



# 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.

OCTOBRE 2019 N°141

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](mailto: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](mailto: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:

  
Sinclair



## Accueil Classe Ville

Jeudi 17 octobre 2019  
De 13h30 à 15h45

Le GEM accueille une classe de la ville de  
Mulhouse

Le but: sensibiliser les enfants autour du  
handicap et de la solidarité.

Nous avons donc besoin de votre !



## Fête d'Halloween

Jeudi 31 octobre de 18h à 21h

Venez nombreux passer un

Moment

gourmand et festif

Prix: 3€



## Remerciements

Brocantes associative

Un grand Merci pour votre aide!



## Equipe Mobile

Venez vous informer sur les maladies  
psychiques le

vendredi 04 octobre 2019

De 10h à 12h



Bonjour à tous,

Depuis 2007, j'ai grandi avec vous, avec le GEM.... j'ai appris  
beaucoup à vos cotés et nous avons vécu de forts moments,  
des bonheurs partagés et pour cela je vous remercie sincère-  
ment.

Je prends mon envol, non sans émotions, et il me tient à coeur  
de signifier à chacun d'entre vous l'importance  
que vous avez eu dans mon parcours.

Je vous fais confiance pour continuer à faire vivre le Gem  
avec Frédo, Violette et Aza.

Valérie Der

## Citation

« Le courage c'est de  
dépasser ses limites  
tout en minimisant les  
conséquences »



Jean Sebastian M

## Réunion petit séjour 2020

Jeudi 24 octobre 2019  
À 14h

Venez participer aux réunions si vous souhaitez partir en vacance!

## Joyeux anniversaire à...

Christophe Bour, Joseph M,  
Franck N, Pierre N, Daniel Rus,  
Fatah S, Bernard U, Sylvain V,  
Odile Z

## Atelier Lino gravure avec Henri

Venez découvrir ou redécouvrir les ateliers  
d'Henri, qui vous propose de découvrir la lino  
gravure à travers plusieurs ateliers les

7 octobre de 15h à 17h

Et les 14 et 21 octobre 2019

De 14h à 17h

Sur inscription

Places limitées .

Planning prévisionnel Octobre 2019

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
<b>Mardi 1</b> 10h/17h	11h/12h: <b>cours de guitare</b> avec Sylvain 14h/15h: <b>marche nordique</b> avec Naïm 17h/18h: <b>tea time</b> avec Christophe B
<b>Mercredi 2</b> 10h/17h	9h/11h: <b>piscine</b> avec Marie-Christine( sur inscription) 10h30/11h30: <b>bien-être</b> du local 14h: <b>réunion prépa</b> soirée Halloween 15h/16h: <b>Chi kong</b> avec Jo et Laurent 16h/17h: <b>Chant</b> avec Frédo
<b>Jeudi 3</b> 10h/12h 14/17h	10h/12h: <b>préparation</b> du repas 12h/ 14h: <b>repas</b> avec Olivier– 5 € 14h/15h: <b>cours de Djembé</b> avec Bernard W 15h/ 17h: <b>atelier déco de Noël</b> avec Aza 16h/17h30: <b>cours de guitare</b> avec Sylvain
<b>Vendredi 4</b> 10h/17h	10h/12h: <b>Equipe Mobile– Connaissance sur les maladies psychiques</b> 14h30/15h30: <b>Accueil hôpital de Jour</b> 17h/18h: <b>méditation</b> avec Fatah
<b>Samedi 5</b> Pas de permanence	<b>9h45 /16h devant le Gem:</b> sortie Folie' Flore+ Journée d'octobre avec Christophe B et Aza—7€ 50 l'entrée +2€80 le trajet
<b>Dimanche 6</b> 14h/17h	14h/17h: <b>permanence</b> avec Jean– Seb et Isabelle L
<b>Lundi 7</b> 12h/ 17h Gem fermé le matin	10h30/11h30: <b>bien être</b> du local 14h/15h: <b>groupe de parole</b> Philippe N 15h/17h: <b>atelier lino gravure</b> avec Henry 16h/17h: <b>discussion en alsacien</b> avec Marie-Christine
<b>Mardi 8</b> 10h/17h	11h/12h: <b>cours de guitare</b> avec Sylvain 14h/15h: <b>marche nordique</b> avec Naïm 17h/18h: <b>tea time</b> avec Christophe B

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
<b>Mercredi 9</b> 10h/17h	9h/11h: <b>piscine</b> avec Marie-Christine( sur inscription) 13h: <b>cinéma</b> Palace avec Frédéric T-3€ 10h30/11h30: <b>bien-être</b> du local 15h/16h: <b>Chi kong</b> avec Jo et Laurent 16h/17h: <b>Chant</b> avec Laurent
<b>Jeudi 10</b> 10h/12h 14h/17h	10h/12h: <b>préparation</b> du repas 12h/ 14h: <b>repas</b> avec Mario – 6€ 14h/15h: <b>cours de Djembé</b> avec Bernard W 15h/ 17h: <b>atelier déco de Noël</b> avec Aza 16h/17h30: <b>cours de guitare</b> avec Sylvain
<b>Vendredi 11</b> 10h/17h	9h/12h: <b>piscine</b> avec Marie– Christine 10h 30/11h30: <b>atelier d'écriture</b> avec Christophe B 13h30: <b>réunion ASA</b> 16h/17h: <b>Zumbagem</b> avec Laurent et Jo 17h/18h: <b>méditation</b> avec Fatah
<b>Samedi 12</b> Pas de permanence	<b>11h 45 devant le Gem:</b> resto « Le secret » avec Mario– caution 2€
<b>Dimanche 13</b> 14h/17h	14h/ 17h: <b>permanence</b> avec Jean-Seb et Jean– Marc W
<b>Lundi 14</b> 10h/17h	10h30/11h30: <b>bien être</b> du local 14h/17h: <b>atelier lino gravure</b> avec Henry 16h/17h: <b>discussion en alsacien</b> avec Marie-Christine
<b>Mardi 15</b> 10h/17h	11h/12h: <b>cours de guitare</b> avec Sylvain 14h/15h: <b>marche nordique</b> avec Naïm 15h/16h: <b>réunion</b> adhérents 17h/18h: <b>tea time</b> avec Christophe B
<b>Mercredi 16</b> 10h/17h	9h/11h: <b>piscine</b> avec Marie-Christine( sur inscription) 10h30/11h30: <b>bien-être</b> du local 14h: <b>réunion prépa</b> soirée Halloween 15h/18h: <b>Bowling</b> avec Philippe T ( Rdv au Gem prévoir 10 € + 2€ 80 transport) 15h/16h: <b>Chi kong</b> avec Jo et Laurent 16h/17h: <b>Chant</b> avec Laurent

Happy  
Halloween

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
<b>Jeudi 17</b> 10h/12h 14h/17h	10h/11h:30 <b>préparation</b> du repas 11h30/ 13h:30 <b>repas</b> avec Yasmina – 5 € <b>14h/15h45: Accueil Classe Ville</b> 16h/17h30: <b>cours de guitare</b> avec Sylvain
<b>Vendredi 18</b> 10h/17h	9h/12h: <b>piscine</b> avec Marie– Christine 10h 30/11h30: <b>atelier d'écriture</b> avec Christophe B 16h/17h: <b>Zumbagem</b> avec Laurent et Jo 17h/18h: <b>méditation</b> avec Fatah
<b>Samedi 19</b> 14h/17h	14h/17h: permanence avec Philippe T et Eric B
<b>Dimanche 20</b> 14h/17h	14h/17h: permanence avec Philippe T et Eric B
<b>Lundi 21</b> Gem fermé le matin 12h/17h	<b>9h/12h: Réunion salariées</b> 14h/17h: <b>atelier lino gravure</b> avec Henry 16h/17h: <b>discussion en alsacien</b> avec Marie-Christine
<b>Mardi 22</b> 10h/17h	11h/12h: <b>cours de guitare</b> avec Sylvain 14h/15h: <b>marche nordique</b> avec Naïm 17h/18h: <b>tea time</b> avec Christophe B
<b>Mercredi 23</b> 10h/17h	9h/11h: <b>piscine</b> avec Marie-Christine( sur inscription) 10h30/11h30: <b>bien-être</b> du local 14h: <b>réunion prépa</b> soirée Halloween 15h/16h: <b>Chi kong</b> avec Jo et Laurent
<b>Jeudi 24</b> 10h/12h 14h/17h	10h/12h: <b>préparation</b> du repas 12h/ 14h: <b>repas</b> avec Chahine– 5 € 14h: <b>réunion petit séjour 2020</b> 15h/ 17h: <b>atelier déco de Noël</b> avec Aza 16h/17h30: <b>cours de guitare</b> avec Sylvain

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
<b>Vendredi 25</b> 10h/17h	9h/12h: <b>piscine</b> avec Marie– Christine 10h 30/11h30: <b>atelier d'écriture</b> avec Christophe B 13h30: <b>réunion ASA</b> 16h/17h: <b>Zumbagem</b> avec Laurent et Jo 17h/18h: <b>méditation</b> avec Fatah
<b>Samedi 26</b> Pas de permanence	14h/16h: sortie brocante permanente avec Philippe T et Jean– Michel H– 1€
<b>Dimanche 27</b> 14h/17h	14h/17h: permanence avec Jean Seb et Jean-Marc W
<b>Lundi 28</b> 10h/17h	10h30/11h30: <b>bien être</b> du local 14h/17h: <b>Karoké</b> avec Farid T 16h/17h: <b>discussion en alsacien</b> avec Marie-Christine
<b>Mardi 29</b> 10h/17h	11h/12h: <b>cours de guitare</b> avec Sylvain 14h/15h: <b>marche nordique</b> avec Naïm 17h/18h: <b>tea time</b> avec Christophe B
<b>Mercredi 30</b> 10h/17h	9h/11h: <b>piscine</b> avec Marie-Christine( sur inscription) 10h30/11h30: <b>bien-être</b> du local 15h/16h: <b>Chi kong</b> avec Jo et Laurent 16h/17h: <b>Chant</b> avec Laurent
<b>Jeudi 31</b> 10h/12h 14h/17h	10h/12h: <b>préparation</b> du repas 12h/ 14h: <b>repas</b> avec Delphine– 6€ 15h/ 17h: <b>prépa du Buffet</b> d'Halloween avec Aza 16h/17h30: <b>cours de guitare</b> avec Sylvain 18h/ 21h: <b>fête d'Halloween</b> avec les 2 antennes– 3€

### Repas prévisionnel du Jeudi

- Jeudi 3: Crudités- Escalope de porc pané pâte– liégeois
- Jeudi 10: choucroute garnie– tarte aux quetsche
- Jeudi 17: crudité-gratin de pâtes– riz au lait
- Jeudi 24: Escalope à la crème- Pâte-crème dessert
- Jeudi 31: Crudités– Courgettes farcies– Fromage et yahourt



# 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

**NE PAS FUMER DEVANT LA PORTE D'ENTREE de la CO-PROPRIETE, NI DANS LES COULOIRS**

° 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).

Michaël B propose une aide informatique sur RDV

Prochaine Réunion adhérents : **Mardi 15 octobre à 15h**

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

*Vos représentants au Conseil d'Administration sont :*

Stéphan Aprahamian- Président  
Michaël Bohy- Trésorier  
Jean-Michel Hartmann- Vice Trésorier  
Christelle Reinhart- Secrétaire  
Jean- Sébastien Most- Vice secrétaire  
Yasmina Khial- Assesseur  
Rachel Bérard- Assesseur  
Philippe Tolvai- Assesseur  
Julien Heitz- Assesseur  
Farid Tahraoui- Assesseur  
Laurent Mollet- 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...*

-Stéphane  
-Fatah  
-Farid  
-Michaël  
-Philippe  
-Salah  
-Jean-Sébastien

AULAGNE  
SENADLA  
TAHRAOUI  
BOHY  
TOLVAI  
BOULAA  
MOST

*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

Prénom

adresse

mail ou tel :

montant du don