



# 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.

NOVEMBRE 2019 N°142

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

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](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 veuillez  
vous renseigner par téléphone ou  
par mail

Parrain:

Sinclair

Financeurs:



## Accueil Classe Ville

Mardi 12 novembre 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  
Aide !

## Ciné débat

« Les Invisibles »

Le vendredi 18 novembre

De 14h à 17h avec Arnaud M



## Formations Permanences

Si vous êtes intéressé(e)s pour mener des per-  
manences les week-end, venez vous former  
avec Michaël B et Aza ainsi que les membres du  
CA participant aux ateliers

les vendredis 15 et 29 novembre  
De 14h30 à 15h30

## Equipe Mobile

vendredi 15 novembre 2019  
De 10h à 12h

## Sorties du Mois

\* **16/11/19:** Sortie Weil  
am Rheim avec Stéphan  
Ap- 5€

\* **21/11/19:** sortie Sainte  
Catherine à Altkirch  
( sortie en autonomie)

\* **22/11/19:** Resto « Os' Kar » avec Jean-  
Marc S- caution 2€

\* **23/11/19:** marché de Noël à Strasbourg avec  
Aza- 8€

\* **23/11/19:** resto " OTTO" avec Olivier-caution 2€

\* **30/11/19:** resto « La Lanterna » avec Christelle  
et Stéphan- caution 2€



## Réunions Repas de fin d'année

Venez participer à l'élaboration de votre  
menu du repas de Noël et de la Saint

Sylvestre

Tous les jeudis de 16h à 17h



## Marché de Noël

Le GEM tiendra son stand le :

Vendredi 20 décembre 2019

Décorations et sachets de  
biscuits seront mis en vente à  
cette occasion.

Nous avons donc besoin de votre aide pour  
les confectionner!



## Joyeux anniversaire à...

Nicolas B, Catherine Ba, Olivier  
B, Frédéric E, Cédric G, Daniel  
J, Delphine, Benjamin T

Planning prévisionnel novembre 2019

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
<b>Vendredi 1</b> 14h/17h	<b>Férié</b> 14h/17h: Permanence avec Stéphan et Jean-Seb
<b>Samedi 2</b> 14h/17h	14h/17h: Permanence avec Philippe T et Sylain
<b>Dimanche 3</b> 14/17h	14h/17h: Permanence avec Jean– Seb et Jean-Marc W
<b>Lundi 4</b> 10h/17h	10h30/11h30: <b>bien-être</b> du local 14h/15h: <b>groupe de parole</b> avec Philippe N 15h/17h: <b>accueil hôpital de jour</b> avec Laïla 16h/17h: <b>discussion en alsacien</b> avec Marie-Christine
<b>Mardi 5</b> 10h/17h	10h/12h: <b>déco marché de Noël</b> avec Aza 14h/15h: <b>marche nordique</b> avec Naïm 15h/16h: « <b>easy conversation</b> » avec Nico, Arnaud M, Catherine B et Frédo 17h/18h: <b>tea time</b> avec Christophe B
<b>Mercredi 6</b> 12h/17h <b>GEM</b> <b>Fermé le matin</b>	9h/11h: <b>piscine</b> avec Marie-Christine ( sur inscription) <b>10h-12h Réunion salariées</b> 13h: <b>cinéma Palace</b> avec Christophe B– 3€ 14h/16h: <b>initiation au jeu d'échec</b> avec Jonathan L( sur inscription –places limitées) 15h/16h: <b>Chi Kong</b> avec Laurent 16h/17h: <b>chant</b> avec Laurent
<b>Jeudi 7</b> 10h/ 12h 14h/17h	10h/12h: <b>préparation</b> du repas 12h/14h: <b>repas</b> avec Fouhede– 5€ 15h/16h: <b>Zumbagem</b> avec Laurent et Jo 16h/17h: <b>réunion repas</b> de fin d'année 16h/17h30: <b>cours de guitare</b> avec Sylvain
<b>Vendredi 8</b> 10h/17h	10h/11h: <b>atelier d'écriture</b> avec Christophe B 10h30/11h30: <b>Gym douce</b> avec Sandra 14h/15h: <b>Accueil hôpital de jour</b> avec Bruno et Fatah 15h/17h: <b>Mobi'Gem pour les 10 ans de la Navette</b> – Université Fonderie

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
<b>Samedi 9</b> 14h/17h	<b>10 ans de la Navette!</b> Les inscriptions sont à voir avec la Navette
<b>Dimanche 10</b> 14h/17h	14h/17h: Permanence avec Jean– Seb et Jean-Marc W
<b>Lundi 11</b> 14h/17h	<b>Férié</b> 10h/14h: repas choucroute avec Mario 6€ et Philippe T 14h/16h: Permanence avec Philippe T
<b>Mardi 12</b> 10h/17h	10h/12h: <b>déco marché de Noël</b> avec Aza <b>13h30/15h30: accueil classe ville</b> 16h/17h: « <b>easy conversation</b> » avec Nico, Arnaud M, Catherine B et Frédo 17h/18h: <b>tea time</b> avec Christophe B
<b>Mercredi 13</b> 10h/17h	9h/11h: <b>piscine</b> avec Marie-Christine 10h30/11h30: <b>bien-être</b> du local 14h/16h: <b>initiation au jeu d'échec</b> avec Jonathan L( sur inscription –places limitées) 15h/16h: <b>Chi Kong</b> avec Laurent 16h/17h: <b>chant</b> avec Laurent
<b>Jeudi 14</b> 10h/12h 14h/17h	10h/12h: <b>préparation</b> du repas 12h/14h: <b>repas</b> avec Frédérique– 5€ 15h/16h: <b>Zumbagem</b> avec Laurent et Jo 16h/17h: <b>réunion</b> repas de fin d'année 16h/17h30: <b>cours de guitare</b> avec Sylvain
<b>vendredi 15</b> 10h/17h	10h30/12h: <b>Equipe Mobile</b> « Comment aborder les autres » 10h30/11h30: <b>Gym douce</b> avec Sandra 14h30/15h30: <b>réunion ASA+ formation permanence</b> avec Michaël B et Aza 17h/18h: <b>méditation</b> avec Fatah
<b>Samedi 16</b> 14h/17h	9h45 devant le Gem/ 16h: sortie Weil am Rhein avec Stéphan– 5€( prévoir petit budget pour restauration)

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
Dimanche 17 14h/17h	14h/17h: Permanence avec Jean– Seb et Jean– Marc W
Lundi 18 10h/17h	10h30/12h: bien-être du local 14h/17h: Ciné– débat « Les invisibles » avec Arnaud M et hôpital de jour 16h/17h: discussion en alsacien avec Marie-Christine
Mardi 19 10h/17h	10h/12h: déco marché de Noël avec Aza 14h/15h: marche nordique avec Naïm 15h/16h: « easy conversation » avec Nico, Arnaud M, Catherine B et Frédo 17h/18h: tea time avec Christophe B
Mercredi 20 10h/17h	9h/11h: piscine avec Marie-Christine 10h30/11h30: bien-être du local 14h/16h: initiation au jeu d'échec avec Jonathan L( sur inscription –places limi- tées) 15h/16h: Chi Kong avec Laurent 16h/17h: chant avec Laurent
Jeudi 21 10h/12h 14h/17h	10h/12h: préparation du repas 12h/14h: repas avec Yasmina – 5€ 14h/17h: sortie Sainte Catherine à Altkirch ( en autonomie) 14h/15h: cours de Djembé avec Bernard W 15h/16h: Zumbagem avec Laurent et Jo 16h/17h: réunion repas de fin d'année 16h/17h30: cours de guitare avec Sylvain
Vendredi 22 10h/17h	10h/11h: atelier d'écriture avec Christophe B 10h30/11h30: Gym douce avec Sandra 11h45 au Gem: Resto « OS'Kar » avec Jean- Marc S et Aza- caution 2 € 14h/17h: karaoké avec Farid T 17h/18h: méditation avec Fatah
Samedi 23 14h/17h	<u>9h/17h: marché de Noël à Strasbourg</u> avec Aza– 8€ trajet en train( prévoir petit budget pour restauration) <u>11h45 devant le Gem: Resto Otto avec</u> <u>Olivier</u> – caution 2 €
Dimanche 24 14h/17h	14h/17h: Permanence avec Jean– Seb et Jean– Marc

Jours	Horaires activités – Activités - Les Lieux hors GEM sont précisés
Lundi 25 10h/17h	10h30/12h: bien-être du local 14h/15h: réunion adhérents 15h/17h: accueil hôpital de jour avec Laïla 16h/17h: discussion en alsacien avec Marie-Christine
Mardi 26 10h/17h	10h/12h: déco marché de Noël avec Aza 14h/15h: marche nordique avec Naïm 15h/16h: « easy conversation » avec Nico, Arnaud M, Catherine B et Frédo 17h/18h: tea time avec Christophe B
Mercredi 27 10h/17h	9h/11h: piscine avec Marie-Christine 10h30/11h30: bien-être du local 13h devant le Gem/ 17h: karaoké à Altkirch avec Aza( prix du billet de train à votre charge) 14h/16h: initiation au jeu d'échec avec Jo- nathan L( sur inscription –places limitées) 15h/16h: Chi Kong avec Laurent 16h/17h: chant avec Laurent
Jeudi 28 10h/12h 14h/17h	10h/12h: préparation du repas 12h/14h: repas avec Olivier– 5€ 14h/15h: cours de Djembé avec Bernard W 15h/16h: Zumbagem avec Laurent et Jo 16h/17h: réunion repas de fin d'année 16h/17h30: cours de guitare avec Sylvain
Vendredi 29 10h/17h	10h/11h: atelier d'écriture avec Christophe B 10h30/11h30: Gym douce avec Sandra 14h30/15h30: réunion ASA+ formation per- manence avec Michaël B et Aza 15h/17h: karaoké avec Farid T 17h/18h: méditation avec Fatah 17h/21h: repas en soirée avec Tulay et Aza – 6€
Samedi 30 14h/17h	19h30 devant le Gem ou 20h: Resto « La Lanterna » avec Christelle et Stéphan– caution 2 €

### Repas prévisionnel du Jeudi

**Jeudi 7:** choux fleur gratiné- riz et steak– compote de fruits

**Jeudi 14:** salade- Poulet Frite-yahourt aux fruits

**Jeudi 21:** soupe– salade de pomme de terre– mousse au chocolat

**Jeudi 28:** gratin de légumes– salade de fruits

## 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 : **lundi 25 novembre 2019 de 14h 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( cooptée)**  
**Rachel Bérard- Assesseur ( cooptée)**  
**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