

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

Jeudi : 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 veuillez vous renseigner par téléphone ou par mail.

Parrain:



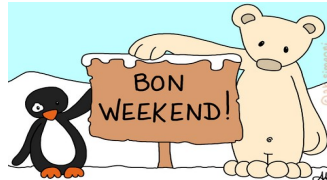
Financeurs:



Week end intergem

A la Plaine les 17, 18 et 19 mai 2019

Prix: 133€
(repas, trajet et nuitée compris)



Atelier diététique à La Navette

Vendredi 08 février 2019

De 17h30 à 20h30



Menu:

Citron farci au thon
Lasagne au poireaux
Compote du verger

Prix: 2€50 / personne

Places limitées

Atelier peinture

"Ma Madeleine de Proust" avec Léa et Aza

Mardi 5 février

De 17h à 18h



Atelier « entre terre et ciel »

Venez travailler la terre pour donner forme à toutes vos envies!

◇ 01/02/19

◇ 25/02/19



Réunion Mobi'Gem

Le projet tisse doucement sa toile et sera présenté la première fois lors de la Semaine de la Santé Mentale les 28 et 29 mars 2019 à Colmar

Plusieurs réunions sont prévues au Gem, une par semaine

- 01/02/19
- 05/02/19
- 11/02/19
- 18/02/19
- 26/02/19

Réunion

Mobilisons nous pour la vie au Gem!

Mardi 19 février 2019

De 14h30 à 16h

Vous êtes les acteurs premiers de la vie associative au Gem. Venez réfléchir et proposer votre aide lors de cette réunion!



Sorties du mois

- ◆ Colmar: 23/02/19
- ◆ Neuenburg: 18/02/19
- ◆ Restaurants: 09/02/19 au O'Grill
13/02/19 à Sinclair
16/02/19 au Cheval Blanc

Joyeux anniversaire à ...

Eric B; Michaël B; Daniel B;
Naïm D; Yasmîna K; Rémy L;
Catherine M; Gilbert M;
Martine R; Yavuz U; Daniel W



Planning prévisionnel Février 2019

Jours	Horaires activités – Activités – Les Lieux hors GEM sont précisés
Vendredi 1 10h/17h	10h30/12h: piscine avec Salah 10h/12h: atelier d'écriture avec Pierre 13h30/14: réunion Asa 14h/15h30: réunion mobi'Gem 16h/18h: Atelier « entre terre et ciel » avec Aza »
Samedi 2 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Michaël B 16h/18h: conte musical avec « dys puissance 10 »
Dimanche 3	Pas de permanence, local fermé
Lundi 4 10h/17h pour info : réunion anniversaire Gem La Navette	10h/11h: Bien-être du local 11h/12h: Atelier du rire avec Marie-Christine 14h/15h: groupe d'entraide et de parole avec Philippe 15h/16h30 : Atelier Chandeleur avec J-Seb -1€ 17h/18h: tea time avec Christophe B et Jessica
Mardi 5 14h/17h	10h/11h45 : Musique avec L'hôpital de jour 10h30 : réunion Mobi' Gem 14h : Marche Nordique avec Naïm 16h30/17h : réunion projet photo avec Jessica 17h/18h: atelier peinture avec Léa thème: « Madeleine de Proust »
Mercredi 6 14h/17h	9h/12h: Réunion Salariées 14h/15h: Djembé avec Odile C 14h30/15h: Réunion Journal 15h30/17h: informatique avec Michaël B sur RDV 16h30/18h: chant avec Laurent et Jessica
Jeudi 7 10h/12h 14h/17h Pour info: Réunion CLSM	10h/12h: préparation du repas 12h/14h: repas avec Delphine-6€ 14h30/15h : Entraînement énergétique avec Jessica 15h/16h : Zumbagem avec Laurent et Jo 17h/18h: méditation avec Jessica et Anthony
Vendredi 8 10h/17h	10h30/12h: piscine avec Salah <u>10h/12h: équipe mobile Michaël thème « comment aborder une personne inconnue: accueil »</u> 17h30/20h30: Atelier diététique avec la Navette-1€50– places limitées

Jours	Horaires activités – Activités – Les Lieux hors GEM sont précisés
Samedi 9 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Delphine et Michaël B 16h/18: conte musical avec « dys puissance 10 » à Orbey 19h30 devant le Gem ou 20h au: Restau O'Grill avec Stéphan et Christelle-1 € de caution + 2€ si navette jusqu'à la maison pour le retour
Dimanche 10 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Michaël B
Lundi 11 10h/17h	10h/11h: Bien-être du local 11h/12h: Atelier du rire avec Marie-Christine 14h: café en ville avec Delphine 14h/15h30h: réunion Mobi'Gem 16h/17h: réunion adhérents 17h/18h: tea time avec Christophe B et Jessica
Mardi 12 10h/17h pour info : réunion Com- mission Compta	10h/11h45 : Art floral avec hôpital de jour 14h : Marche Nordique avec Naïm 14h/16h: atelier créatif avec Aza 16h/18h: Goûter Blind Test avec Jean-Seb-1€
Mercredi 13 10h/17h	10h/11h: Bien-être du local 11h30: Restau Sinclair avec Delphine et Jean-Marc -1€ de caution 14h/15h: Djembé avec Odile C 14h30/15h: Réunion Journal 15h30/17h: informatique avec Michaël B sur RDV 16h30/18h: chant avec Laurent et Jessica
Jeudi 14 10h/12h 14h/17h	10h/12h: préparation du repas 12h/14h: repas avec Jean-Seb-7€ 14h30/15h : Entraînement énergétique avec Jessica 15h/16h : Zumbagem avec Laurent et Jo 17h/18h: cours de guitare avec Jessica et Laurent
Vendredi 15 10h/17h	10h30/12h: piscine avec Salah 10h30 : Intervention sur le suicide par Eva 14h30 : Réunion Séjour 2019 15h/16h : réunion projet photo avec Jessica
Samedi 16 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Delphine et Salah 19h30 devant le Gem ou 20h: Restau « Cheval blanc » avec Mario-2€ de Caution

Jours	Horaires activités – Activités – Les Lieux hors GEM sont précisés
Dimanche 17 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Delphine et Salah
Lundi 18 10h/17h	10h/14h : Sortie Neuenburg avec Jessica et Ben-4€ 10h/11h: Bien-être du local 11h/12h: Atelier du rire avec Marie-Christine 14h/15h30: réunion Mobi'Gem 15h45/16h30: réunion projet photo avec Jessi et Stéphan 17h/18h: tea time avec Christophe B et Jessica
Mardi 19 10h/17h	10h : Atelier créatif avec hôpital de jour 14h : Marche Nordique avec Naïm 14h30/16h: réunion mobilisation et implication de la vie au Gem 16h30/18h: Blind Test sur le thème du Cinéma avec Jean-Seb– Sur inscription
Mercredi 20 10h/17h	10h/11h: Bien-être du local 14h/15h: Djembé avec Odile C 14h30/15h: Réunion Journal 15h30/17h: informatique avec Michaël B sur RDV 16h30/18h: chant avec Laurent et Jessica
Jeudi 21 10h/17h	10h/12h: préparation du repas 12h/14h: repas avec Mario-7€ 14h30/15h : Entraînement énergétique avec Laurent 15h/16h : Zumbagem avec Laurent et Jo 17h/18h: méditation avec Jessica
Vendredi 22 10h/17h	10h30/12h: piscine avec Salah 10h/12h: atelier d'écriture avec Pierre 13h30/14h: réunion Asa 14h/16h: peinture sur toile avec Jessica 17h/21h: Soirée fondue Bourguignonne avec Mario et Sébastien-7€
Samedi 23 13h/16h	10h30/18h: Sortie Colmar Musée Unterlingen avec le GES, rdv à la gare-...€ 13h/16h : Permanence avec Delphine et Salah 16h/18h: conte musical avec « dys puissance 10 »
Dimanche 24 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Salah

Jours	Horaires activités – Activités – Les Lieux hors GEM sont précisés
Lundi 25 10h/17h	10h/11h: Bien-être du local 11h/12h: Atelier du rire avec Marie-Christine 14h/16h: atelier « entre terre et ciel » avec Aza 17h/18h: tea time avec Christophe B et Jessica
Mardi 26 10h/17h	10h 30/12h: Jeux de société avec hôpital de jour 14h : Marche Nordique avec Naïm 15h /17h: réunion Mobi'Gem
Mercredi 27 10h/17h	10h/11: Bien-être du local 14h/15h: Djembé avec Odile C 14h30/15h: Réunion Journal 15h30/17h: informatique avec Michaël B sur RDV 16h30/18h: chant avec Laurent et Jessica
Jeudi 28 10h/17h Pour info: COPIE MDC	10h/12h: préparation du repas 12h/14h: repas avec Yasmina-6€ 14h30/15h : Entraînement énergétique avec Jessica 15h/16h : Zumbagem avec Laurent et Jo 17h/18h: cours de guitare avec Laurent et Jessica

Menus prévisionnels du jeudi

Jeudi 7 : feuilletés au fromage- crudités

Jeudi 14 : lasagne- tiramisu

Jeudi 21 : palette fumée

Jeudi 28 : velouté de chou fleur- parmentier de pommes de terre carottes-fromage blanc banane- kiwi

