



LE JOURNAL DU G.E.M « LES AILES DE L'ESPOIR »

Ce journal s'adresse aux personnes adhérentes de notre association et à celles qui souhaitent découvrir notre fonctionnement. Association d'adhérents ouverte en priorité aux personnes en situation de fragilité. Adhésion annuelle de 17 euros par personne.

SOMMAIRE :

page 1 : Articles :

- Bouge ton cerveau
- Mois du Cerveau
- Théâtre à Belfort
- journée mondiale sans tabac
- Village Mois du Cerveau

-pages 3,4 et 5 : planning des activités du mois des antennes de Mulhouse et d'Altkirch

-page 5: Quelques informations en vrac...mais importantes !

La vie du GEM

Informations pratiques

4, avenue Schuman
68100 Mulhouse
Tél : 03.89.32.81.27

e-mail :

gemade68@outlook.com
http://gem.ailesdelespoir.free.fr

Comment venir au

4, avenue Robert Schuman ?

Par tram : arrêt porte jeune

Par bus : arrêt Anvers

En voiture : vous pouvez vous garer parking Porte Jeune.

Horaires d'ouverture du GEM

(sauf exception)

Lundi : 10h/17h

Mardi : 10h/17h

Mercredi : 10h/17h

Judi : 10h/17h

Vendredi : 10h/17h

Samedis, dimanches et soirées : selon les propositions des adhérents

Parrain :



Financeurs :



Mois du cerveau

Mercredi 16 mai 2018

De 14h à 17h « **Bouge ton cerveau** »

De nombreux partenaires participent avec nous **Place de la Réunion** à cette rencontre

→ Michaël B/ Naïm : marche nordique

→ Djo /Laurent : Zumbagem

Venez Nombreux !

Mois du cerveau

Le planning du MDC est sorti ! Vous pouvez vous le procurer au GEM afin de trouver des interventions qui vous plaisent !



Spectacle théâtre à Belfort le Vendredi 25 mai 2018 « Festigem »

Nous participons au festival de théâtre et poésie qui se déroulera le 25 Mai de 13h30 à 17h à Belfort. Ben, Philippe, Stéphane et Violette participent en lisant des textes poétiques.

Programme : 2 pièces de théâtre par le gem La Navette et La Grange de Léo (Besançon), théâtre d'impro par le GEM 90 (Belfort) et poésie de comptoir pour les Ailes de l'Espoir !

Nous avons besoin de votre participation pour confectionner des cakes sucrés et tenir la buvette le grand jour... Et bien sûr de vos applaudissements !

On vous attend sur les planches ...

Village mois du cerveau

Le vernissage de l'exposition aura lieu le mardi 22 Mai à 17h45 !

Au village du mois du cerveau, du 22 mai au 1^{er} juin, nous aurons le plaisir de voir exposées 3 œuvres créées par 3 de nos adhérents.



Venez participer à la journée mondiale sans tabac organisée par Philippe T, Lydie et Jean-Michel **le 31 mai 2018 à Rouffach de 13h à 17h.**

Places limitées

Spectacle Filature

Judi 24 mai 2018 à 19h, venez voir « **Monkey Mind** », un spectacle qui met à l'honneur les différences.

Plus d'info auprès des salariées. Places limitées



Un bon anniversaire à ...

Marie-Christine. Gorinne.

Salah. Bertrand. Fabien.

Alain T. Fouhede. Jean-

Marc. Eric et Bernard !

Planning prévisionnel Mai 2018

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
Mardi 1 14h/17h	Férialé 14h/17h : Permanence Salah
Mercredi 2 10h/17h	10h/11h : Nettoyage du local 11h/12h : Djembé avec Bernard W 12h/13h30 : Local ouvert 14h30/15h : Réunion Journal 15h/17h : Informatique avec Michaël B sur RDV 16h30/18h : Chant avec Laurent et Jessica
Jeudi 3 10h/17h	10h/12h : préparation du repas 12h/14h : repas avec Yasmina-6€ 15h/15h30 : réunion Journal 15h30/17h : Basket avec Vincent 16h30/18h : Projet BD avec Lydie et Stéphane Au
Vendredi 4 10h/17h	10h : Piscine avec Salah 10h30/12h : Intervention Equipe mobile « Dépression et schizophrénie » avec Stéphane et Michaël B. 12h/13h30 : Local ouvert 13h : réunion ASA 14h : Groupe de réflexion « Psy mobile » 16h30/17h : Zumbagem avec Djo et Laurent 17h/18h : activités spontanées
Samedi 5 14h/17h	14h/17h : Permanence avec Salah 10h/17h : Sortie au Vieil Armand avec Jessica, Laurent et Jo - prévoir pique-nique-4€
dimanche 6 14h/17h	14h/17h : Permanence avec Salah
Lundi 7 10h/17h	10h15/12h : Intervention avec une tabacologue et Philippe T 12h/13h30 : Local ouvert 13h/15h: marche nordique au Waldeck avec Salah 14h : groupe d'échange et de parole avec Philippe 16h/16h 30: réunion journal

	17h/21h: Soirée Film et Restau l'Entracte avec Guillaume Bert et Aza (2€ de caution)
Mardi 8 14h/17h	Férialé Permanence avec Salah
Mercredi 9 10h/17h	10h/11h : Xbox avec l'hôpital de jour 11h : inauguration du Mois du cerveau 11h/12h : Djembé avec Bernard W 12h/13h30 : Local ouvert permanence avec adhérents 14h30/15h : Réunion Journal 15/17h : Informatique avec Michaël B sur RDV 16h30/18h : Chant avec Laurent
Jeudi 10 14h/17h	Férialé Permanence avec Salah
Vendredi 11 10h/17h (pour info : groupe pilote DLA)	10h : Piscine avec Salah 10h/12h : atelier d'écriture avec Jessica 12h/13h30 : Local ouvert 14h/15h : pot d'anniversaire de Salah 14h30/16h : entrainement énergétique avec Laurent et Jessica 16h30/17h : Zumbagem avec Djo et Laurent 17h/18h : activités spontanées 20h : Mois du cerveau conférence « Parlez-vous cerveau ? » au CRM
Samedi 12 14/17h	14h/17h : Permanence avec Salah 19h30 devant le Gem ou 20h : Restau la « Lanterna » avec Christelle et Stéphan Ap. 2€ de caution
Dimanche 13 14h/17h	14h/17h : Permanence avec Lydie
Lundi 14 12h/17h	9h/12h : Réunion salariées 11h30 devant le GEM: restau le Palace avec Claude S et Marie- Christine-2€ de caution 12h/13h30 : Local Ouvert 14h/15h : atelier lecture roman avec Catherine M et Stéphane Au 16h30 : réunion séjour 17h/18h : Tea Time avec Jessica 19h: conférence au CRM " le pouvoir du

	cerveau" avec Valérie D
Mardi 15 10h/17h Pour info : réunion bureau	10h/11h: projet musical avec Laurent , Jessica et Ayden 12h/13h30. : Local ouvert 14h/17h : après-midi jeux au parc avec Guillaume Bert et Lydie 16h/18h : Peinture avec Valérie S
Mercredi 16 10h/17h	10h/11h : Nettoyage du local 11h/12h : Djembé avec Bernard W 12h/13h30 : Local ouvert 14h/17h : « Bouge ton cerveau » avec Laurent, Jo , Naïm et Michaël B, place de la réunion. 14h30/15h : Réunion Journal 15h/17h : Informatique avec Michaël B sur RDV 16h30/18h : Chant avec Laurent et Jessica 19h30 : Mois du cerveau théâtre GEM la Navette « Divers Gens » au Centre socio-culturel Le PAX
Jeu di 17 10h/17h	10h/12h : préparation du repas 12h/14h : repas avec Valérie -6€ 14h30 : réunion préparation AG 15h/17 h: Basket avec Vincent 15h/16h: réunion adhérents 16h30/18h : Projet BD avec Lydie et Stéphane Au.
Vendredi 18 10h/17h (pour info : commission extra Municipale)	10h : Piscine avec Salah 10h/12h : atelier d'écriture avec Jessica 12h/13h30 : Local ouvert 14h30/16h : entrainement énergétique avec Laurent et Jessica 16h30/17h : Zumbagem avec Djo et Laurent 17h/18h : activités spontanées
Samedi 19 14h/17h	14h/17h : Permanence avec Salah 14h/16h devant le Gem : Sortie Karting à Bartenheim avec Alain A et Guillaume Ber. 2€ de caution +(session de 10 min 17€ + autres tarifs possibles) 14h/17h : Mois du cerveau conférence «est-il possible de prendre soin autrement » au CRM
Dimanche 20 14h/17h	14h/17 h: Permanence avec Salah

Lundi 21 14h/17h	Férié Permanence avec Salah Avec une animation proposée par Michaël G.
Mardi 22 10h/17h	10h/11h : projet musical avec Laurent, Jessica et Ayden 12h/13h30. : Local ouvert 14h/15h30 : Atelier Bienveillance avec Valérie D et Michaël B 14h/16h30 : Mois du cerveau conférence « aidants familiaux, prendre soin de soi » Maison du temps libre 16h/18h : après-midi jeux au parc avec Guillaume Bert et Lydie 16h/17h : Peinture avec Valérie S 17h45 : Vernissage Village Mois du Cerveau avec Jessica
Mercredi 23 10h/17h (pour info : AG Navette à 17h)	10h/11h : Nettoyage du local 11h/12h : Djembé avec Bernard W 12h/13h30 : Local ouvert 14h30/15h : Réunion Journal 15h/17h : préparation de cakes sucrés pour le festival théâtre à Belfort 16h30/18h : Chant avec Laurent et Jessica
Jeu di 24 10h/17h	10h/12h : préparation du repas 12h/14h : repas avec Serge D -6€ 15h/15h30 : réunion Journal 15h/17h : Basket avec Vincent 16h30/18h : Projet BD avec Lydie et Stéphane Au 18h30/20h : Spectacle Filature «Monkey mind » avec Aza 4€ - places très limitées
Vendredi 25 10h/17h (pour info AG Schizo espoir)	10h : Piscine avec Salah 10h/12h : atelier d'écriture avec Jessica 12h/13h30 : Local ouvert 13h15/18h : Spectacle de théâtre Intergem à Belfort avec Ben, Philippe R, Stéphane Au et Violette- (2€ transport) Places limitées 14h30/16h : entrainement énergétique avec Laurent et Jessica 16h30/17h : Zumbagem avec Djo et Laurent 17h/18h : activités spontanées 19h : Mois du cerveau conférence « Comment apprendre ensemble à aller mieux tout en se préservant ? » IFMS

Samedi 26 14h/17h	10h/16h : Sortie Markstein Avec Philippe T-3€ pour le trajet- Repas tiré du sac ou repas à L'auberge (prévoir 20€) 14h/17h : Permanence avec Salah
Dimanche 27 14h/17h	14h/17h : Permanence avec Salah
Lundi 28 10h/17h	10h/11h : Nettoyage du local 12h/13h30 : Local Ouvert 13h30/15h30 : Bowling avec Matéo et Jessica (4€/ partie + prix transport en commun) 14h/15h : atelier lecture roman avec Catherine M et Stéphane Au. 15h : réunion préparation AG 17h/18h : Tea Time avec Jessica 19h: Mois du cerveau conférence "troubles bipolaires" IFMS

Mardi 29 10h/17h	10h/11h : projet musical avec Laurent , Jessica et Ayden 12h/13h30. : Local ouvert 13h30 : mois du cerveau « Le handicap, c'est pas du cinéma » avec Valérie D 14h/17h : après-midi jeux au parc avec Guillaume Bert et Lydie 16h/18h : Peinture avec Valérie S
Mercredi 30 10h/17h	10h/11h : Nettoyage du local 11h/12h : Djembé avec Bernard W 12h/13h30 : Local ouvert 14h30/15h : Réunion Journal 15h/17h : Informatique avec Michaël B sur RDV 16h30/18h : Chant avec Laurent et Jessica
Jeudi 31 10h/17h	10h/12h : préparation du repas 12h/14h : repas avec Frédérique-6€ 13h/17h : journée sans tabac avec Philippe T, Lydie et Jean-Michel à Rouffach 15h/15h30 : réunion Journal 15h/17h : Basket avec Vincent 16h30/18h : Projet BD avec Lydie et Stéphane Au.

PLANNING PREVISIONNEL DU SUNDGAU



Mai 2018

À vos agendas !

**N'hésitez pas à partager vos envies
et vos propositions !**

Vendredi 4 mai 2018 : Permanence
de 14h à 17h.

Lundi 7 mai : ciné d'or à Altkirch,
14h30 4.50€ (Film : Sage Femme).

Mardi 15 mai : à partir de 17h à 20h,
barbecue au CATTP à Altkirch. 6€

Vendredi 18 Mai : permanence de
14h à 17h

Mardi 22 mai : Sortie à Belfort à
partir de 10h (visite de la ville et du
GEM de Belfort)

Menus prévisionnels du Jeudi

Jeudi 3 : Yassa de poulet et riz, salade thon
concombre et tarte ananas.

Jeudi 17 : salade-bouchée à la reine- brownie

Jeudi 24 : salade- moussaka- tiramisù

Jeudi 31 : Salade- pâtes carbonara-glace



**Les adhérents du GEM Les Ailes de l'Espoir
peuvent participer aux activités de Mulhouse et
du Sundgau, et Inversement !**

Séjour Intergem

« Le Week-end Intergem était super! On a passé de bons
moments en compagnie d'autres GEM qu'on ne connaissait pas.



A refaire ! »

QUELQUES INFOS EN VRAC... MAIS IMPORTANTES !

Vous êtes partie prenante de la vie de l'association du GEM...alors n'hésitez pas à vous exprimer, à vous investir dans l'organisation d'activités, dans la vie générale de l'association...

° **Les locaux sont aussi les vôtres....**alors pensez à nettoyer vos tasses sales, à donner un coup de balai, à vérifier que les toilettes restent propres... C'est votre image et celle de l'association que vous faites vivre au travers de ces petites actions!

° **Les Inscriptions aux activités :** pour des raisons d'organisation et de respect pour les personnes qui organisent des activités, nous vous rappelons que vous devez vous inscrire au moins 3 jours avant la date de l'activité (en passant au GEM ou par téléphone).

° **Pour les repas du jeudi**, nous vous demandons de régler le montant avant le mardi midi qui précède chaque repas!

Il vous est demandé de vous investir au minimum sur l'une des tâches suivantes: faire les courses, le repas, préparer les tables, servir, nettoyer et ranger les tables, nettoyer et ranger la vaisselle, nettoyer et ranger le local... ainsi vous participez à créer une ambiance amicale!

Chacun d'entre vous doit se renseigner sur la composition du menu et décider s'il souhaite partager le repas.

° Nous vous rappelons que les signes religieux (croix, foulards..) sont tolérés, mais que tout acte de prosélytisme est interdit.

Ne pas attendre devant la porte avant l'heure d'ouverture du local ni fumer en devant la porte d'entrée
° **Pour le respect de tous** nous vous demandons de sortir du local et du bâtiment lorsque vous passez vos appels ou de répondre très très discrètement

° **Les prix pour les déplacements sont calculés** pour 3 personnes. Si plus de personnes s'inscrivent le prix diminuera en fonction.

° **Philippe T** est notre référent tabac...n'hésitez pas à le solliciter (selon ses disponibilités).

° **Alain T** propose ses services en tant qu'écrivain public, sur RDV.

° **Michaël B** propose 1 aide informatique sur RDV

Vos représentants "adhérents" au Conseil d'Administration sont :

- Stéphan APRAHAMIAN, Président
- Fatah SENADLA, Vice-Président
- Michaël BOHY, Trésorier
- Jean-Michel HARTMANN Vice Trésorier
- Christelle REINHART, Secrétaire
- Philippe TOLVAI Vice-secrétaire
- Farid TAHRAOUI, Assesseur
- Salah BOULAA, Assesseur
- Jean-Sébastien MOST, Assesseur

Les Adhérents formés à l'Aide et Soutien aux Adhérents peuvent faciliter votre intégration dans l'association, vous rendre visite si vous êtes hospitalisé...

Prochaine Réunion adhérents , jeudi 17 mai 2018– **Assemblée Générale le 7 Juin 2017**

Vous êtes partie prenante de la vie de l'association du GEM...alors n'hésitez pas à vous exprimer, à vous investir.

Pour soutenir les projets du GEM les Ailes de l'Espoir, vous pouvez faire un don !

En retournant ce bon de générosité accompagné d'un chèque à l'adresse suivante. GEM les ailes de l'espoir 4 avenue Robert Schuman 68100 Mulhouse, vous pouvez bénéficier, en tant que .

Particulier . une réduction d'impôts à hauteur de 66% des sommes versées dans la limite de 20% des revenus imposables

Entrepreneur . ouvre droit à une réduction d'impôts égale à 60% de votre montant de versement, 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.

Nom
mail ou tel .

Prénom

adresse

montant du don