avignon : <u>18h30</u> Pizzeria 5€ <u>21h</u> Parcours nocturne interactif « Des lueurs dans la nuit » au Palais des Papes
Dimanche	15	14h-16h Elisabeth et Karim	Accueil-café
Lundi	16	14h-15h Fanny	<u>14h</u> Randonnée
Mardi	17	14h-17h Aurore	<u>14h</u> Sur la route des Lavoirs du Rhône avec Mosaique
Mercredi	18	16h30-20h30 Aurore 14h-16h Caroline et Elisabeth	<u>16h30</u> CA <u>19h</u> Repas 1€ <u>14h</u> Accueil-café
Jeudi	19	8h30-11h30/13h30-17h30 Aurore	<u>10h</u> Atelier écriture <u>12h</u> Repas partagé <u>14h</u> Finalisation panneaux passe-tête
Vendredi	20	14h-16h Laetitia et Rosy	<u>14h</u> Rando avec Fanny <u>15h</u> Accueil-café
Samedi	21	GEM Fermé !	-
Dimanche	22	GEM Fermé !	-
Lundi	23	14h-15h Fanny	<u>14h</u> Randonnée
Mardi	24	8h30-11h30/13h30-15h30 Aurore	<u>10h</u> Finalisation du Colloque <u>12h</u> Repas partagé <u>14h</u> Soins esthétiques avec Géraldine 10€
Mercredi	25	8h30-11h30/16h30-20h30 Aurore Adhérents en autonomie	<u>9h</u> Installation expo à la cave Mallet <u>16h30</u> Atelier pâtisserie <u>19h</u> Repas des anniversaires <u>14h</u> Atelier pizzas à la MAS pour festival Gard aux Arts du SAVS
Jeudi	26	8h30-23h Aurore	Journée Colloque « Sport et Santé Mentale » à Nîmes : conférences, resto et atelier 'Activité physique adaptée dans la cité' Soirée Festival Gard aux Arts du SAVS : chant, flashmob, danses..
Vendredi	27	8h30-14h30 Aurore	Matinée finale du Colloque « Sport et Santé Mentale » à Nîmes : table ronde, synthèse, allocutions finales et pique-nique offert
Samedi	28	14h-17h Aurore	Intergem avec le Gem Lo Fogatel de Carcassonne : balade aux Cascades du Sautadet, pause glace 1,5€ et visite de la villa Cèzâme
Dimanche	29	9h-16h Aurore	<u>9h30</u> Reiki 10€ <u>12h</u> Repas 1€ <u>13h30</u> Loto 'produits de beauté' 1€
Lundi	30	14h-15h Fanny	<u>14h</u> Randonnée
Mardi	31	14h-16h Yannick et Valérie	Accueil-café

Cèzâme, 5 rue du Clos de l'Ancise, 30200 Bagnols sur Cèze ☎ 04 66 33 16 29 / 06 52 87 19 45

L'association Cèzâme est un **Groupe d'Entraide Mutuelle** qui se situe dans le cadre des dispositions prévues

par la loi du 11 Février 2005 Association loi 1901, déclarée à la préfecture du Gard le 11 Juin 2007 sous le N° W302002681,

Parution au JO du 30 Juin 2007, adhérente à FNAPSY, à VAG LR, parrainée par l'Association EPIPHYTE affiliée à l'UNAFAM

Facebook : <https://www.facebook.com/profile.php?id=100009726011263>