

# Le Second Souffle

Journal du GEM n°27  
Mai 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

### Festival de Rue à Colmar

Le weekend des 4 et 5 mai, venez nous retrouver Place Rapp à Colmar ! De très nombreuses associations de la région se réunissent lors du Festival des Rues de Colmar. Cette année encore, le GEM y tiendra un stand avec gâteaux, café, bonbons, informations sur le GEM et jeux pour les enfants. Merci au passage à tous les adhérents qui s'engagent pour aider à la préparation, au montage, démontage et à la tenue de ce stand.

### Les Chasses au Trésor

Pendant toute la belle saison qui arrive, nous vous proposerons tous les mois de découvrir ou redécouvrir une ville ou un village d'Alsace à travers une chasse au trésor. Pour débiter cette série de sorties, nous irons à Kaysersberg le mardi 28 mai. Un bon moyen de profiter des beaux jours tout en profitant des richesses de la région !

### Les jours fériés de Mai

Les 1<sup>er</sup> et 8 mai tombent cette année des mercredis, le GEM sera fermé comme tous les mercredis. Le jeudi 09 mai, jeudi de l'ascension, le GEM sera ouvert de 13h30 à 17h30.

Attention, le lundi 20 mai, lundi de Pentecôte, le GEM sera fermé toute la journée !

Enfin, saluons le passage d'Alexia à plein temps dès début mai. Cela permettra de vous proposer encore davantage d'activités et de sorties. Retrouvez le programme en page 4 et 5. A très bientôt !

Toute l'équipe du GEM

**Mardi 21 mai**  
**18h – 22h**  
**Soirée pour**  
**l'anniv à**  
**Ludo !**



# En Avril...



Weekend Collectif GEM Alsace



À Xonrupt-Longemer



Moi, c'est grâce à Jean-Paul que j'ai découvert le GEM.

Depuis que j'ai adhéré, je peux m'exprimer librement et j'ai une confiance en moi plus forte.

C'est un lieu de libre expression. J'ai eu des échanges avec pleins de gens différents. J'ai pu partager mes valeurs et m'épanouir sans être jugé.

Rencontrer d'autres personnes est ma principale motivation pour venir au GEM et j'encourage tout ceux qui ne veulent pas rester seul à en faire de même !

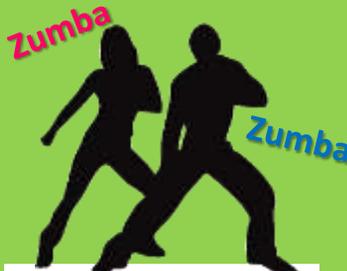
Merci à tout ceux qui s'impliquent et qui font vivre l'association !

Philippe L.

Préparation de la fresque du Gem



Anniversaires surprises de Marie la Présidente et de Vincent !

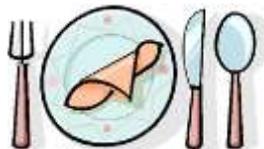


Venez vous dépenser les lundis à 16h!

Tous les vendredis à 14h

Pâtisserie

Atelier de la Gourmandise



Atelier cuisine

Tous les jeudis à 10h

Repas préparé et partagé avec tous les participants !





Un dimanche de printemps en terrasse...



De délicieuses tartes aux oignons de Sylviane, concours de belote et remise des prix!



**Soirée Moules – Frites**  
**Félicitations à tous les adhérents**  
**qui ont donné un coup de main à**  
**l'organisation de cette belle**  
**soirée, et ils ont été nombreux !**





# Au programme de MAI

## Lundi 29 avril

14h00 : Jeux vidéos  
16h00 : Sport – Zumba

## Mardi 30 avril

8h30 : Parcours Santé  
12h00 : Repas éco'  
14h00 : Atelier créatif

## Mercredi 1<sup>er</sup> mai

Fermé

## Jeudi 2 mai

8h30 : Marche  
10h00 : Atelier cuisine  
14h00 : Top 50 et jeux  
15h00 : Préparation Festival

## Vendredi 3 mai

14h00 : Piscine  
14h00 : Atelier gourmandise  
Préparation Festival  
16h00 : Sport détente – Yoga

## Samedi 4 mai

12h00 à 18h00  
**Festival « La Rue en Fête »**  
**Place Rapp à Colmar**

GEM ouvert de 13h30 à 17h30

## Dimanche 5 mai

12h00 à 18h00  
**Festival « La Rue en Fête »**  
**Place Rapp à Colmar**

GEM ouvert de 13h30 à 17h30

## Lundi 6 mai

14h00 : Réunion des bénévoles  
16h00 : Réunion de bureau

## Mardi 7 mai

8h30 : Parcours Santé  
12h00 : Repas éco'  
14h00 : Atelier créatif  
14h00 à 17h00 : Sortie à Breisach

## Mercredi 8 mai

Fermé

## Jeudi 9 mai

Jeudi de l'Ascension - Férié  
GEM ouvert de 13h30 à 17h30

## Vendredi 10 mai

10h00 : Cuisine pour dimanche  
14h00 : Piscine  
14h00 : Atelier gourmandise  
16h00 : Sport détente – Yoga

## Samedi 11 mai

9h30 à 17h00  
**Sortie randonnée**  
**pique nique**

GEM ouvert de 13h30 à 17h30

## Dimanche 12 mai

Repas convivial avec Serge  
**Lasagnes**  
\*

**Sabayan aux fruits**

13h15 : Sortie cinéma

## Lundi 13 mai

14h00 : Jeux vidéos  
16h00 : Sport - Zumba

## Mardi 14 mai

8h30 : Parcours Santé  
12h00 : Repas éco'  
14h00 : Atelier créatif  
14h00 à 17h00 : Sortie Pétanque  
à l'étang d'Ingersheim

## Mercredi 15 mai

Fermé

## Jeudi 16 mai

8h30 : Marche  
10h00 : Atelier cuisine  
14h00 : Top 50 et jeux

## Vendredi 17 mai

14h00 : Atelier gourmandise  
16h00 : Sport détente – Yoga

## Samedi 18 mai

14h00 : Pâtisserie

## Dimanche 19 mai

Repas convivial

14h00 : Concours de belote

## La cafétéria

La cafétéria vous accueille tous les jours d'ouverture du GEM de :

9h30 à 11h30 et de 13h30 à 16h15

Uniquement les après-midis les lundis et samedis

La cafétéria est tenue par les adhérents et le planning est établi lors des réunions des bénévoles. N'hésitez pas à participer !



# Au programme de MAI



## Lundi 20 mai

Lundi de Pentecôte  
GEM fermé

## Mardi 21 mai

8h30 : Parcours Santé  
12h00 : Repas éco'  
14h00 : Préparation soirée  
18h00 à 22h00 : Soirée  
C'est l'anniversaire à Ludo !

## Mercredi 22 mai

Fermé

## Jeudi 23 mai

8h30 : Marche  
10h00 : Atelier cuisine  
14h00 : « Jeux dits amusants »

## Vendredi 24 mai

14h00 : Atelier gourmandise  
16h00 : Sport détente – Yoga

## Samedi 25 mai

14h00 : Réunion voyage  
Destination « Lou Pigno »

## Dimanche 26 mai

Repas convivial avec Valérie  
**Endives au jambon**  
\*  
**Mousse au chocolat**

14h00 : Loto

## Lundi 27 mai

14h00 : Réunion des bénévoles  
14h00 : Jeux vidéos  
16h00 : Sport - Zumba

## Mardi 28 mai

8h30 : Parcours Santé  
12h00 : Repas éco'  
14h00 : Atelier créatif  
13h30 à 17h00 :  
Sortie Chasse au Trésor

## Mercredi 29 mai

Fermé

## Jeudi 30 mai

8h30 : Marche  
10h00 : Atelier cuisine  
14h00 : Top 50 et jeux

## Vendredi 31 mai

14h00 : Piscine  
14h00 : Atelier gourmandise  
16h00 : Sport détente – Yoga

## Samedi 1<sup>er</sup> juin

14h00 : Pâtisserie

## Dimanche 2 juin

Sortie pique-nique  
**Zoo de Mulhouse**

GEM ouvert de 13h30 à 17h30

## Les sorties du mois



Breisach  
Mardi 7 mai  
13h30 - 17h30



Rando - Pique nique  
Samedi 11 mai  
9h30 - 17h00



Pétanque à Ingersheim  
Mardi 14 mai  
13h30 à 17h30



Chasse au Trésor  
À Kaysersberg  
Mardi 28 mai  
13h30 à 17h00



Zoo de Mulhouse  
Dimanche 2 juin  
9h30 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.



## Destination Lou Pigno

Notre voyage approche : tous les participants sont invités à la prochaine réunion Infos qui se déroulera Samedi 25 mai à 14h00.

Les marches du jeudi matin sont fortement appréciées, surtout celle du Bollenberg qui fut bien ensoleillée!



**Nouveau !**  
Sortie parcours de santé tous les mardis à 8h30  
Sortie marche tous les jeudis à 8h30

Un dimanche au Titisee...



**Jeux vidéo**  
Wii – Xbox 360 – Kinect  
Les lundis de 14h à 16h

Un temps nuageux rattrapé par une bonne ambiance et un bon resto !



*Vendredi à 16h... Sport détente Yoga Relaxation*



**Et en juin ...**

**Dimanche 02 juin**  
Sortie au Zoo de Mulhouse

**Du 15 au 22 juin**  
Voyage au Pradet (Var)

Le GEM de Colmar est parrainé par le Centre Hospitalier de Rouffach. Il est financé par l'Agence Régionale de Santé et le Conseil Général du Haut-Rhin.

**Plan d'accès**  
**Bus :**  
Ligne 6 Arrêt Huen  
  
Ligne 3 Arrêt Lucca

