

ACTIVITES Juin 2025 - Inscriptions aux activités le lundi 2 juin

Le blog du GEM : <https://gem-biarritz.blog4ever.com>

LUNDI 02	MARDI 03	MERCREDI 04	JEUDI 05	VENDREDI 06
<p>GEM Fermé Inscriptions aux activités Par Téléphone <i>(laisser message)</i> Ou SMS ou Mail</p>	<p>9h30 au local Pour le jardinier Potager chez Philippe + Barbecue Participation de 5€ <i>(inscription nécessaire)</i></p>	<p>9h30 au local Marche locale Les bois de Ondres <i>(inscription nécessaire)</i></p>	<p>De 10h à 11h00 - Relaxation active avec Ornella <i>Part.de 6 €</i> <i>(inscription nécessaire)</i> 9h30 au local - Marche locale Les bois de Ondres <i>(inscription nécessaire)</i></p>	<p>10h au local Marche au lac Mouriscot + Pique-nique + Jeux : pétanque et badminton En autonomie <i>(inscription nécessaire)</i></p>
<p>13h30 au local Réunion CA Travail sur le Flyer du GEM</p>		<p>de 13h30 à 16h30 Jeux de société Convivialité</p>	<p>13h30 au local Atelier bois flotté avec Jean-Pierre <i>(inscription nécessaire)</i></p>	
LUNDI 09	MARDI 10	MERCREDI 11	JEUDI 12	VENDREDI 13
<p>FERIE</p>	<p>GEM FERME Stand ESAT Alanvie/GEM Open de tennis de Biarritz</p>	<p>9h30 au local Marche locale Plaine d'Ansot + pique-nique <i>(inscription nécessaire)</i></p>	<p>9h30 au local Marche bons marcheurs Tour complet des Marais d'Orx + Pique-nique</p>	<p>9h30 au local Marche locale Plaine d'Ansot <i>(inscription nécessaire)</i></p>
		<p>de 13h30 à 16h30 Jeux de société Convivialité</p>		<p>13h15 au local Initiation Tennis Au tennis club du Boucau Avec Béa coach sportif Participation de 5 € <i>(inscription nécessaire)</i></p>

LUNDI 16	MARDI 17	MERCREDI 18	JEUDI 19	VENDREDI 20
<p>9h30 au local Marche locale Voie verte/Bidart <i>(inscription nécessaire)</i></p> <p>9h30 au local Potager chez Philippe <i>(inscription nécessaire)</i></p>	<p>10h30 au local Le GEM de Morcenx vient à Biarritz <i>Balade dans Biarritz</i> + <i>Pique-nique</i> <i>(inscription nécessaire)</i></p>	<p>9h30 au local Marche locale Voie verte/Bidart <i>(inscription nécessaire)</i></p>	<p>GEM FERME Réunion animateurs</p>	<p>9h30 au local Sortie</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Courses dans les ventes à Arnegui ▪ Repas Food Truck le Txingar à Ascarat <p><i>Participation pour le repas de 6 €</i></p> <p><i>(inscription nécessaire)</i></p>
<p>14h au local Histoire de Droits avec Antoine et Philippe <i>(inscription nécessaire)</i></p>		<p>de 13h30 à 16h30 Jeux de société Convivialité 17h30 – 18h30 au local « Routine du Soir » <i>Avec Ornella – voir infos diverses</i> <i>(inscription nécessaires)</i> Participation 6 €</p>		
LUNDI 23	MARDI 24	MERCREDI 25	JEUDI 26	VENDREDI 27
<p>9h30 au local Marche locale Chemin de halage à Ustaritz <i>(inscription nécessaire)</i></p>	<p>9h30 au local Zoo de Labenne + <i>Pique-nique</i> <i>Participation de 6 €</i> <i>(inscription nécessaire)</i></p>	<p>9h30 au local Marche locale Chemin de halage à Ustaritz <i>(inscription nécessaire)</i></p>	<p>De 10h à 11h00 - Relaxation active avec Ornella <i>Part. de 6 €</i> <i>(inscription nécessaire)</i></p>	<p>9h30 au local Voile avec le CDSA A Socoa Prévoir le pique-nique Participation de 10 €</p> <p><i>(inscription nécessaire)</i></p>
<p>13h30 au local Création du planning du mois de juillet</p>		<p>de 13h30 à 16h30 Jeux de société Convivialité</p>	<p>De 13h30 à 15h Atelier Clown <i>avec Emmanuel Part. de 5€</i> <i>(inscription nécessaire)</i> 13h45 à Mon Ciné à Anglet Participation 5 €</p>	

Les Infos du GEM

- ◆ Ornella qui anime l'atelier de relaxation active propose un atelier supplémentaire « Routine du soir » l'objectif de cet atelier est d'apprendre une routine pour se préparer à la détente du soir : apaiser le système nerveux, évacuer les tensions de la journée, activer des émotions positives pour rentrer chez soi le soir.
Cette séance mélange du yoga doux, de la méditation, de la respiration, de la sophrologie sur tapis.
- ◆ Dans le cadre de la journée associative sportive de CAMINANTE qui se déroulera le mercredi 2 juillet, différentes activités sportives et culturelles sont proposées. Si vous êtes intéressés, veuillez-vous préinscrire, les différentes activités seront affichées au local. Pour plus d'information rapprochez-vous des animatrices. Merci