

Le Second Souffle

Journal du GEM n°24
Février 2013



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

Campagne d'adhésion 2013

Les adhésions 2013 sont lancées ! Vous êtes d'ores et déjà nombreux à avoir repris votre carte au GEM et nous sommes ravis de votre confiance. Pour les personnes désireuses d'adhérer, n'hésitez pas à aller auprès des animateurs ou des membres du bureau de l'association.

Week-ends et voyages

Malgré le gel, une réunion s'est tenue le dimanche 20 janvier sur le thème des voyages et weekends que nous organiserons au fil de l'année. Un week-end interGEM est ainsi prévu début avril, un voyage du 15 au 22 juin au bord de la mer, un week-end randonnée au mois d'août et quelques jours à Paris au mois d'octobre.

N'hésitez pas à vous renseigner auprès des animateurs !

Réalisation d'une fresque

La réflexion sur la décoration de la salle d'activité avance et dès le mois de mars, nous nous lancerons dans la peinture du mur du fond. N'hésitez pas à rejoindre le groupe lors des ateliers !

Départ de Laura

« Avant de partir pour de nouveaux horizons professionnels, je tiens à vous dire que j'ai partagé de bons moments avec vous au GEM. Tout le monde a été accueillant et je suis ravie d'avoir passé ces quelques mois avec vous.

Continuez à faire vivre le GEM comme vous le faites si bien et n'oubliez pas vos bonnes résolutions pour la nouvelle année ! »

Laura



Mardi 12 février

De 18h à 22h

*

Buffet salé, sucré...

*

Participation 2€
(remboursée si déguisé !)

*

Attention : places limitées

Février 2013

Sortir...



Shopping à Breisach

Vendredi 8 février
13h30 à 17h00



Sortie Bollenberg Marche tranquille

Judi 14 février
14h00 – 17h00



Sortie balade en raquettes

Judi 21 février
12h30 – 17h00



Sortie bowling

Mardi 26 février
14h00 à 17h00

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.

Vendredi 1^{er} février

15h : Théâtre

Samedi 2 février

14h : Crêpe party

Dimanche 3 février

Repas convivial
14h : Loto

Lundi 4 février

14h: Réunion bénévoles
15h : Réunion de bureau

Mardi 5 février

12h : Repas éco

Judi 7 février

8h30 : Marche
10h : Atelier cuisine

Vendredi 8 février

13h30 : Sortie à Breisach
15h : Théâtre

Samedi 9 février

14h : Atelier cuisine
Préparation couscous

Dimanche 10 février

Repas convivial – Couscous
14h : Jeux

Lundi 11 février

14h : Pâtisserie – Schankalas

Mardi 12 février

12h : Repas éco
18h : Soirée carnaval

Judi 14 février

10h : Atelier cuisine
14h : Sortie au Bollenberg

Vendredi 15 février

14h : Yoga
15h : Théâtre

Samedi 16 février

14h : Atelier cuisine

Dimanche 17 février

Repas convivial
13h : Sortie cinéma

Lundi 18 février

14h: Réunion bénévoles

Mardi 19 février

12h : Repas éco
15h : Sport

Judi 21 février

8h30 : Marche
10h : Atelier cuisine
12h30 : Sortie raquettes

Vendredi 22 février

14h : Sortie piscine
14h : Yoga
15h : Théâtre

Samedi 23 février

Accueil

Dimanche 24 février

Repas convivial
14h : Concours de belote

Lundi 25 février

14h : Atelier créatif
Peinture sur soie

Mardi 26 février

12h : Repas éco
14h : Sortie bowling
15h : Sport

Judi 28 février

8h30 : Marche
10h : Atelier cuisine

**RENCONTRER,
PARTAGER...**

Souvenirs de Janvier



Fêter son anniversaire et être reine lors de la galette des Rois, il n'y a qu'Alexandra pour le faire ! 😊

Bonjour,
Je m'appelle Rachel. Je viens au GEM pour me changer les idées, ça me permet de sortir du quotidien.

Voir du monde, ça me permet de sortir de la solitude.

Je lance un appel à toutes les personnes intéressées par les activités manuelles à se manifester afin que ces activités se développent !

A part ça, j'aime bien la convivialité des repas que ce soit les dimanches ou lors des repas éco du mardi et de l'atelier cuisine du jeudi.

J'ai apprécié le voyage de l'année dernière et j'espère que celui de cette année sera aussi réussi. Venez nombreux !

Rachel



Un coucou aux adhérents du GEM Les Ailes de l'Espoir de Mulhouse qui sont venus nous rendre visite le 26 janvier !



Un beau sens civique qui a fait du GEM le lieu le plus dégagé de Colmar au matin du dimanche 20 janvier ! Chapeau Franck !

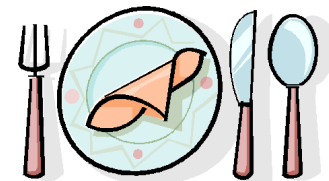


Sport

Tous les mardis à 15h !

**Atelier esthétique et
atelier informatique**

Tous les jeudis après-midi
ou sur rendez-vous



Atelier cuisine
Tous les jeudis
à 10h

Le repas est préparé et
partagé avec tous les
participants

Température extérieure négative mais bien-être immédiat dans les eaux chaudes des thermes de Bad Krozingen

Souvenirs de Janvier

**SORTIR,
BOUGER...**

SOIREE

PORTUGAISE



*Impro théâtrale, menu portugais, karaoké et danse...
Une sympathique soirée autour du Portugal le mardi 22 janvier.
Merci à tous pour votre participation !*



Je me présente, je m'appelle Jean Paul.
Je recherche une personne sachant peindre des toiles et avec qui je pourrai échanger des techniques.

Le GEM met à disposition le matériel nécessaire. Cela m'a permis de réaliser de nombreuses toiles qui sont exposées au GEM et j'espère à l'extérieur plus tard.

Travailler à deux ou plus permettrait de stimuler notre inspiration.

En dehors de ça, le GEM permet de ne pas rester dans l'isolement. J'apprécie le contact avec de nouvelles personnes.

Jean-Paul

L'espace informatique a été réaménagé, permettant un peu plus de tranquillité pour chacun. L'accès Internet est toujours libre pour l'ensemble des adhérents !



À venir en Mars : Nouvelle sortie à Bad Krozingen, week-end de Pâques, atelier fresque, osterputz...



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



« Il n'y a qu'une morale : vaincre tous les obstacles qui nous empêchent de nous surpasser. »

Louis Pauwels