Journal du GEM de Colmar – Numéro 78 – Avril 2018

Le mot de la présidente :

Le printemps pointe le bout de son nez, mais en avril on ne se découvre pas d'un fil, ce proverbe est bien d'actualité mais cela n'empêche pas les adhérents d'être au rendez-vous, qu'il vente, qu'il pleuve, qu'il neige. Une assemblée générale est prévue le samedi 21 avril, merci aux adhérents de bien vouloir répondre présents, un goûter de l'amitié sera proposé à la fin de l'assemblée. L'association poursuit son action, merci a tous ceux qui s'investissent jour après jour.

Marie

Rénovation de la cave

Un gros projet arrive ce mois-ci : redonner un petit coup de ieune à la cave du GEM. Pour se faire des travaux seront effectués durant la dernière semaine d'avril. Et ce sont 3 de nos adhérents qui vont diriger le projet, on recherche des volontaires pour donner un petit coup de main!

Soirée Tahitienne

Tenue traditionnelle, ambiance des îles, décoration en conséquence et un menu exotique pour accompagner le tout. Venez participer à la soirée Tahitienne du GEM le Vendredi 20 avril à 18h.

Karaoké et goûter avec les ailes de l'Espoir

Le Jeudi 26 avril nous prendrons la route pour aller retrouver nos compères du Gem de Mulhouse, afin de faire un karaoké endiablé qui sera suivi d'un goûter. Avis aux amateurs!

Les sorties du mois :









Visite du musée Wurth « exposition Hélène de Beauvoir » Samedi 3 mars

Repas convivial avec Duarte et Fred « raclette »

Dimanche 4 mars



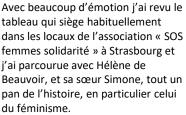




Aujourd'hui c'était notre repas convivial avec Fred : raclette ! On avait l'impression d'être dans un chalet de montagne à Chamonix. J'ai mis la main à la pâte en cuisine, j'ai préparé la salade de A à Z, c'est tout un art !

J'ai beaucoup mangé, l'ambiance était sympa, il faut refaire une raclette l'année prochaine!

Duarte



Vivent Hélène et Simone! Et merci au musée Wurth, mon homonyme.

Cerise sur le gâteau : l'entrée est gratuite le samedi!

Chantal























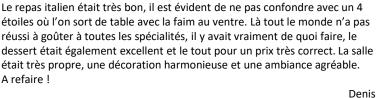




Création de masque en plâtre Lundi 5 mars

Repas italien au restaurant Milli Gusto Dimanche 11 mars





dessert était également excellent et le tout pour un prix très correct. La salle était très propre, une décoration harmonieuse et une ambiance agréable. A refaire!



Débuts des masques en plâtre, on continue durant le mois d'avril durant les atelier créatifs!





Parcours santé tout les lundi

Atelier gourmand tout les vendredi matin

Les sorties au parcours santé : je n'arrête pas depuis septembre. Cela m'aide à booster mon physique et à me ressourcer grâce à la nature et à l'air pur du matin.

Bernard



La pâtisserie, une bonne tranche de rigolade!









Ball'Trap tous les mardi

Sortie à la médiathèque Samedi 10 mars





1^{ère} sortie médiathèque, mais quelle histoire! On a pris le bus numéro 6 mais le chauffeur à oublié de nous dire qu'il n'y avait pas l'arrêt « Marché Couvert » pendant les travaux, du coup on s'est retrouvé à l'arrêt « Vauban » Vive le détour!

Sinon une fois arrivés à la médiathèque, c'était sympa, on a pu choisir entre livre, dvd et cd, 10 emprunts par catégorie!

Puis après toutes ces péripéties on a pris le chemin du retour.

Tamara

Sortie à la médiathèque une fois par mois!



Ce fût un plaisir pour moi d'emmener l'association « jeune » enfin plutôt le GEM au loto de mon ancien lieux de travail. Le début était un peu rapide mais avec le temps on y est tous arrivés. Le lot numéro 13 fut rigolo, on a du se lever et à chaque fois qu'on avait le numéro appelé il fallait s'asseoir, à la fin il ne restait plus qu'Alexandra et moi. Je remercie et je félicite Alexandra d'avoir partagé le lot qu'elle avait gagné, des packs d'eau aromatisés Carola!

L'ambiance était bonne, j'ai revu du monde, ça m'a fait du bien au moral.

On recommence l'année prochaine ? Mais avec moins de cartons ! Nous ne sommes pas repartis bredouilles et l'essentiel c'est de participer. Que du bonheur !

Tamara





Sous les flocons j'arrive au GEM et la journée commence par une petite bataille de boule de neige avec Francesco. On passe à table vers 11h30, des pâtes, de la crème et du jambon, et un petit dessert léger : une clémentine.

On arrive au Pensionnat Sainte Marie de Ribeauvillé vers 13h30 pour le loto, nous nous installons aux places réservées pour le Gem et Tamara nous distribue les cartons.

J'avais 9 cartons, ça allait un peu vite mais ça en valait le coup : la chance m'a souri ! J'ai gagné un lot de boissons, puis un panier garni avec plein de bonnes choses et puis pour finir j'ai décroché le gros lot et pendant ce temps Nicolas a gagné une trancheuse à saucisson et la charcuterie qui va avec bien sûr !

Catherine













Aujourd'hui j'était un peu multitâches en cuisine. Mais à chaque que je viens faire l'atelier cuisine ça me vide la tête et c'est aussi l'occasion de voir du monde. Le repas était très bon, on découvre toujours de nouveaux plats!

Chaque semaine il y a d'autre personnes, c'est agréable.

Christiane

Les ateliers cuisine légère, c'est tous les jeudi!

Au menu ce mois-ci : « hachis parmentier, poulet tandori, salades et shiffala, bouchée à la reine »

Création d'une tenue tahitienne en vue de la soirée du même nom











Nous avons dégusté une superbe pizza bien volumineuse, personne n'a réussi à finir son assiette. Allerretour du gem vers le cinéma, une séance où le spectacle était de rigueur, c'était une soirée très agréable en tout point de vue. La critique serait de la mauvaise volonté

Et le tout moins cher qu'un paquet de clopes! Le ventre plein et un bon moment de plaisir. Avis aux amateurs!

Denis



Prochaine soirée au GEM Le vendredi 20 avril « Ambiance Tahitienne »



Point animation:

Les beaux jours font leur retour, les activités en plein air aussi! La pétanque reprend le lundi 16 avril puis le lendemain une petite randonnée vous attend. Avis aux amateurs première balade à vélo de l'année; le lundi 30 avril et pour ceux qui préfèrent rester à pied, n'oubliez pas la traditionnelle balade du jeudi.

Qui dit printemps dit aussi ménage de printemps! Une journée de rangement et de nettoyage du Gem est prévue le jeudi 5 avril, toute aide est la bienvenue, un goûter sera servi aux participants à l'issue de la journée.

Allier l'utile à l'agréable c'est possible les lundi 9 avril et jeudi 19 avril avec l'atelier mémoire ou le petit bac, faire chauffer les méninges tout en passant un moment convivial!

Informations importantes

il y aura deux réunions ce mois-ci concernant les séjours, une réunion pour l'Italie le vendredi 13 avril et une réunion pour la Croatie le jeudi 19 avril.

Faire un don donne droit <u>jusqu'a 66% de</u> <u>réduction d'impôt !</u>

Le GEM de Colmar est reconnu par l'administration fiscale comme association d'intérêt général

Concernant les dons des particuliers

La réduction est égale à 66 % des sommes versées dans la limite de 20 % du revenu imposable.

Concernant les dons des entreprises

Ouvrent droit à une réduction d'impôt égale à 60% de leur montant les versements, pris dans la limite de 5 pour mille du chiffre d'affaires, effectués par les entreprises assujetties à l'impôt sur le revenu ou à l'impôt sur les sociétés.

Sur le principe

Vous faite parvenir le bordereau suivant et votre don par chèque ou virement bancaire et nous vous renvoyons un reçu fiscal.

Par chèque, à l'ordre de « Le GEM de Colmar »

Par virement: BPALS COLMAR PASTEUR

CODE BANQUE	CODE GUICHET	N° DU COMPTE	Clé RIB	
14707	50871	70212778151	13	
BIC : CCBPFRPPMTZ				

IBAN: FR76 1470 7508 7170 2127 7815 113

Nom:
Prénom :
Adresse:
Mail ou tél. :

Don de :	€
----------	---

Par:

- □ Chèque
- □ Virement

Bulletin à renvoyer à : Le GEM de Colmar – 3 Place Henri Sellier – 68000 COLMAR

« Le bonheur est parfois caché dans l'inconi







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.

Victor Hugo



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

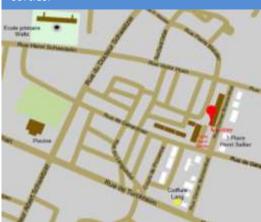
Jeudi9h30 à 17h30Vendredi9h30 à 17h30Samedi13h30 à 17h00Dimanche9h30 à 17h00

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.



AVRIL 2018

13h30 : Balade à vélo

12h: Repaséco

16h : Le Petit Bac

10 : Parcours santé

Lundi Dimanche 9h30 à 17h00 Samed Vendredi eudi Mercredi Mardi gemcolmar@yahoo.fr 3 Place Henri Sellier Le GEM de Colmar Sauf mention contraire en fonction des activités 68000 COLMAR 06.68.35.80.94 09.50.75.61.57 Dimanche 1^{er} avri de 13h30 à 17h Accueil au GEM 9h30 à 17h30 13h30 à 17h00 9h30 à 17h30 Ferme 9h30 à 17h30 9h30 à 17h30 9h30 : Ménage de printemps 14h : Sortie à la médiathèque « Hochis parmentier et salade verte » 12h : Pique-nique/saudisse 12h: Repas Convivial avec Marie-Andrée et Martine 10h30: Atelier gourmand 12h: Pique-nique/ soupe 9h : Randonnée moyenne 13h45 : Cinema au Gem 10h : Atelier informatique 14h : Sortie à la fête des 15h : Chasse aux oeufs 15h : Atelier jardinage 10h30: Cuisine legere 9h30: Petit-déjeuner 11h: Atelier soupe 10h : Parcours santé Jonquilles, Mittlach 14h: Atelier creatif Dimanche 8 avril 15h30: Ball'Trap Vendredi 6 avril Mercredi 4 avril 15h45 : Goûter 12h: Repas éco Samedi 7 avril 14h: Cuisine Mardi 3 avril Lundi 2 avril Jeudi 5 avril 16h : Chant * Pot du feu s 14h: Réunion des bénévoles 12h : Pique-nique/ croque-13h30: Shopping à Breisach Pate de partire de lette à la vainde 10h30: Atelier gourmand 12h: Repas convivial avec 13h30 : Sortie au Bowling 14h30 : Réunion pour le 12h : Pique-nique/pizza 14h: Creation de tenue 10h30 : Cuisine légère 9h30: Petit-déjeuner 10h : Parcours santé · 我就是我 你我看 你是你 ~ 14h : Atelier creatif 11h: Atelier pizza Dimanche 15 avril * Powlet tandoriet rus 16h: Le Petit Bac Vendredi 13 avril Mercredi 11 avril 15h30: Ball'trap Samedi 14 avril 12h: Repas eco sejour en Italie 15h45 : Goûter 13h30: Balade Mardi 10 avril 14h: Cuisine Jeudi 12 avril Lundi 9 avril 16h : Chant monsieur Caroline Ferme 9h30 : Sortie au Zoo de Bâle 15h : Préparation de la soirée 14h: Réunion pour le séjour l'après midi de 13h30 à 17h 12h : Pique-nique / saudsse 10h30: Atelier gourmand 12h : Pique-nique/soupe 10h : Atelier informatique GEM ouvert uniquement 14h : Assemblée général 18h : Soirée Tahitienne 16h: Atelier mémoire + Trie de saledes et shiffola + 10h30 : Cuisine légère 9h30: Petit-déjeuner 13h30 : Reunion des 10h: Parcours sante 11h: Atelier soupe Dimanche 22 avril Vendredi 20 avril Mercredi 18 avril 15h30: Ball'trap 12h: Repaseco 15h45: Goûter 9h : Randonnée Samedi 21 avril 16h : Pétanque Mardi 17 avril Lundi 16 avril Jeudi 19 avril 16h: Chant en Croatie adhérents Ferme 13h30 : Rénovation de la cave 13h30 : Rénovation de la cave 13h30 : Rénovation de la cave 9h30 : Rénovation de la cave 14h : Balade au bord du Rhin 10h30: Atelier Cuisine legere 12h: Pique-nique/croque-14h : Réunion des bénévoles 14h : Rénovation de la cave 10h : Rénovation de la cave 14h : Karaoké et goûter au 10h : Rénovation de la cave 12h : Repas convivial avec 10h30: Atelier gourmand 10h : Rénovation de la cave 12h: Pique nique / pizza 9h30: Petit-déjeuner 10h : Parcours sante Parmenter de canará » 11h: Atelier pizza Dimanche 29 avril GEM de Mulhouse Vendredi 27 avril 15h : Le Petit Bac 14h30 : Pétanque Mercredi 25 avril 12h: Repaseco Samedi 28 avril 15h45: Goûter Bouchée à la veine Mardi 24 avri 14h: Cuisine Jeudi 26 avril 16h: Molki monsieur Ferme

Tahitienne