Le Second Souffle

Journal du GEM de Colmar – numéro 71 – Septembre 2017

Le mot de la présidente

C'est la rentrée avec toujours autant de projets. De nouveaux ateliers démarrent dès le début du mois : de l'art plastique, une chorale… Il serait souhaitable que les adhérents s'engagent à être réguliers dans ces activités.

A vos marques, prêt, partez !

Le 23 septembre aura lieu le pique-nique solidaire avec Schizo-Espoir au parc du Natala. Souhaitons nous une belle journée et une belle réussite. Venez nombreux !

Marie

Les nouveautés de septembre

Des nouveautés et changements vous attendent au GEM en septembre. Un nouvel atelier arts plastiques et une chorale s'installent le vendredi après-midi. Les balades se positionnent les jeudis après-midi tous les 15 jours à partir du 21 septembre. On en parle et de plus de projets encore le vendredi 8 septembre à 15h pour une réunion des adhérents de « rentrée » !

Un nouveau rendez-vous diététique

Lundi 23 septembre à 13h30, Mme Sophie Gallier, diététicienne du Réseau santé de Colmar, vient au GEM pour discuter de la composition des aliments courants que nous consommons tous tous les jours. Merci de ramener vos étiquettes de produits lors de cette rencontre !

Sondage 2017

Lors du sondage l'année passée, vous avez souhaité partir en Italie, en Croatie, ces séjours ont eu lieu en 2017 ! N'hésitez donc pas à participer au nouveau sondage qui servira de base pour les projets à venir au sein de l'association !

Bienvenue à Dimitri !

Un nouvel animateur en Service civique rejoint l'équipe du GEM durant les six prochains mois. Dimitri participera à de nombreuses activités et reprendra l'atelier informatique à compter du mardi 12 septembre, toujours sur rendez-vous.

Photos souvenirs

Comme tous les six mois, le GEM vous propose de passer commande de photos souvenirs via une commande groupée. Attention : date limite le vendredi 15 septembre.

Soirée
Retour de vacances
Mardi 26 septembre
18h à 22h
Menu italo-croate et musique estivale !

Pique-nique solidaire
avec Schizo-Espoir et le GEM Les Ailes de l'Espoir
SAMEDI 23 SEPTEMBRE
de 10h à 17h au parc du Natala à Colmar
Venez nombreux !

Le parc miniatures de Plombières

Cette journée a Plombières-les-Bains reste un très bon souvenir avec son parc de monuments miniatures. Cela demande des jours de travail et justifie le savoir-faire des humains.
Nous n'avons pas eu un temps favorable mais ça valait le coup d'être vu.

Denis

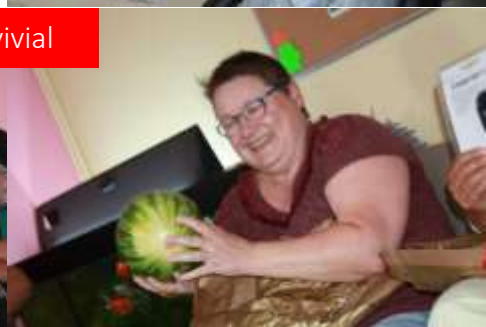
Croziflette suivie de délicieuses tartes aux myrtilles !

La croziflette

J'ai découvert ce repas grâce à Eva, la fameuse croziflette ! Le crozet est une pâte qui vient de Savoie et même ma maman qui vient de là bas ne connaissait pas ! Ce fut une belle matinée dans la joie et la bonne humeur ! Un repas bien calorique avec plein de Reblochon mais vraiment bon ! Et c'était l'occasion de faire un repas avec Eva car c'était ces derniers jours avec nous. Une bonne journée comme on les aime.

Caroline

Et d'un loto pour un après-midi convivial



Concert des Kids United

C'est l'époque de la Foire aux Vins. Nous sommes allés voir le concert des Kids United. Ma seule angoisse était la foule mais finalement ça a été quand même. J'aime beaucoup ce que font ces petits bouts avec leurs reprises etc…
Il y avait autant d'adultes que d'enfants. C'était 1h30 très agréable. Dommage l'acoustique n'était pas très bonne mais ça restera un bon souvenir.

Catherine

TEMOIGNAGE

J'aime bien venir au GEM pour toute sorte d'activités, la cafétéria et les sorties et je remercie les gens pour toutes ces bonnes choses.
J'aime aussi être en contact avec les autres, c'est formidable de voir la joie de vivre et d'être avec des gens très accueillants.

Alexandra

L'aquarium : les conseils de Fred

Attention à ne pas donner plus d'une pincée de nourriture aux poissons, sinon ça peut les tuer ! Trop de nourriture peut rendre l'eau nocive pour les plus petits. Il ne faut rien mettre dans l'eau, même pas les mains.
Duarte a pour mission de leur donner à manger tous les matins (quand il peut bien sûr !)
Et concernant mon repas du 30 juillet :
Malheusement il était à Madère… Duarte n'a pas pu goûter aux quiches aux trois viandes ! On les a faîtes à la poitrine de porc, lard paysan et jambon + pâte brisée. La bouchère nous avait dit que ça ne se faisait pas avec de la poitrine de porc mais tout le monde a aimé, c'était trop bon !

Fred

Prochain shopping en Allemagne le jeudi 7 septembre !

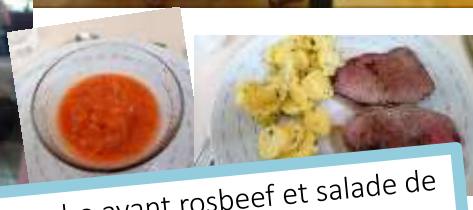
Shopping à Sasbach

C'était bien et j'ai trouvé que certains articles sont moins chers en France. J'ai acheté des bouteilles d'eau (à ramener vides la fois suivante pour la consigne!) et d'autres courses. Un bon shopping et une bonne journée mais ce qui m'a manqué, c'était un café.

Marie-France

Découverte du Musée Bartholdi de Colmar

Au GEM, tout le monde s'active…



Délicieux gaspacho avant rosbeef et salade de pommes de terre le dimanche 27 août. Et l'après-midi, un loto très convivial ! Bravo aux gagnants!

Weekend camping à Wickerschwihr

La veille on a fait le plein de provisions. Nous sommes allés à l'étang et nous avons planté les tentes. Nous avons dîné vers 19h30 aux chandelles, soirée barbecue.
Le lendemain, d'autres adhérents ont rejoint notre groupe. Il y avait même 3 pêcheurs : William, Caroline & Michel, les attrapeurs de baleine ! Après-midi cool à l'étant.

Serge

Séjour au Lac du Der

Du 28/08 au 01/09

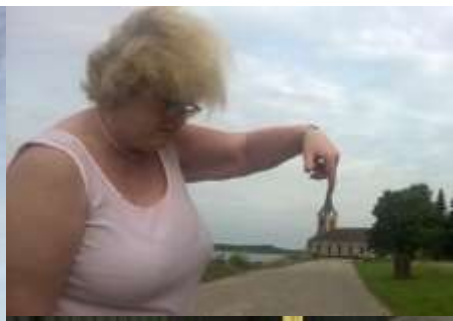
Le séjour au lac du Der était super. On a eu de la chance avec le temps, on a bien manger, bien bu et on a bien rigolé !
On a vu la nature qui est sublime, les oiseaux autour du lac. Le gîte était très bien mais le temps passe trop vite. C'est bien dommage mais c'est comme ça !

Thérèse et Christiane

Soirée raclette, une spécialité pas locale !

En bateau sur le lac

Encore une région que j'ai découverte : le lac du Der et la ville de Troyes. Tout était super : le temps, les repas, le gîte, l'ambiance. Et on a passé une matinée pour observer les oiseaux.

Jeanne

Découverte de la belle ville de Troyes