



LES AILES DE L'ESPOIR

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.

FÉVRIER 2019 N°135

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

Jeu. : 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:



CULTURES DU CŒUR

Partenariat avec Culture du Cœur

Culture du cœur réunit un réseau d'associations mobilisées qui posent comme principe l'accès à la culture en tant que droit pour tout citoyen.

Tous les mois, culture du Cœur vous offre des places gratuites pour assister aux événements culturels qui se déroulent sur le territoire.

Le Gem a cotisé pour vous et vous permet de réserver les spectacles qui vous intéressent.

Départ....

« Après deux ans et demi à vos côtés, je dois m'envoler avec les ailes que le Gem m'a offert, afin de voler vers de nouveaux horizons et poursuivre mes études.

Je vous invite donc à mon pot de départ le 26 mars à 14h, dans la joie et la bonne humeur ! »



-Jessica

Classe ville



Le Vendredi 1^{er} Mars de 9h à 11h30

nous accueillerons une classe de la ville de Mulhouse afin de les sensibiliser autour de la solidarité, de la tolérance et du handicap.

Des ateliers seront proposés, Venez nous aider!

VIVE LE SPORT !



« Sport sur ordonnance »

Venez découvrir le dispositif

Le Vendredi 08 mars 2019 à 14h30

Joyeux anniversaire à ...

Christophe B,

Jennifer L

Claude S

Laurent M



Réunion Mobi'Gem

Le projet tisse sa toile et sera présenté pour la première fois lors du colloque de la Semaine de la Santé Mentale à l'IFSI de Colmar

les 28 et 29 mars 2019

« Parlons Psy »

Les maladies psy concernent 12 millions de français mais restent mal connues. Pour mieux les comprendre et formuler des propositions concrètes, la Fondation de France et l'Istitut Montaigne lancent un atelier d'échanges

LE LUNDI 11 MARS 2019 A 14H30

Au Musée Unterlinden— salle La Piscine

1 rue des Unterlinden-68000 Colmar

Venez partager votre expérience!

Citation du mois

« La richesse d'une personne c'est l'amour et la reconnaissance des autres »

-Jean-Seb

Sorties du mois

05/03/19: Cinéma avec Patricia et Christophe B

15/03/19: sortie à Belfort avec le Gem de Belfort de Mulhouse et du Sundgau

18/03/19: visite d'une Expo avec Marie—Christine

19/03/19: Bowling avec Delphine

20/03/19: Sortie à Neuenburg

23/03/19: Sortie au Markstein

25/03/19: sortie Bad Bellingen



Réunion Aide Soutien aux Adhérents !

Vous voulez devenir ASA ? Venez le :

Vendredi 08 mars à 13h30

Planning prévisionnel Mars 2019

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
Vendredi 1 10h/17h Local Fermé le matin	8h30/11h30: accueil classe ville 14h/16h : café et pâtisserie en ville avec Jean-Michel H et Aza. 16h30/18h: atelier créatif avec Aza
Samedi 2 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Salah et Delphine
Dimanche 3 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Salah et Delphine
Lundi 4 12h/17h pour info : *réunion anniv navette *COPIL CLSM	9h/12h : Réunion salariées 14h/15h: groupe d'entraide et de parole avec Philippe 15h30/16h30 : discussion et lecture en anglais avec Yasmina 17h/18h: tea time avec Christophe B et Jessica 17h30/20h30: atelier diététique à la Navette-2€
Mardi 5 10h/18h Pour info: Réunion Balade Solidaire	11h/12h : Atelier Alsacien avec Marie-Christine 14h : Marche Nordique avec Naïm 14h: réunion Mobi'Gem 16h/18h: Cinéma Palace avec Patricia et Christophe B(prévoir 8€)
Mercredi 6 10h/17h Pour info: trophée Fond ACEF	10h/11h : Bien-être du local 11h30 : Fonderie avec Mario - 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 7 10h/12h 14h/17h	10h/12h: préparation du repas 12h/14h: repas avec Delphine -6€ 14h30/15h : Entraînement énergétique avec Jessica 15h: réunion Séjour « Crèce » 15h/16h : Zumbagem avec Laurent et Jo
Vendredi 8 10h/17h	10h /12h: Equipe Mobile – thème « Comment aborder des individus dans la rue » 13h30/14h30: réunion ASA 14h30 : Présentation dispositif « sport sur ordonnance » avec Christelle 16h/18h: confection de biscuits avec Aza

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
Samedi 9 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Salah et Delphine
Dimanche 10 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Salah et Delphine
Lundi 11 10h/17h	10h/11h: Bien– être du local 11h/12h: Atelier du rire avec Marie-Christine <u>12h45: Colloque « Parlons Psy » à Colmar avec Violette et Valérie– places limitées</u> 16h/17h: réunion adhérents 17h/18h: tea time avec Christophe B et Jessica
Mardi 12 10h/18h	11h/12h : Atelier Alsacien avec Marie-Christine 14h : Marche Nordique avec Naïm 14h/16h: atelier créatif avec Aza 16h30/17h : Atelier Guitare avec Laurent et Jessica
Mercredi 13 10h/17h	10h/11h: Bien-être du local 11h45 : Resto sinclair avec Jean-Marc –1€ caution 14h : Café/thé au 1924 avec Jean-Marc 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/16h	10h/12h: préparation du repas 12h/14h: repas avec Mario - 7€ 14h/15h: Réunion adhérents 14h30/15h : Entraînement énergétique avec Jessica 15h/16h : Zumbagem avec Laurent et Jo 16h: Réunion CA– Fermeture du GEM
Vendredi 15 10h/17h	11h : Sortie avec Gem de Belfort, Mulhouse et Sundgau : repas libanais (env. 10€) + Planétarium (3€) 10h30/12h: piscine avec Salah 14h: réunion Mobi'Gem 15h/16h : Initiation au Pocker avec Cédric 17h30/21h : Soirée raclette avec Delphine et Patricia - 7€
Samedi 16 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Salah et Delphine 19h30 devant le Gem ou 20h: resto «Les Dolomittes » avec Stéphan et Christelle-2€ de caution+ 2€ si navette jusqu'au domicile

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/11h: Bien-être du local 11h/12h: Atelier du rire avec Marie-Christine 13h30 : visite d'une Expo artistique avec Marie-Christine au Hasenrein 17h/18h: tea time avec Christophe B
Mardi 19 10h/18h (Pour info: Réunion Intergem)	11h/12h : Atelier Alsacien avec Marie-Christine 14h : Marche Nordique avec Naïm 14h : Bowling avec Delphine – 4€ + transports 16h30/18h: Atelier créatif avec Aza
Mercredi 20 10h/17h	10h/11h: Bien-être du local 10h/14h : Sortie à Neuenburg avec Yasmina et Jessica –4€ 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/12h 14h/17h	10h/12h: préparation du repas 11h30/17h : Sortie grotte des Nains et repas tiré du sac à Ferrette avec le GES -6,50€+ repas tiré du sac 12h/14h: repas avec Jean-Marc - 6€ 14h30/15h : Entraînement énergétique avec Laurent 15h/16h : Zumbagem avec Laurent et Jo 17h/18h : Atelier guitare avec Laurent et Jessica
Vendredi 22 10h/18h	10h30/12h: piscine avec Salah 10h/12h: atelier d'écriture avec Pierre 13h30/14h: réunion Asa 14h/16h: peinture sur toile avec Jessica 16h: Fin d'après-midi solidaire
Samedi 23 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Salah et Delphine 9h30/16h : Sortie au Markstein avec Salah et Jessica –8,50€ (repas tiré du sac) 16h/18h : conte musical avec « dys puissance 10 »
Dimanche 24 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Salah et Delphine

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
Lundi 25 10h/17h	10h/16h: sortie Bad Bellingen avec Jessica et Salah-10 € entrée+ 6€ de transport 10h/11h: Bien-être du local 11h/12h: Atelier du rire avec Marie-Christine 14h/16h: Confection de cake avec Yasmina 17h/18h: tea time avec Christophe B et Jessica
Mardi 26 10h/17h	11h/12h : Atelier Alsacien avec Marie-Christine 14h : Marche Nordique avec Naïm 14h : Pot de départ de Jessica 15h /17h: Après-midi dansante avec Yasmina
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/12h 14h/17h (Pour Info: mobi'Gem à Colmar)	10h/12h: préparation du repas 12h/14h: repas avec Yasmina - 7€ 14h30/15h : Entraînement énergétique avec Jessica 15h/16h : Zumbagem avec Laurent et Jo 16h/17h: cours de guitare avec Laurent et Jessica 17h/18h: relaxation avec Jessica
Vendredi 29 10h/17h (Pour Info: Mobi'Gem à Colmar)	10h30/12h: piscine avec Salah 10h/12h: atelier d'écriture avec Pierre 13h 30/16h: Balade au Waldeck avec Delphine 14h/17h: atelier créatif et artistique avec Jessica
Samedi 30 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Salah et Delphine
Dimanche 31 13h/16h	13h/16h : Permanence avec Salah et Delphine

Menus prévisionnels du jeudi

Jeudi 7 : Hachi-Parmentier et salade verte

Jeudi 14 : Choucroute garnie et éclairs en dessert

Jeudi 21 : Spaghettis Bolognaise et crumble aux pommes en dessert

Jeudi 28 : Goulasch avec salade, et Apple

