

# Planning du mois de novembre de Aube

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

	<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u>VENDREDI</u>
10h - 11h	Permanence	Permanence	Atelier cuisine Puis repas convivial (4€)	Petit-déjeuner en commun (1,50€)	Permanence
11h - 12h		Courses du déjeuner de mercredi		Jardin partagé: entretien avec Jules ou Arnaud	
12h - 13h30	Repas tiré du sac	Repas tiré du sac		Repas tiré du sac	Repas tiré du sac
13h30 - 15h	Atelier d'écriture avec Babette	Permanence	Bracelets brésiliens avec Jules	Sport (dates au verso)	Jeux de société avec Bruno
15h - 16h		Journal saisonnier d'Aube avec Arnaud et Jules	Cours d'Anglais avec Dominique		
16h - 17h	Atelier diététique avec Nada (dates au verso)	Création de Bougies avec Jean-Louis (dates au verso)	Bénévolat à Lianes Avec Jules	Réunion d'information des adhérents	Permanence
17h - 18h	Piscine avec Arnaud (dates au verso)			Atelier « Radio Barjot's » avec Jérémie et Jules (dates au verso)	Revue de presse avec Éric
18h - 19h	Fermé	Fermé	Atelier musique avec Jules	Groupe des « Entendeurs de voix » avec Catherine (dates au verso)	Fermé
					Permanence

## DATES DES ATELIERS

- atelier diététique : 12 et 26 novembre
- Piscine : 5 et 19 (changements éventuels, voir avec Arnaud)
- **Sport de 14h à 16h** :
  - 8 novembre : ping-pong
  - 15 novembre : pétanque et badminton
  - 22 novembre : renforcement musculaire
  - 29 novembre : foot en salle**Départ de Aube à 13h40**

## Radio Barjot's

- 8 novembre : montage et mise en ligne de la dernière émission
- 15 novembre : création de l'émission, distribution des rôles
- 22 novembre : préparation de l'émission, essais d'enregistrement
- 29 novembre : enregistrement de l'émission et diffusion

## SORTIES DU SAMEDI

- 3 novembre : **sortie à Caracalla (thermes de Baden-Baden)** : départ à 13h Place de la Bourse, retour prévu pour 18h (coût : 17€ par personne)
- 10 novembre : **goûter d'Halloween (brownies) avec projection d'un film sur ce thème**  
**14h à Aube (2€ par personne)**
- 17 novembre : **karaoké**  
**RDV 14h - 18h (2€ par personne)**
- 24 novembre : **confection de gâteaux et bredele pour le marché de Noël**  
**À partir de 14h à Aube**

## SORTIES DU DIMANCHE

- 4 novembre : **bredele avec Jean-Louis, Cathy et Aymeric**  
**14h à Aube**
- 18 novembre : **jeux vidéos (découverte) avec Arnaud de 10h à 12h**  
**bredele avec Aymeric à 14h**
- 25 novembre : **confection de gâteaux de Noël et bredele avec Arnaud**  
**14h Aube**

## INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES

- atelier bougies : les mardis 3, 20 et 27 novembre
- Café Psy** : « La Réhabilitation »  
Le 29 novembre à 18h30 au Snack Michel
- Groupe des Entendeurs de Voix**
- 7 novembre : session « ouverte à tous »  
**De 18h à 19h30**
- 14 novembre : session « fermée »  
**De 18h à 18h30**