

Le Second Souffle

Journal du GEM n°23
Janvier 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

Assemblée Générale du 22 décembre 2012

Grâce à votre présence lors de l'Assemblée Générale du samedi 22 décembre 2012, les nouveaux statuts de notre association ont pu être adoptés ainsi que les rapports. Nous souhaitons également la bienvenue aux nouveaux membres du Conseil d'Administration qui ont été élus :

- Rachel DA MOTA
- Sevim GOVERCIN
- Gilles MOMPER
- Pierrick BALLE

Nouvel atelier cuisine

A compter du jeudi 10 janvier 2013, Laura vous accueillera pour un nouvel atelier tous les jeudis matin : élaborer un menu, faire les courses en groupe, cuisiner et partager le repas. Pour l'élaboration du menu, nous essaierons d'allier équilibre alimentaire et économie.

Afin de mettre en pratique les connaissances acquises lors de l'atelier, un projet sera mis en place.



Meilleurs vœux pour cette nouvelle année !

Soirée Portugaise

Mardi 15 janvier

A partir de 18h00

Menu portugais - Karaoké



Janvier 2013

Sortir en janvier



Shopping à Breisach

Vendredi 11 janvier
13h30 à 17h00



Sortie « Special Soldes »

Village des marques -
Roppenheim

Samedi 19 janvier
9h30 à 17h00



Sortie à Bad Krozingen

Thermes Vita Classica

Dimanche 27 janvier
9h30 à 17h00

Mardi 1^{er} janvier

GEM fermé

Jeudi 3 janvier

Accueil

Vendredi 4 janvier

15h : Théâtre

Samedi 5 janvier

14h : Atelier Galette des Rois

Dimanche 6 janvier

Repas convivial

14h : Concours de belote

Lundi 7 janvier

14h : Réunion bénévoles

15h : Atelier créatif

Mardi 8 janvier

Repas éco

15h : Sport

Jeudi 10 janvier

10h : Atelier cuisine équilibre

Vendredi 11 janvier

13h30 : Sortie à Breisach

15h : Théâtre

Samedi 12 janvier

14h : Atelier cuisine

Dimanche 13 janvier

Repas convivial

14h : Loto

Lundi 14 janvier

15h : Atelier créatif

Réunion projet fresque

Mardi 15 janvier

Repas éco

15h : Sport

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 !

Atelier esthétique et atelier informatique

Tous les jeudis après-midi ou sur rendez-vous

Janvier 2013



Jeudi 17 janvier

10h : Atelier cuisine équilibre

Vendredi 18 janvier

15h : Théâtre

Samedi 19 janvier

9h30 : Sortie soldes à Roppenheim

GEM ouvert de 13h30 à 17h30

Dimanche 20 janvier

Repas convivial

14h : Réunion voyage et weekends 2013

Lundi 21 janvier

14h : Réunion bénévoles

15h : Réunion de bureau

Mardi 22 janvier

18h : Soirée karaoké

Menu portugais

Jeudi 24 janvier

10h : Atelier cuisine équilibre

Vendredi 25 janvier

15h : Théâtre

Samedi 26 janvier

Accueil

Dimanche 27 janvier

9h30 : Sortie aux thermes de Bad Krozingen

Lundi 28 janvier

14h : Atelier créatif

Mardi 29 janvier

Repas éco

15h : Sport

Jeudi 31 janvier

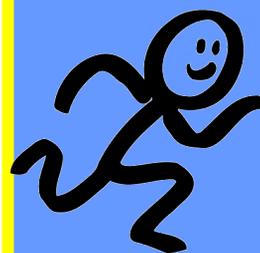
10h : Atelier cuisine équilibre

NOUVEAU!!

Atelier cuisine

**Tous les jeudis
à 10h**

**Le repas préparé
sera ensuite
partagé avec les
participants**



**Bonnes
résolutions
2013 !**

**Venez faire du sport
tous les mardis à 15h !**

Les activités hebdomadaires

(sauf circonstances exceptionnelles)

Lundi :

15h : Atelier créatif

Mardi :

12h : Repas éco

15h : Sport

Jeudi :

10h : Atelier cuisine

Vendredi :

15h : Théâtre

À venir en Février :
Soirée crêpes, sortie raquette...

**RENCONTRER,
PARTAGER...**

En décembre



*Pas moins de
deux sorties à
Europa-Park !*



*Les grandes
réunions de
l'InterGEM
cette fois à
Colmar*



*Soirée manalas :
chocolat chaud,
manalas et karaoké*



En décembre



Fête de Noël
Dimanche 23
décembre



Tout le monde a mis la main à la pâte pour préparer un menu spécial Noël et s'échanger des cadeaux dans une ambiance chaleureuse !



Fête de fin d'année
Dimanche 30 décembre



Témoignage

« Nous venons au GEM depuis 2 mois. On aime y aller pour voir des gens, on discute. On vient le dimanche, ça nous évite de rester seul chez nous et les repas sont toujours bons.

Evelyne et Pierre



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



« La volonté permet de grimper sur les cimes ; sans volonté on reste au pied de la montagne. »

Proverbe chinois