



Chorale - Tous les jeudis à 16h

Je propose de retrouver nos cœurs d'enfants à l'atelier chant tous les jeudis à 16h sur le thème « Les Jolies Colonies de Vacances ». C'est-à-dire que nous privilégions les chants que tout le monde connaît et qui nous rajeunissent !

Chantal

En balade ou en randonnée... plusieurs sorties tous les mois !



La cafétéria

Ça me fait plaisir d'aider au GEM. Ça permet de rester dans le coup : je sers, je tiens les comptes et veille au ménage. J'accompagne aussi les autres adhérents : c'est important que tout le monde puisse participer à la cafétéria !

Martine



Les jeudis à l'atelier cuisine

- 05/07 : Salade d'avocat et crevettes
- 12/07 : Poulet rôti et ratatouille
- 19/07 : Gaspacho
- 26/07 : Salade océane
- 16/08 : Légumes farcis et tartes aux pommes
- 23/08 : Salade et toast de chèvre chaud
- 30/08 : Gratin de courgettes et tarte au citron

Les vendredis à l'atelier gourmand

- 06/07 : Banade split
- 13/07 : Pana Cotta
- 20/07 : Brioche aux pépites de chocolat
- 27/07 : Tiramisu
- 17/08 : Tarte aux myrtilles
- 24/08 : Gâteau à la banane
- 31/08 : Tarte aux mirabelles

ALLEZ
ALLEZ
BLEUS



Les supporters des bleus lors du quart France-Danemark !



Sortie à Europa-Park

Mardi 19 juin

Le temps n'était pas mauvais, ni trop chaud, ni trop froid. La durée était suffisante, nous sommes partis à 19h. L'ambiance était bonne, ainsi que la restauration.

Yasmina



Balade à Eguisheim

Dimanche 24 juin

On a visité Eguisheim, très beau village. On a marché une heure. A midi il y avait de la ratatouille à l'italienne. Nicole est une très bonne cuisinière !

Françoise

C'était bien la journée ! C'était pas mal, ça m'a bien plu. Thierry m'a déjà cherché pour faire le manège (le Voletarium). Il fallait s'attacher avec des ceintures de sécurité mais pas de lunettes, il y avait un grand écran devant. On a vu de la neige, Paris, Venise, le feu d'artifice... tous les lieux importants en Europe ! – une belle vue et des images grandioses (Martine) – On avait pas le droit de filmer. J'ai mangé un casse-croûte sur le banc avec une bouteille d'eau. On a pris un café plus tard.

Marie-France



L'association **Schizo Espoir**, association de familles
et proches de personnes souffrant de schizophrénie,
les Groupes d'Entraide Mutuelle

Les Ailes de l'Espoir de Mulhouse, **Le Second Souffle** de Colmar

souhaitent vous faire connaître leurs actions
et vous invitent à venir partager

UNE JOURNÉE DE CONVIVIALITÉ
autour du sport et de la santé psychique



TOURNOI DE FOOT

Organisé par le FC Brunstatt

Petite restauration

ANIMATIONS

Démonstration de danse country

Jeux de société

Karaoké

Stade Omnisport - 9 rue du Bitz à Brunstatt



Samedi 1^{er} septembre 2018
de 9h à 17h

avec le soutien de





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.

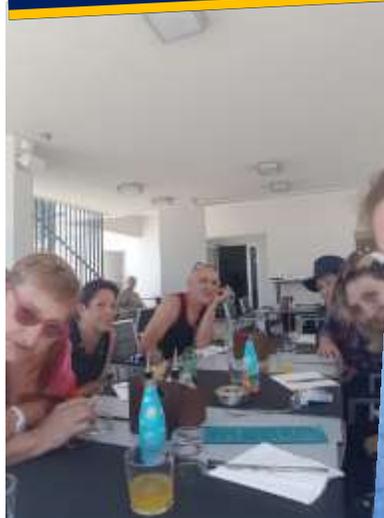
Toute personne souhaitant s'inscrire au GEM de Colmar et participer aux différentes activités doit s'acquitter de la cotisation annuelle de 12€.

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



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.

L'ACTU LIVE EN CROATIE



Que du bonheur !



L'ACTU LIVE EN CROATIE

A venir dans les prochaines semaines / mois :

- Tournoi de foot
- Séjour à Petit-Villars dans le Jura, séjour à Paris
- Les dimanches : choucroute, couscous...

à suivre !

Sortez, c'est l'été!



Circuit en train vapeur et croisière sur le Rhin
Samedi 25 août