

# Le Second Souffle



Journal du GEM de Colmar - numéro 62 - Octobre 2016

## Le mot de la Présidente

La mobilisation volontaire des adhérents n'a fait qu'embellir la journée américaine du dimanche 25 septembre. Du service au montage / démontage, à la préparation des repas et toute l'organisation en amont m'ont confortée dans l'idée que les plus beaux projets se gagnent grâce à la valeur personnelle de chacun et l'énergie de tous. Je dis chapeau (de cowboy), continuons comme ça !

Attention les prochains mois risquent d'être perturbés par les travaux de la cuisine, aussi vérifiez-bien les horaires et activités proposées et enfin, les adhérents auront une cuisine digne de leurs talents culinaires !

Marie

## Retour sur la journée américaine !

Ce fut l'évènement du mois de septembre au GEM et une belle réussite grâce à l'implication de tous. Ne manquez pas photos et témoignages page 4 et 5 de ce journal. Merci à tous les participants et aux partenaires dont bien évidemment Pat'à SEL, qui ont rendu cela possible.

## Le GEM en travaux

Ça y'est, les travaux de rénovation de la cuisine du GEM vont débiter ! Durant au moins deux mois, les activités habituelles de l'association s'en trouveront bouleversées. Tout ce qui est lié à la cuisine est suspendu et la part belle faite aux sorties extérieures les dimanches d'octobre (programme page 6).

Le GEM reste néanmoins ouvert pendant toute la durée des travaux avec on l'espère, des désagréments aussi légers que possible !

## Pour un GEM accueillant !

Un petit rappel : au GEM, personne au n'est au service des autres adhérents et il appartient à tout le monde de laisser le local propre et accueillant. Débarrasser et participer au nettoyage est le devoir de tout à chacun !

## Prenez l'air le samedi après-midi !

Octobre marque le retour de la balade du samedi - programmée le 8 octobre à 13h30 - et promet aussi de bons bols d'air les samedis 15 et 29 octobre grâce aux tournois de pétanque. Les places étant limitées, l'inscription à l'avance est indispensable.

## Plaisir d'écrire

Dès le 13 octobre, l'atelier écriture revient nous faire jouer avec les mots. Il se tiendra chaque semaine les jeudis à 10h30.

## Les news de l'atelier créatif

Les fêtes de fin d'année approchent doucement et c'est l'occasion pour l'atelier créatif de se pencher sur de nouveaux projets. Rendez-vous le jeudi 13 octobre à 13h30 pour une sortie shopping à Cultura à la recherche de matériel et d'inspiration.

## A la découverte du Portugal

Entre le 2 et le 8 octobre, huit adhérents chanceux partiront à Póvoa de Varzim près de Porto, pour un séjour qu'on leur souhaite excellent ! Au GEM, cela entraîne quelques modifications horaires, à ne pas oublier sur le programme.

## CONCERT DE CHANTS CORSES

avec le groupe

## VOCE DI U SESSANT'OTTU

à l'Eglise St-Joseph

Place St-Joseph - 68000 COLMAR

**VENDREDI 21 OCTOBRE**

**20H30**



## Entrée libre

avec plateau au profit du GEM

Repas en commun au GEM avant le concert

En raison des travaux, à chacun d'amener un plat salé ou sucré ! Inscription à l'avance indispensable

# Séjour en Ardèche

du 27 août au 03 septembre



C'était super génial ! On s'est bien amusé toute la semaine. On a visité des choses comme la caverne du Pont d'Arc (impressionnant !), une nougaterie, Vallon Pont d'Arc et ses magasins, Aubenas et le GEM qui nous a accueilli.

Les gîtes étaient supers. On était deux par hébergement, c'était propre et je me suis bien entendu avec Natacha et nos voisins.

Nos maisonnettes se trouvaient tout en haut du camping et ça a fait beaucoup de sport toute la semaine. Il m'a fallu du courage pour monter/descendre à chaque repas ou activité ! Heureusement j'ai eu de l'aide et en contrepartie, un paysage magnifique depuis notre terrasse.

Côté repas au restaurant, c'était très (trop) copieux ! Dans le camping, il y avait la piscine et accès directement à la rivière. C'était chouette de se retrouver le soir les pieds dans l'eau et on a eu un temps magnifique toute la semaine, pas de pluie ! On a fini le vendredi en pique-niquant au pied du Pont d'Arc, c'était magnifique.

Je souhaite que les prochaines vacances avec le GEM se passent tout aussi bien que ces vacances formidables en Ardèche !

Alexandra



*Un grand merci au GEM d'Aubenas qui nous a gentiment accueilli pour un repas en commun et qui nous a fait visiter leur belle ville .  
A bientôt en Alsace !*

## Séjour en Ardèche

du 27 août au 03 septembre

J'avais une grande appréhension parce que je ne connaissais personne dans le groupe mais j'ai été agréablement surprise : pas de cris, pas de disputes. Les encadrants ont tout fait pour nous et l'Ardèche est extraordinairement belle. J'ai découvert cette région avec beaucoup de plaisir. J'ai eu la chance d'être avec une personne très gentille avec moi, relaxante. Le camping était très beau, 4 étoiles, piscine et tout ce qu'il faut !

Sylvie R.



*J'ai été bien accueillie au GEM : le côté chaleureux et convivial m'a fait revenir. J'accroche particulièrement à la piscine et à l'atelier créatif mais je me suis aussi mise à la cafet ! Il manquait quelqu'un et Rachel était là pour m'épauler, je me suis fait embaucher direct ! Mais ça me plaît bien ☺*

Tamara

## Soirée crêpes

Vendredi 16 septembre



La soirée était très réussie, très animée. Les crêpes ont été servies à profusion, d'ailleurs j'en ai mangé 4... Suivies d'un karaoké très entraînant où tout le monde a participé.

Dans l'esprit d'entraide et de convivialité, j'ai donné un coup de main pour la vaisselle. A chacun de faire un peu pour que tout soit réussi ! A refaire !

David



## Parcours santé

Lundi 03, 10 et 17 octobre  
à 10h au GEM

Parcours en forêt en courant,  
marchant, trottinant, dansant...  
dans la bonne humeur !

Sur inscription



## Balle'trap !

Mardi 18 octobre à 15h30

Avec Denise

Séance en douceur de  
jeux de groupe, de  
ballons, badminton ou  
basket au gymnase Waltz



# Journée américaine

Dimanche 25 septembre 2016



C'était bien organisé la fête et j'ai remarqué qu'il y a du monde qui est venu. Dont des gens de l'ESAT que j'ai connus quand je travaillais encore. Il y avait de l'ambiance au moins et quand je vois les gens qui dansent, je me mets déjà sur la piste ! C'est une journée à refaire !

Marie-France



Thomas Schoeffler Jr., un super bon musicien et chanteur !

Tamara



[Cliquez ici pour la vidéo !](#)

Une journée fort sympathique où l'ambiance a été bien présente grâce à Thomas Schoeffler Jr. et aux Texas Dancers ! Grâce aussi à l'investissement des bénévoles et adhérents qui se sont décarcassés pour la réussite de cette journée. Au final, un dur labeur dans la joie et la bonne humeur !

Thierry



Hubert et Louis pour finir en musique !



# Randonnée au Tanet

Mardi 20 septembre 2016

Même en short dans le froid sous un ciel nuageux, la randonnée avec le GEM fut une réussite. En partant de la Schlucht, nous sommes montés au Tanet (1292m. Quand même!) où nous avons pique-niqué. Nous sommes passés voir le lac Vert (qui doit sa couleur à une algue qui traîne dans le coin).

Nini

Pour moi, la montée était un peu dure ! Mais j'ai tenu le coup et je recommencerai la prochaine fois s'il le faut !

Louis

Prochaine rando le vendredi 28 octobre !

Salut tout le monde ! C'est vrai en ce moment vous ne me voyez pas souvent, c'est pas pour autant que je vous oublie. J'ai profité des derniers rayons de soleil. Je sais comment je suis venue et comment je suis partie. Je vous aime tous !

Caroline

## Faire un don donne droit jusqu'a 66% de réduction d'impôt !

Le GEM de Colmar est reconnu par l'administration fiscale comme association d'intérêt général

### Concernant les dons des particuliers

La réduction est égale à 66 % des sommes versées dans la limite de 20 % du revenu imposable.

### Concernant les dons des entreprises

Ouvrent droit à une réduction d'impôt égale à 60% de leur montant les versements, pris dans la limite de 5 pour mille du chiffre d'affaires, effectués par les entreprises assujetties à l'impôt sur le revenu ou à l'impôt sur les sociétés.

### Sur le principe

Vous faite parvenir le bordereau suivant et votre don par chèque ou virement bancaire et nous vous renvoyons un reçu fiscal.

Par chèque, à l'ordre de

« Le GEM de Colmar »

Par virement : BPALS COLMAR PASTEUR

CODE BANQUE	CODE GUICHET	N° DU COMPTE	Clé RIB
14707	50871	70212778151	13
BIC : CCBPFRPPMTZ			
IBAN : FR76 1470 7508 7170 2127 7815 113			

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

.....

.....

.....

Mail ou tél. : .....

Don de : ..... €

Par :

Chèque

Virement

Bulletin à renvoyer à :  
Le GEM de Colmar – 3 Place Henri Sellier – 68000 COLMAR





## Le GEM de Colmar

3 Place Henri Sellier  
68000 COLMAR  
gemcolmar@yahoo.fr  
gem.colmar.blog.free.fr  
09.50.75.61.57 - 06.65.35.80.94

### HORAIRES D'OUVERTURE

Lundi	9h30 à 17h30
Mardi	9h30 à 17h30
Mercredi	Fermé
Jeudi	9h30 à 17h30
Vendredi	9h30 à 17h30
Samedi	13h30 à 17h00
Dimanche	9h30 à 17h00

### PARTICIPATION AUX ACTIVITES

Les activités du GEM sont réservées aux personnes adhérentes.

Toutes personnes souhaitant s'inscrire au GEM de Colmar et participer aux différentes activités doit s'acquitter de la cotisation annuelle de 10€.

Une participation supplémentaire est demandée lors de l'inscription aux repas et sorties.



## Repas et pâtisserie...

Rendez-vous dès la fin des travaux de rénovation de la cuisine (prévue en décembre) pour de prochains repas du dimanche, atelier cuisine légère et atelier gourmand !



## Pétanque à Ingersheim

Samedi 15 et 29 octobre

Pensez à vous inscrire pour participer au tournoi !



## Réunions bénévoles

Dates à noter pour le mois d'octobre : les prochaines réunions auront lieu le lundi 3 octobre à 14h, le lundi 17 octobre à 13h30 et le lundi 31 octobre à 14h !

A ne pas rater !

## CHANTS CORSES

À l'Eglise St-Joseph

Vendredi 21 octobre  
à 20h30



Avec le groupe VOCE DI U SESSANT'OTTU  
Entrée libre avec plateau, au profit du GEM de Colmar

« L'important n'est pas de convaincre mais de donner à réfléchir »

Bernard Weber



Le GEM de Colmar est parrainé par ARSEA. Avec le soutien de l'Agence Régionale de Santé, du Conseil Départemental du Haut-Rhin et de la Mairie de Colmar.