

Planning prévisionnel Février 2018

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
Jeudi 01 10h/12h 14h/17h	10h/12h : Préparation repas 12h/14h : Repas avec Jean-Louis -7€ 14h/17h : Karaoké avec Laurent 16h/16h30 : Réunion Journal 17h/18h : Relaxation
Vendredi 02 10h/17h	10h : Piscine avec Salah 10h30/12h : Atelier écriture 12h/13h30 : Local ouvert 14h/15h: entraînement énergétique avec Laurent et Jessica 15h30/16h30 : Zumbagem avec Djo et Laurent 17h/18h15 : visionnage des vidéos 10 ans du GEM avec Laurent
Samedi 03 14h/17h	14h/17h : Permanence Salah
Dimanche04 14h/17h	14h/17h : Permanence Salah
Lundi 05 10h/17h (pour info : CPT)	10h/11h : Nettoyage du local 12h/13h30 : Local ouvert 14h/15h : groupe d'échange et de parole avec Philippe 15h30/16h 30: initiation aux conseils écologiques avec Aza ; 16h30/17h : Réunion Journal 17h/18h : Tea Time
(pour info : réunion bureau) Mardi 06 10h/17h	10h/11h :Petit-dej littéraire avec Philippe et Aza 2€ 12h/13h : Local ouvert 14hà 15h30 : Atelier Bienveillance avec Mickaël B et Valérie D. 14h : Marche nordique avec Naïm 15h /17h: Peinture avec Valérie S 17h/18h : cours d'anglais avec Hedi (évaluation du niveau)
Mercredi 07 local fermé	10h/17h : local Fermé ( réunion salariée+ rangement administratif)

Jeudi 08 10h/12h 14h/17h	10h/15h : virée Shopping à Neuenburg avec Jessica et Valérie S. 12€ 10h : Préparation repas 12h/14h : Repas avec Patrick.- 6€ 14h/17h : karaoké avec Farid 17h/18h : Relaxation avec Jessica
Vendredi 09 10h/17h	10h : Piscine avec Salah 10h30/12h : Atelier écriture 12h/13h30:Local ouvert 14h : réunion adhérents 15h : Bowling kinépolis avec Philippe T et Jessica ( prix du tram et 4€/ partie) 17h/21h : soirée espagnole avec Laurent et Seb' et Aza 7€
Samedi 10 14h/17h	14h/17h : Permanence Salah 19h30 devant Gem ou 20h directement : Sortie restau « La Lanterna » avec Stéphan-2€ de caution
Dimanche11 14h/17h	14h/17h : Permanence Salah
Lundi 12 10h/17h	10h/11h : Nettoyage du local 11h30 : Rdv pour restau « le secret » avec Guillaume Be (2€ caution) 12h/13h30 : Local ouvert 14h /17h: atelier sensibilisation aux éco gestes avec Enercité et Civigaz 17h/18h : Tea Time
Mardi 13 10h/17h	10h/11h : projet musical avec Ayden et Laurent, Jessica 12h/13h30 : Local ouvert 14h/15h : réunion Festigem à la Navette (à confirmer) 14h : marche nordique avec Naïm 15h /17h: arts plastiques avec Valérie S 17h/18h : cours d'anglais avec Hedi
Mercredi 14 10h/17h	10h/11h : Nettoyage du local 11h/12h : Djembé avec Michaël G 12h/13h30 : Local ouvert 12h : restau Fonderie avec Delphine 2€ de caution+ prévoir transport en tram 14h/16h : fête Saint Valentin avec Aza 15h/17h : Informatique avec Béatrice ou Michaël Bohy sur RDV 16h30/18h : Chant avec Laurent et Jessica
Jeudi 15 10h/12h 14h/17h	10h : Préparation repas 12h/14h : repas avec Tulay 6€ 14h/17h : thé dansant au Carnaval avec Violette 14h /17h: karaoké avec Laurent 17h/18h : Relaxation avec Jessica 20h30 : Soirée Slam aux "Copains d'abord » avec Philippe B

Jours	Horaires activités - Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
Vendredi 16 10h/17h (Pour info : MDC GEA)	10h : Piscine avec Salah 10h30/12h : Atelier écriture 13h30 : réunion ASA 12h/13h30 : Local ouvert 14h/15h : réunion séjour 15h/16h : Zumbagem avec Djo et Laurent 17h/18h15 : Apéro avec Delphine 3€
Samedi 17 14h/17h	14h/17h : Permanence avec Salah RDV gare SnCF 10h30, retour 17h45 : Sortie Strasbourg avec Amer et Aza 9€ <i>Places limitées (prévoir argent pour repas).</i>
Dimanche 18 14h/17h	14h/17h : Permanence avec Salah
Lundi 19 10h/17h pour info : copil CLSM Réunion DLA	10h/12h : Nettoyage du Local 12h/13h30 : Local ouvert 14h/17h : après midi surprise 17h/18h : Tea Time
Mardi 20 10h/17h:	<b>Journée au CH Rouffach avec Stéphan</b> 10h/11 : petit-dej littéraire avec Philippe B et Aza 2€ 12h/13h30 : Local ouvert 14h/16h : réunion CLSM Culture au gem 14h : Marche nordique avec Naïm 15h : Goûter anniv' Seb 16h/17h : peinture avec Valérie 17h/18h : cours d'anglais avec Hedi
Mercredi 21 10h/17h	10h/11h : Nettoyage du local 11h/12h : Djembé avec Michaël G 12h/13h30 : Local ouvert 14h : Goûter d'anniv' de Laurianne 15h/17h : Informatique avec Béatrice ou Michaël Bohy sur RDV 14h30/16h30 : peinture avec Valérie 16h30/18h : Chant avec Laurent et Jessica
Jeudi 22 10h/12h 14h/17h	10h : Préparation repas 12h/14h : Repas avec Yasmina - 5€ 14h/17h : karaoké avec Farid 17h/18h : Relaxation avec Jessica

Vendredi 23 10h/17h	10h : Piscine avec Salah 10h30/12h : Atelier écriture 12h/13h30 : Local ouvert 13h30 : réunion ASA 14h/15h : entraînement énergétique avec Laurent et Jessica . 15h/16h : Zumbagem avec Djo et Laurent 17h/21h : soirée Couscous Turc avec Tulay et Jessica 7€
Samedi 24 14h/17h	8h15/12h30 : formation 1ers secours 14h/17h : Permanence Salah
Dimanche 25 14h/17h	14h/17h : Permanence avec Salah
Lundi 26 10h/17h	10h/11h : Nettoyage du local 12h/13h30 : Local ouvert 15h : après-midi pâtisserie turque avec Tulay et Laurianne 14h : présentation DLA et réunion adhérents. 17h/18h : Tea Time
Mardi 27 10h/17h	10h/11h : projet musical avec Ayden et Laurent, Jessica 11h/12h : réunion prépa « sans écran qui suis-je ? » avec Jessica 12h/13h30 : Local ouvert 14h : marche nordique avec Naïm 14h à 17h 30 : atelier bienveillance avec Mickaël B et Valérie D. 15/17h : arts plastiques avec Valérie 17h/18h : cours d'anglais avec Hedi
Mercredi 28 10h/17h	10h/11h : Nettoyage du local 11h/12h : Djembé avec Michaël G 12h/13h30 : Local ouvert 14h30/15h : Réunion Journal 15/17h : Informatique avec Béatrice ou Michaël Bohy sur RDV 16h30/18h : Chant avec Laurent et Jessica

### Menus prévisionnels du JEUDI

**Jeudi 01** → repas raclette

**Jeudi 08** → Poulet à la méditerranéenne

**Jeudi 15** → Soupe, riz vermicelles et  
escalope à la crème

**Jeudi 22** → repas végétarien et copieux !



### Dispositif Local d'Accompagnement

Vous vous demandez ce que s'est ?

Vous avez envie de participer à l'avenir du GEM ?

**VENEZ le lundi 26 février à 14h !**

### Ateliers Bienveillance

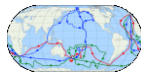
Les mardis 6 et 27 février 2018

De 14h à 15h30

« comment prendre soin de nous et de ce(ux) qui nous entoure(nt) avec Michaël B et Valérie D



### Réunion séjours



Le vendredi 16 juin 2018 à 14h !

Vous souhaitez partir en vacances avec nous...venez à la réunion !

### Formation 1ers secours PSC1

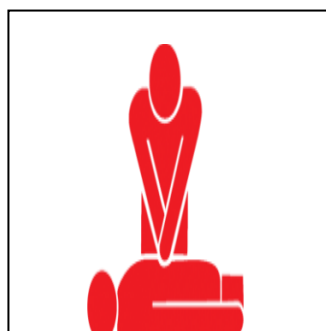
Les samedis 24 février et 3 mars 2018

De 8h15 à 12h30

Nous vous proposons de participer à cette formation.

(Places limitées)

Inscription avant le 10 février 18



Toutes les activités prévisionnelles des antennes de Mulhouse et du Sundgau sont ouvertes à tous les adhérents du GEM les Ailes de l'Espoir



Cours d'anglais  
avec Hedi

Les mardis de 17h  
à 18h

### Planning prévisionnel du Sundgau

*Le samedi 3 février 2018 : sortie Musée du Jouet à Colmar 5.50€ + prévoir le coût du transport*

*Le jeudi 8 février 2018 : Restau chinois à Altkirch (repas à volonté) + 2€ de caution*

*Le vendredi 9 février 2018 : Permanence (quartier plessier, 8 rue des Hussards à Altkirch, informations auprès de Violette)*

*Le jeudi 15 février 2018 : Repas au GEM 7€ RACLETTE thé dansant et Carnaval à Mulhouse avec Violette*

*Le vendredi 23 février 2018 : permanence*

*Le lundi 26 février 2018 : DLA présentation + réunion adhérents sur Mulhouse*

*Quelques textes de nos écrivains.... Extraits du livre de Gem, actuellement en vente dans nos locaux !*

« Normal, Anormal ? Qui suis-je pour juger autrui ? »

K'es ket Normal wech

Être normal, c'est pouvoir faire ses lacets le matin. Être normal, c'est de ne pas avoir de champignons, style amanite tue-mouche sur tout le corps. Être normal, c'est ne pas cracher par terre toutes les 3 secondes et demie. Être normal, c'est aller à la messe et piquer la quête, Madame n'est-elle pas pour les malheureux ? Être normal, c'est ne pas cracher dans la soupe aux vermicelles façon minestrone. Être normal, c'est manger ses godasses comme Charlot. Être normal, c'est manger du savon comme Avarel Dalton. Être normal, c'est faire des apéros-dinatoires avec des produits pour chiens. Être normal, c'est hypnotiser les poulets, tomber amoureux et engrosser la bonne. Être anormal, c'est pas dans le sujet, alors je pose mon stylo, normalement.

**Stéphane**

Tu prends la première rue à droite,  
Tu longe le bord de mer, chaussures à la main,  
Les vagues s'échouent sur le rivage, jusqu'à  
atteindre tes pieds.  
L'air est doux,  
Les ciseaux chantent,  
Tout est calme,  
Puis une personne crie ton nom,  
Tu te retournes,  
Et tu souris à la rue de cette personne,  
Qui t'as fait la surprise de sa visite.

**O.**

*Je suis extraterrestre. Je suis couvert de poils beiges avec des rayures marron. Je viens d'une planète où tout est vert. J'ai atterri sur Terre par hasard. J'aime me goinfrer de Tout ce qui me tombe sous la main. Quelques fois, ça ferraille dans moi mais c'est égal il faut que j'avale tout. Je trouve de drôles de choses sur terre, mon long nez me permet de fouiner où je ne devrais peut-être pas aller. Mais allez dire ça à un extraterrestre il ne comprend rien à rien !*

**J.**

*Qui es tu vraiment ?*

*Une force tranquille qui lutte contre son égo et qui cherche à vivre dans la joie, je me connais peu d'ennemis, il y a certainement des personnes qui m'apprécient peu ou pas.*

*Mais ce qui importe c'est que je veux être le véritable moi.*

**F.**