

# Le Second Souffle

Journal du GEM n°20  
Octobre 2012



## HORAIRES D'OUVERTURE

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

## PARTICIPATION AUX ACTIVITES

Les activités du GEM sont réservées aux adhérents.

Toutes personnes souhaitant s'inscrire au GEM de Colmar et participer aux différentes activités doit s'acquitter de la cotisation annuelle de 7 €.

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

## INFORMATIONS PRATIQUES

Le GEM de Colmar  
3 Place Henri Sellier  
68000 COLMAR

09.50.75.61.57  
06.68.35.80.94

lesecondsouffle68@yahoo.fr  
Blog :  
gem.colmar.blog.free.fr

## Les news

De retour du voyage dans les Pyrénées Orientales (voir le compte-rendu pages 4, 5 et 6), le GEM de Colmar retrouve son fonctionnement quotidien avec toutes les activités que vous aimez : cafétéria, repas du dimanche, sorties et ateliers.

### REUNION DES ADHERENTS

Dans le but de discuter des activités et sorties à venir, nous vous invitons à participer à la prochaine réunion des adhérents qui se déroulera samedi 27 octobre à 14h00. N'hésitez pas à soumettre vos idées !

### SORTIES A VENIR

Vous les avez plébiscitées dans le sondage effectué durant l'été et le GEM dispose désormais d'un véhicule neuf places : de nombreuses sorties seront régulièrement organisées. Ce mois-ci sont d'ores et déjà programmées une sortie à Gérardmer, une sortie champignons, du shopping à Breisach, le salon Creativa à Strasbourg ainsi qu'un repas/croisière sur le Rhin. Les réunions des adhérents sont le moment idéal pour discuter des prochaines idées de sorties !

### ENTRETIEN DES LOCAUX

Le GEM appartient à ses adhérents et il est de la responsabilité de chacun que ce lieu reste propre et accueillant. Nous faisons appel à toutes les bonnes volontés pour donner un coup de chiffon ou de balai quand vous disposez d'un peu de temps !

## Soirée italienne

Mardi 9 octobre  
De 18h00 à 22h00

*Repas et musique italienne  
pour retrouver la  
douceur de l'été !*

*Participation : 2€*

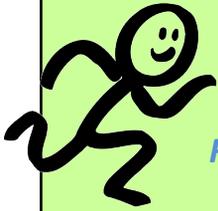


# Programme d'octobre 2012

**Mandalas, peintures,  
bricolages, mosaïques...**

**Atelier créatif**

**Lundi – 15h00**



**Envie de  
retrouver la  
forme ?**

*Reprenez le sport  
en douceur !*

**Activités sportives  
adaptées à chacun**

**Mardi – 15h00**

**Venez jouer avec les mots !**

**Atelier écriture**

**Jeudi – 15h00**



**Atelier  
théâtre**

**Vendredi – 15h00**

## Les repas et sorties

Les inscriptions et le versement de la participation au préalable sont indispensables.

Attention aux dates limites !

## Les activités régulières

Les inscriptions ont lieu au GEM et lors de la tenue des activités.

Renseignements au GEM !

**Lundi 1<sup>er</sup> octobre**  
15h00 : Atelier créatif

**Mardi 16 octobre**  
12h00 : Repas éco  
15h00 : Sport

**Mardi 2 octobre**  
12h00 : Repas éco  
15h00 : Sport

**Jeudi 18 octobre**  
9h30 : Salon Creativa à Strasbourg  
Salon des Loisirs créatifs  
15h00 : Atelier écriture

**Jeudi 4 octobre**  
8h00 : Marche  
15h00 : Atelier écriture

**Vendredi 19 octobre**  
15h00 : Atelier théâtre

**Vendredi 5 octobre**  
15h00 : Atelier théâtre

**Samedi 20 octobre**  
Accueil

**Samedi 6 octobre**  
Accueil

**Dimanche 21 octobre**  
Repas convivial  
13h00 : Sortie cinéma

**Dimanche 7 octobre**  
Sortie à Gérardmer  
GEM ouvert de 13h30 à 17h00

**Lundi 22 octobre**  
14h00 : Réunion bénévoles  
15h00 : Atelier créatif

**Lundi 8 octobre**  
14h00 : Réunion bénévoles  
15h00 : Atelier créatif

**Mardi 23 octobre**  
12h00 : Repas éco  
15h00 : Sport

**Mardi 9 octobre**  
15h00 : Sport  
18h00 : Soirée italienne  
Fermeture à 22h00

**Jeudi 25 octobre**  
15h00 : Atelier écriture

**Jeudi 11 octobre**  
8h00 : Marche  
15h00 : Atelier écriture

**Vendredi 26 octobre**  
15h00 : Atelier théâtre

**Vendredi 12 octobre**  
9h00 : Sortie champignons  
15h00 : Atelier théâtre

**Samedi 27 octobre**  
14h00 : Réunion des adhérents

**Samedi 13 octobre**  
14h00 : Sortie shopping à  
Breisach

**Dimanche 28 octobre**  
Repas / croisière sur le Rhin  
Attention : places limitées !

**Dimanche 14 octobre**  
Repas convivial  
14h00 : Concours de belote

**Lundi 29 octobre**  
14h00 : Atelier créatif

**Lundi 15 octobre**  
14h00 : Réunion de bureau

**Mardi 31 octobre**  
12h00 : Repas éco  
15h00 : Sport

**Atelier esthétique et atelier informatique**

Tous les jeudis après-midi ou sur rendez-vous !

# Souvenirs de septembre 2012



## Les repas du dimanche

Tout le monde met la main à la pâte pour préparer des repas conviviaux !

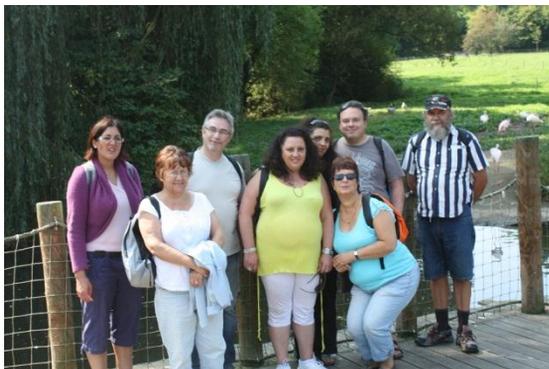


## Activités dominicales : Loto ou atelier d'écriture...



**RENCONTRER,  
PARTAGER...**

**SORTIR,  
BOUGER...**



## Sortie au zoo de Mulhouse Dimanche 9 septembre



# Voyage à Barcarès – Septembre 2012

## Notre odyssée dans le Sud

Il faisait un peu froid, ce samedi matin, mais nos dix-huit cœurs étaient bouillants, en émoi à l'idée de partir en direction du sud de la France, dans les environs de Perpignan. Un café chaud au GEM pour certains, quelques rires échangés, et ce fut le départ pour notre petite odyssée vers un ailleurs si nouveau pour nous, un ailleurs que nous attendions de découvrir depuis des mois.

Les heures se mirent à défilier dans les deux Trafic qui nous menaient vers notre destination. A mesure que la température augmentait, les paupières s'ouvraient peu à peu et tout un chacun s'éveillait le cœur emplit de joie à l'idée que chaque kilomètre franchi le rapprochait de la destination finale. Au volant, Thierry Druenne et Antoine Benni, dans le premier véhicule, Thierry Goepfert et Pascale Entz, dans le second, conduisaient à merveille et nous réservaient des pauses bienvenues toutes les deux heures. Au bout d'une petite douzaine d'heures nous arrivâmes enfin au camping « Le Pré Catalan » de Barcarès.

Quelle agréable surprise de constater que le camping est esthétiquement magnifique et a un très bon aménagement. Nous nous séparâmes en cinq groupes. Chaque groupe disposait d'un mobile-home avec un salon-cuisine, deux chambres, salle de bain et toilettes. Nous nous installâmes rapidement et nous changeâmes afin d'aller dîner au restaurant du camping. C'était délicieux. Ensuite, une bonne nuit de sommeil avant de commencer nos pérégrinations sudistes.



Le soleil dominical nous caressait la peau alors que nous marchions sur un petit sentier de garrigue en direction de Port Barcarès. Nous arrivâmes finalement non loin de la plage au cœur de ce village touristique qui a conservé sa beauté pittoresque. Nous fîmes un petit tour au marché local où les mille couleurs des fruits et légumes nous égayaient les yeux. Nous déambulâmes au gré des étals de marchands itinérants où des commerces à proximité et fîmes des achats. Après la cohue de la foule au cœur du marché, il nous fallait un peu d'isolement et de farniente. Chose que nous eûmes en allant à la plage du Racou, heureusement peu fréquentée par les touristes ce jour-ci. Malgré la tramontane qui nous pinçait la peau, nous pûmes profiter d'un grand soleil, d'une plage au sable délicieux et d'une mer calme même si un peu froide.

Quelques-uns eurent le courage de se baigner, d'autres – pour la plupart de nous – nous contentâmes de nous dorser sous l'astre chaleureux. Il fallut bien rentrer, manger un repas en groupe (comme ce serait le cas chaque soir par la suite) et passer une nuit à discuter sur la terrasse de nos mobile-home.

Ce lundi fut entièrement consacré au GEM de Perpignan qui, sous l'initiative d'Antoine, notre très cher animateur, nous avait invité en leurs locaux. Après une visite de la Maison Bleue (nom donné aux locaux et à l'association), nous prîmes un café avec les responsables de ce GEM tout en devisant de nos histoires associatives respectives. Je n'entrerai pas dans le détail en citant les différences et les points communs qu'il y a entre nos deux Groupes D'entraide Mutuelle, mais nous échangeâmes beaucoup d'informations intéressantes et pûmes constater que chaque association avait eu son propre parcours avec ses déboires et ses moments de réussite.



Après un repas inter-gem fort sympathique nous pûmes participer à des activités faites habituellement à la Maison Bleue. Certains jouèrent aux échecs, les autres discutèrent en groupe de nos deux GEM respectifs. Pour clore cette bonne journée, nous allâmes au centre-ville de Perpignan où nous visitâmes les ruelles typiques et fîmes un peu de shopping. Une fois rentrés au Pré Catalan, nous passâmes une excellente soirée entre rires et délassément.

# Voyage à Barcarès – Septembre 2012



La journée de mardi fut plus calme et, malgré un temps vraiment maussade, nous eûmes le courage de nous étendre sur la plage (certains osèrent même plonger une tête, nous les surnommèrent « les kamikazes de la grande bleue !!! ») Après quoi, une petite visite d'un bateau, le Lydia, volontairement échoué sur le sable s'imposa. En fait, il s'agit d'un musée où des œuvres avant-gardistes joutent des produits locaux, exposés sous vitrine. La vue était magnifique du haut de la vigie et le spectacle de la mer bleue caressant le sable doré nous charma. Nous rentrâmes auréolés de ces paysages magnifiques et de ces expositions enrichissantes pour nos esprits. La soirée se passa bien et nous attendions avec hâte le lendemain.

Une nouvelle aventure nous attendait ce mercredi, celle du contact avec la vie sauvage. En effet, nous nous rendîmes à la Réserve Africaine de Sigean où la faune du continent noir allait nous émerveiller. Notre parcours se décomposa en deux étapes : d'abord un parcours en Trafic dans un paysage ressemblant fort à la savane, puis une longue promenade dans la partie « zoo ». Notre tour en trafic nous fit découvrir monts et merveilles, des animaux aussi exotiques que bizarres, tels des buffles d'eau ou des antilopes, mais aussi des autruches (dont l'une d'elle n'hésita pas à s'attaquer à nos véhicules à coups de bec acéré ; le summum de cette expédition matinale fut la rencontre avec une famille de lions, certes un peu fatigués, mais qui conservaient leur aspect féroce comme des félins et paradoxalement doux comme des chatons – gare à ne pas les caresser ! Après un déjeuner sur le pouce, nous nous mîmes à arpenter les allées pédestres afin de voir de multiples et superbes espèces animales. Outre des tortues maladroites et une espèce de porcidés odorante, nous eûmes le plaisir de regarder des girafes qui nous regardèrent de haut, des pélicans roses en plein farniente au bord de l'eau, un éléphant boudeur qui nous jetait un œil moqueur, des singes facétieux et habiles et même des dromadaires qui mâchouillaient leurs herbes en pur dilettantes et ainsi de suite durant trois bonnes heures. Le spectacle auquel nous venions d'assister nous avait charmé et nous sortîmes de la réserve les yeux pétillants de belles images.



Une bonne nuit de repos nous prépara à nos nouvelles expéditions au cœur du Sud. La matinée de jeudi débuta par la visite du village de Collioure et de ses environs à bord du petit train de la Côte Vermeille. Par-delà les murs champêtres et pittoresques du village, s'étendaient à perte de vue des paysages somptueux où, ci et là, se trouvaient des vignobles charmants, des ruines militaires impressionnantes ou bien des ports de plaisance ou de pêche vraiment très beaux. Un petit repas au bord de la mer et nous voilà partis encore plus loin vers le sud en direction de la frontière franco-espagnole. Nous aboutîmes à Le Perthus, village pyrénéen où nous eûmes tout le loisir de faire du shopping dans les rues commerçantes qui, spécificité locale, proposait des prix très attractifs. En revenant au camping, nous nous demandâmes comment nous fermerions nos valises le jour du départ tant nous avons faits d'achats !!! Et pour finir cette excellente journée, après un dîner comme d'habitude en commun, une bonne partie d'entre nous passâmes la soirée au bar du Pré Catalan où une nuit karaoké était organisée. Curieusement, il se mit à pleuvoir dès que nous nous mîmes à chanter – cet événement avait-il une signification ? En tout cas, nous passâmes une très bonne soirée agrémentée de cocktails (sans alcool, cela va sans dire !)

# Voyage à Barcarès – Septembre 2012

Nous nous réveillâmes tous un peu triste car nous savions que ce vendredi serait le dernier jour que nous passerions à nous amuser dans le secteur de Perpignan. Le temps mitigé n'améliorait pas notre moral, mais nous prîmes sur nous et nous rendîmes à l'aquarium de Canet en Roussillon. Là-bas, à notre surprise générale, nous découvrîmes des variétés impressionnantes de poissons provenant de toutes les mers et tous les océans du globe ainsi qu'une flore marine aux formes étranges et mystérieuses. Que la Création est magnifique lorsqu'on peut la voir sous toutes les coutures derrière une vitre ! L'après-midi fut plus calme puisqu'une partie de nous alla à la plage s'amuser une ultime fois tandis que les autres restèrent au mobile home se prélasser un peu après une semaine si riche en émotions et un peu épuisante. Nous fûmes cependant tous en pleine forme pour nous rendre au Mas Bleu, le soir venu. Il s'agit d'un restaurant de pêcheur qui a pour spécialité, et seul met d'ailleurs, de proposer des assiettes de crustacés pêchés le matin même. Les palourdes nous glissèrent langoureusement dans la gorge, les moules nous dévoilèrent leur saveur rare et les huîtres apportèrent le feu d'artifice final à ce repas excellent. Après une bonne glace à Barcarès sous la musique d'un sosie du chanteur Christophe, nous rentrâmes au camping du Pré Catalan où nous fîmes nos bagages avec un brin de nostalgie.



Nous nous levâmes bien tôt, environ cinq heures du matin, et quittâmes le camping et le sud avec une larme dans les yeux. Le chemin du retour fut fait un peu plus rapidement que l'aller et nous revîmes à Colmar vers le milieu de l'après-midi. Que dire, sinon que nous avons passé une semaine formidable où le divertissement s'était mêlé à l'étonnement et au renouveau. Quoi qu'il en soit, toutes nos congratulations vont vers Antoine, qui a organisé ce voyage de A à Z depuis des mois, et qui l'a fait avec réussite et talent. Merci à tous les encadrants de ce voyage qui ont vraiment assuré et merci à tous les participants qui ont su apporter leur joie et leur bonne humeur.

Ce fut un voyage enrichissant, plaisant et... inoubliable. Vivement notre prochaine odyssee avec le GEM !

Philippe Wegscheider



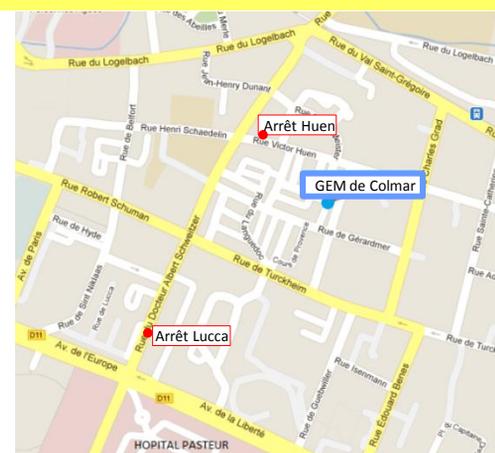
Le GEM de Colmar est parrainé par le Centre Hospitalier de Rouffach que nous remercions pour son soutien.

Des conventions ont été établies avec l'Agence Régionale de Santé et le Conseil Général du Haut-Rhin. Des partenariats nous lient avec l'Agence Nationale des Chèques Vacances ainsi qu'avec l'association Cultures du Cœur.

## Plan d'accès

**Bus :**  
Ligne 6  
Arrêt Huen

Ligne 3  
Arrêt Lucca



*Ce n'est pas parce que les choses sont difficiles que nous n'osons pas, c'est parce que nous n'osons pas qu'elles sont difficiles.*

*Sénèque*