



LE JOURNAL DU GEM

« 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.

La vie du GEM

Informations pratiques Antenne de Mulhouse

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

Antenne du Sundgau

18 rue de France

68130 Altkirch

Tél : 09.54.05.49.29

e-mail : gemade68.sundgau@gmail.com

Comment venir au 18, rue de France?

En train : à 5 min de la gare

En voiture : vous pouvez vous garer
au parking de l'III- Rue de France

Ouvertures prévisionnelles du mardi au
vendredi, pour plus d'information veuil-
lez vous renseigner par téléphone ou
par mail.

Parrain:



Financeurs:



Marché de Noël

Le Gem tiendra un stand
toute la journée de **10h à
21h le 30 novembre 2018.**

Nous aurons besoin de
vous pour les préparatifs et
la vente !



Action de Solidarité

Vous pouvez prépayer 1
café ou 1 repas pour un autre adhérent.

Renseignements
auprès des
salariées...



Mardi 6 novembre 2018 de 17h à 18h

discussion à visée philosophique

Thème: le bonheur

Places limitées

Repas Croate

Nous organisons un repas croate de
**10h à 14h le samedi 24 novembre
2018** ouvert à tous!

Voilà une belle occasion pour faire
partager nos souvenirs et les photos
de notre séjour en Croatie!

Repas solidaire le samedi 10 novembre 2018 de 10h à 16h

Les GEM Smiley' et Les Ailes de l'Espoir s'asso-
cient pour organiser une **journée festive** et **conviviale**
rythmée par des **animations!** Nous aurons
besoin de votre aide pour les préparatifs:

- vendredi 09/10/2018 de 14h à 17h, départ
à 13h30
- Samedi 10/10/2018 départ à 8h30 du
Gem

Prix du repas: 10€(couscous) - places limitées

RDV 11h 30 devant le GEM départ en bus (pré-
voir prix du transport en commun)

CREHPSY

Aude et Michaël B vous présenteront le Centre
de Ressources concernant les maladies psy-
chiques le **vendredi 23 novembre 2018 à 14h.**

Culture du Cœur

Venez découvrir l'association Culture du Cœur
le lundi 19 novembre 2018 à 14h

Accueil SAVS Sinclair

Vous souhaitez présenter le GEM le **lundi 26
novembre 2018 à 14h ?**
On vous attend!

Accueil classe ville

Le Gem ouvre ses portes aux classes
mulhousiennes les **20 et 29 novembre
2018 à 13h30**

Le but : sensibiliser les jeunes enfants
autour des troubles psychiques et du
handicap.

Nous leur proposerons des ateliers
pédagogiques. Nous avons donc be-
soin de vous
pour animer
ces ateliers !



Joyeux anniversaire

Delphine, Monique, Cédric,
Olivier, Daniel J, Frédéric et Fré-
dérique



Planning prévisionnel Novembre 2018

| Jours | Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés |
|--|---|
| Jeudi 1er 14h/17h | Férié 14h/17h: permanence avec Salah |
| Vendredi 2 10h/17h | 10h30/12h : Piscine avec Salah 10h: atelier d'écriture avec Aza et Pierre 14h30/16h : entraînement énergétique avec Laurent 15h/17h: Groupe Mobi' GEM 16h30/17h : Zumbagem avec Jo et Laurent 17h/18h: Bricolage marché de Noël avec Aza |
| Samedi 3 14h/17h | 14h/17h: permanence avec Salah |
| Dimanche 4 14h/17h | 14h/17h: permanence avec Michaël B |
| Lundi 5 10h/17h | 10h/11h : Bien-être du local 11h/13h: bricolage marché de Noël avec Aza 14h/15h: Groupe d'échange et de parole avec Philippe 17h/18h : tea time avec Jessica et Christophe B |
| Mardi 6 10h/17h | 9h/10h: petit dej' avec Jean– Seb-3€ 10h/13h: Atelier soupe fraîche avec Christophe B et Aza 11h/12h: projet musical avec Laurent et Jessica 14h : Marche Nordique avec Naïm 17h/18h : discussion philo avec Yann |
| Mercredi 7 10h/17h Pour info: présentation Gem au SAVE | 10h/11h : Bien-être du local 12h: restauration fonderie avec Delphine-2€ de caution 14h : Djembé avec Odile C et Bernard W 14h/16h: ateliers pâtisserie avec Aza-1€ 14h30/15h : Réunion Journal 15h30/17h : Informatique avec Michaël B sur RDV 16h30/18h : Chant avec Laurent et Jessica |
| Jeudi 8 10h/12h 14h/17h Pour info: Mois du Cerveau Bureau | 10h/12h : préparation du repas 12h/14h : repas avec Delphine-6€ 14h/17h: Bricolage marché de Noël avec Aza 15h/16h: discussion en alsacien avec Marie-Christine 17h/18h: Cours de guitare avec Laurent |
| Vendredi 9 10h/17h | 10h30/12h : Piscine avec Salah 10h: atelier d'écriture avec Jessica et Pierre 13h30/14h: réunion Asa 14h/17h: préparation des festivités avec Aza et GEM Smiley' 14h30/16h : entraînement énergétique avec Laurent et Jessica 16h30/17h : Zumbagem avec Jo et Laurent |
| Samedi 10 14h/17h | 10h/16h: Festivités avec Gem Smiley' et Aza-10€ (places limitées) 14h/17h: permanence avec Salah |

| | |
|-----------------------------------|---|
| Dimanche 11 14h/17h | 14h/17h: permanence avec Salah |
| Lundi 12 10h/17h | 9h/12h: Réunion salariées 14h/17h: marche à la forêt du Waldeck avec Christophe B et Aza (prévoir 2€80 pour trajet en bus) 14h: Bricolage de Noël avec Jessica 17h/18h : tea time avec Jessica et Christophe B |
| Mardi 13 10h/17h | 10h/13h: Atelier soupe fraîche avec Christophe B et Aza 11h RDV devant le GEM: restau Capitaine pizza avec Jean– Seb à Kingersheim-2€ de caution 14h Bricolage marché de Noël avec Aza 14h : Marche Nordique avec Naïm 15h: café en ville avec Delphine 17h/18h : Atelier Bricolage avec Aza |
| Mercredi 14 10h/17h | 10h/11h : Bien-être du local 13h30: Pot d'anniversaire de Delphine 14h : Djembé avec Odile C et Bernard W 14h30/15h : Réunion Journal 15h30/17h : Informatique avec Michaël B sur RDV 16h30/18h : Chant avec Laurent et Jessica |
| Jeudi 15 10h/12h 14h/17h | 10h/17h: sortie Bad Bellingen avec Stéphane Ap-5€ (places limitées+ entrée) 10h/12h : préparation du repas 12h/14h : repas avec Olivier- 5€ 14h/17h: Bricolage marché de Noël avec Aza 17h/18h: Cours de guitare avec Laurent |
| Vendredi 16 10h/17h | 10h30/12h : Piscine avec Salah 10h: atelier d'écriture avec Jessica et Pierre 14h30/16h : entraînement énergétique avec Laurent et Jessica 16h30/17h : Zumbagem avec Jo et Laurent 17h/21h: Soirée French' Hamburger avec Jean-Marc et Aza-6€ |
| Samedi 17 14h/17h | 14h/17h: permanence avec Salah 19h30 devant le GEM: restau O' Grill avec Christelle et Stéphane à Morschwiller le bas- 2€ de Caution |
| Dimanche 18 14h/17h | 14h/17h: permanence avec Salah |
| Lundi 19 10h/17h | 10h/11h : Bien-être du local 11h/13h: Bricolage marché de Noël avec Aza 11h/12h : saisie de textes pour le nouveau livre avec Jessica et Daniel R 14h: présentation Culture du Cœur 15h30: réunion séjour 2019 17h/18h : tea time avec Jessica et Christophe |

| | |
|--|---|
| Mardi 20 10h/17h | 9h/10h: petit dej' avec Jean Seb- 3€ 11h/12h: projet musical avec Laurent et Jessica 13h30/15h30 : Classe Ville 17h/18h : Atelier Bricolage |
| Mercredi 21 10h/17h | 10h/11h : Bien-être du local 10h/17h: finalisation Bricolage marché de Noël avec Aza 14h : Djembé avec Odile C et Bernard W 14h30/15h : Réunion Journal 15h30/17h : Informatique avec Michaël B sur RDV 16h30/18h : Chant avec Laurent et Jessica |
| Jeudi 22 10h/12h 14h/17h | 10h/12h : préparation du repas 12h/14h : repas avec Manuella-6€ 14h30/17h: confection biscuits marché de Noël avec Aza 15h/16h: réunion adhérents 17h/18h: Cours de guitare avec Laurent |
| Vendredi 23 10h/17h | 10h/18h: confection de biscuits marché de Noël avec Aza 10h30/12h : Piscine avec Salah 10h/12h: Bricolage marché de Noël avec Aza 13h30/14h: réunion Asa 14h: <u>présentation CREHPSY</u> avec Michaël B 14h30/16h : entraînement énergétique avec Laurent et Jessica 16h30/17h : Zumbagem avec Jo et Laurent |
| Samedi 24 10h/17h | 10h/14h: repas Croate et visionnage des photos séjour Croatie avec Joël, Jean -Marc, Manuella et Aza-6€ 14h/17h: permanence avec Salah |
| Dimanche 25 14h/17h | 14h/17h: permanence avec Michaël B |
| Lundi 26 10h/17h Pour info: | 10h/11h : Bien-être du local 14h: Accueil SAVS Sinclair 17h/18h : tea time avec Jessica et Christophe 10h/17h: confection de biscuits pour le Marché de Noël avec Aza |
| Mardi 27 10h/17h | 10h/18h: confection de biscuits pour le Marché de Noël avec Aza 14h : Marche Nordique avec Naïm |
| Mercredi 28 10h/17h | 10h/17h: Finalisation confection de biscuits pour le Marché de Noël avec Aza 10h/11h : Bien-être du local 14h : Djembé avec Odile C et Bernard W 14h30/15h : Réunion Journal 15h30/17h : Informatique avec Michaël B sur RDV 16h30/18h : Chant avec Laurent et Jessica |

| | |
|---------------------------------------|---|
| Jeudi 29 10h/12h 14h/17h | 10h/12h : préparation du repas 12h/13h 30: repas avec Jean-Seb- 7€ 13h30/15h45 : Classe Ville 16h/17h: dernières vérification pour le marché de Noël 17h/18h: Cours de guitare avec Laurent |
| Vendredi 30 | Toute la journée 9h: Rdv au GEM pour récupérer les préparations de Noël 10h/21h: Marché de Noël -Chalet des associations- (vente de nos biscuits et objets faits mains) |

Menus prévisionnels du jeudi

Jeudi 8 : salade chèvre chaud-
potage fruits

Jeudi 15 : salade- pâtes escalope
crème- salade de fruits.

Jeudi 22 : soupe- gratin de chou
fleur -tiramisu fruits rouges

Jeudi 29 : salade variée -tomates
farciées riz- dessert surprise du chef

