

Le Petit Journal du GEM de Colmar
Groupe d'Entraide Mutuelle
« Le Second Souffle »



Blog : gem.colmar.blog.free.fr
N° 17 – Mois de JUILLET



Le Castillet
Emblème de PERPIGNAN



Port
D'ARGELES



Plage
PORT BARCARES

PROCHAINS RENDEZ-VOUS

- Réunion de coordination n°4
Samedi 07 juillet à 14h
- Atelier organisation du marché aux puces
Vendredi 20 juillet à 14h
- Marché aux puces d'Horbourg-Wihr
Dimanche 22 juillet à 14h

BIBLIOTHÈQUE DE COLMAR

Le GEM est abonné à la bibliothèque municipale de Colmar.
Nous pouvons emprunter des documents (livres ,
multimédias...)
dans toutes les bibliothèques de la ville.

Petit mot de la Présidente

« MERCI » pour l'aide apportée lors des différents déménagements :

- à Thierry GOEPFERT
- à Thierry DRUENNE
- à Olivier JECKER
- à Jean-Paul KIELESKY
- à Philippe WEGSCHEIDER
- à KIEN Sacha
- à BAAL Francis
- à ENTZ Pascale
- à DA MOTA Rachel
- ...

Ca aussi c'est l'entraide !

Nouveau au GEM

CONVENTION SIGNÉE AVEC L'ANCV (AGENCE NATIONALE DES CHÈQUES VACANCES)



Accès à la Bourse Solidarité Vacances :
offre de séjours dans toutes les régions françaises à prix réduits sous condition de ressources. Consultation du catalogue sur demande auprès des responsables du GEM.

CONVENTION SIGNÉE AVEC CULTURES DU CŒUR – HAUT RHIN

Accès à des concerts, visites guidées ou sorties. L'action principale de Cultures du Cœur est une action de promotion de l'insertion en faveur des plus démunis par l'éducation aux pratiques culturelles, sportives et de loisirs.

Cultures du Cœur
Sortir, et s'en sortir



CONVENTION SIGNÉE AVEC ADB SOLIDA TECH

CONSEIL GÉNÉRAL DU HAUT-RHIN



AGENCE RÉGIONALE DE LA SANTÉ (ARS)



Petit coup d'œil aux activités du mois

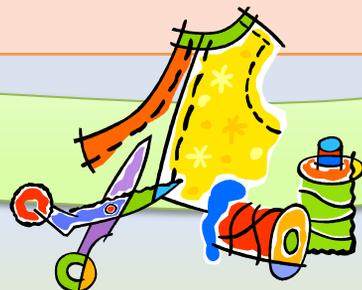
Lundi 02	Atelier couture et peinture de 14h à 16h30 avec Pascale ENTZ Yoga de 14 h à 15 h avec Gilles MOMPER
Mardi 03	Repas économique (1,80 €) Nettoyage des locaux à partir de 14 h Sortie Bowling à partir de 14 h (Tarif à définir) avec Antoine
Jeudi 05	Atelier « Blog- Journal à 10 h avec Thierry DRUENNE Atelier « Ecriture » avec Francis BAAL & Philippe WEGSCHEIDER Sortie marche de 8h30 à 10h avec Thierry GOEPFERT Atelier esthétique à partir de 14 h avec Marie GOEPFERT
Vendredi 06	Atelier cuisine avec Antoine BENNI
Samedi 07	Réunion de coordination – Aller voir la mer à 14h
Dimanche 08	Pique-Nique de 10 h à 17 h (rendez-vous devant le GEM) Etang d'Ingersheim
Lundi 09	Activité « Ecriture » avec Philippe WEGSCHEIDER & Francis BAAL Atelier couture et peinture de 15h à 16h30 par Pascale ENTZ
Mardi 10	Sortie pique nique de 10h à 16h
Jeudi 12	Sortie marche de 8h30 à 10h avec Thierry GOEPFERT Atelier esthétique avec Marie GOEPFERT
Vendredi 13	Yoga de 14 h à 15 h avec Gilles MOMPER Soirée Festival du Natala – Feu d'artifice
Dimanche 15	Repas convivial (3€) Sortie piscine de Munster à partir de 14 h (Tarif à définir)
Lundi 16	Pas d'atelier couture et peinture Après-midi jeux
Mardi 17	Sortie Colmar – Plage de 10h à 16h avec Antoine BENNI
Jeudi 19	Sortie marche de 8h30 à 10h avec Thierry GOEPFERT Atelier esthétique avec Marie GOEPFERT
Vendredi 20	Atelier organisation du marché aux puces de 14 à 16h
Samedi 21	Visionnage film (à définir sur place)
Dimanche 22	Marché aux puces à Horbourg-Wihr de 6h à 17h

Petit coup d'œil aux activités du mois

(suite)

Lundi 23	Réunion des bénévoles (cafétéria et activités) Atelier couture et peinture de 15h à 16h30 avec Pascale ENTZ
Mardi 24	Repas économique (1,80 €) Nettoyage des locaux à partir de 14 h
Jeudi 26	Atelier « Blog- Journal à 10 h avec Thierry DRUENNE Sortie marche de 8h30 à 10h avec Thierry GOEPFERT Atelier esthétique par Marie GOEPFERT
Vendredi 27	Yoga de 14 h à 15 h avec Gilles MOMPER Sortie bibliothèque à 11h
Samedi 28	Courses repas du dimanche
Dimanche 29	Repas convivial -Tournoi de belote
Lundi 30	Atelier couture et peinture de 14h à 16h30
Mardi 31	Sortie pique nique de 10h à 16h

En bref...



Tous les mardis midi :
Repas économique (1,80 €)

Tous les mardis après-midi :
Nettoyage des locaux

Tous les vendredis après-midi de 14 h à 15 h :
Yoga animé par Gilles

Tous les jeudis matin de 8 h 30 à 10 h :
Marche animé par : Thierry GOEPFERT

Tous les jeudis après-midi de 14 h à 17 h :
Esthétique animé par : Marie GOEPFERT

Tous les dimanches midi :
Repas convivial (3 €)



Les mardis matin :

Atelier « Blog –Journal » à 10 h
Animé par Thierry DRUENNE

Jeudis 5.07 - 19.07.12 :

Atelier écriture
Animé par F. BAAL &
P. WEGSCHEIDER

Les lundis après-midi :

Atelier couture et dessin
Animé par P. ENTZ



*Quelques témoignages
D'adhérents*

L'accueil et les adhérents sont chaleureux, je suis contente de passées des agréables.

Je mets mes connaissances au service du GEM pour le bricolage, la couture.

Il y a beaucoup de moments de fous rires, on ressort avec les batteries !!!!

Pascale ENTZ.

C'est super génial le GEM de Colmar « le second souffle » !

Ils m'ont beaucoup aider lors de mon déménagement.

Je tiens la cafétéria en tant que bénévole, ça me libère.

On s'amuse comme des fous !

Vive le GEM !

Alexandra DIEZ.

Le GEM c'est bien. On s'y sent bien, on y mange bien aussi.

On fait des activités intéressantes.

L'équipe est sympa, pourvu que ça dure.

On espère et on souhaite que des bons moments !

Ahmed GHOUATI.

Quelques photos de nos diverses sorties...



Soirée
Chocolat-chaud
Brioche.

-
Diffusions de
diapositives



*Eclats de rires malgré le temps pluvieux
à Europa-Park*



Repas convivial

Au menu : Taboulé et tarte au chocolat



Le G.E.M pour...

RENCONTRER, PARTAGER...

Repas conviviaux tous les dimanches (maxi. 23 personnes) (3 € par personne)

Repas économique tous les mardis (1,80 € par personne)

Cafétéria tenue par les bénévoles, ouverte tous les jours

SORTIR, BOUGER...

Sortie marche les jeudis matins pour retrouver la forme avec Thierry GOEPFERT

Sortie pique-nique en forêt, en montagne ou au bord de l'eau...

Sortie bowling, cinéma ou piscine

Soirée festive le 13 juillet :

Musique et cinéma au Festival du Natala suivi du feu d'artifice du 14 juillet

Marché aux puces d'Horbourg-Wihr le dimanche 22 juillet

Retrouvez-nous sur le parking de BABOU, direction Andolsheim

APPRENDRE, CRÉER...

NOUVEAU

Atelier couture et peinture : Développer sa créativité avec les conseils avisés de Pascale

Atelier d'écriture : Jouer avec les mots avec Philippe WEGSHEIDER et Francis BAAL

Atelier cuisine et pâtisserie : Proposer ses compétences ou apprendre à faire de bons repas !

...

Atelier informatique : Maîtriser l'outil informatique avec Thierry DRUENNE

Atelier esthétique : Retrouver confiance en soi avec Marie GOEPFERT

PROPOSER, S'ENGAGER...

Réunions bénévoles : organiser la tenue de la cafétéria et les activités

Atelier blog et journal : communiquer, informer, sensibiliser sur la vie du GEM

Nettoyage des locaux : le GEM appartient à ses adhérents et toute aide est la bienvenue !

PROCHAINEMENT...

Soirée tropicale

Théâtre

Sport individuel ou collectif

Journée Portes ouvertes



La rentrée se prépare déjà au GEM, n'hésitez pas à vous manifester si vous êtes intéressés !

IL FAUT CULTIVER LA DIFFÉRENCE ET NON L'INDIFFÉRENCE !