

Programme de Janvier - GEM Rebond 73



Date	Horaires	Activités
Mar 2	14h – 17h	Café - Accueil visiteurs / Contes de la Nouvelle année avec Vincent
Mer 3	14h – 17h	Café – Adhésions et Projets 2024 / Jeux de société / Mîmes
Jeu 4	14h – 17h	Café - Accueil visiteurs/ Atelier Ecriture pour la Nuit de la Lecture
Ven 5	14h – 17h	Perles et Broderie diamant avec Stéphanie
Sa 6	13h30 – 17h	Bowling à Albertville – Tarif GEM : 6€
Lun 8	10h30 - 12h 14h – 17h	Yoga avec Roselyne Apprenons à Tricoter avec Danièle / Jeux de société
Ma 9	10h - 12h 14h – 17h	Danse libre à 10h / Méditation à 11h avec Vincent Atelier Vivacité et jeux avec Vincent
Mer 10	14h – 17h	Poterie avec Josette / Jeux de société
Jeu 11	14h – 17h	Café - Accueil visiteurs/ Atelier Ecriture pour la Nuit de la Lecture
Ven 12	14h – 17h	Baumes à lèvres et Chansons avec Alexandra / Jeux de société
Lun 15	14h – 17h	Café - Apprenons à Tricoter avec Danièle / Jeux de société
Mar 16	10h – 12h 14h – 17h	Danse libre à 10h / Méditation à 11h avec Vincent Courses individuelles (Action, Intermarché...) et pour le GEM
Mer 17	10h30-11h45 14h – 17h	Informatique avec Brigitte Atelier Bugnes pour la Nuit de la Lecture / Jeux de société
Jeu 18	14h – 17h 17h30-21h	Café - Accueil visiteurs/ Atelier Ecriture pour la Nuit de la Lecture Nuit de la Lecture « Arbre de vie » avec AVF – Buffet dinatoire
Ven 19	14h – 17h	Atelier Vivacité et Jeux avec Vincent
Sa 20	14h – 17h 13h30 – 18h	Raclette avec GEM Renaissance – Tarif GEM 4€ Sculptures Neige et Glace à Valloire avec GEM Renaissance – 2€
Lun 22	13h30 – 17h	Café - Apprenons à Tricoter avec Danièle / Jeux de société
Ma 23	10h – 12h 14h – 17h	Réunion de Bureau puis Repas d'équipe Promenade facile au lac de l'Echaillon / Courses / Jeux de société
Mer 24	10h30 – 12h 14h – 17h	Yoga avec Roselyne Langue des Signes avec Laetitia (14h-15h30) / Cartes de vœux
Jeu 25	10h – 12h 14h – 17h	Préparation des Galettes des Rois Remerciements, Vœux et Galettes des Rois au GEM avec nos amis
Ven 26	10h – 12h 14h – 17h	Initiation GRS avec Stéphanie Atelier Vivacité et Jeux avec Vincent / Vernissage Expo Adhérents
Sa 27	10h – 18h	Visite Expo Peinture Salle Jean-Louis Barrault en autonomie
Lun 29	14h – 17h	Café – Tricot et Tricotin avec Danièle et Stéphanie/ Jeux de société
Ma 30	14h – 17h	Sortie Balade facile dans la neige à Albiez et chocolat chaud – 2€
Mer 31	10h – 12h 14h – 17h	Danse libre à 10h / Méditation à 11h avec Vincent Poterie avec Josette / Jeux de société

Une sortie cinéma pourra être proposée dans le mois à St Jean au tarif GEM (4€) : à vos idées !

Programme de Janvier - GEM Rebond 73



Décembre en images

Rencontre avec Victoire, médiatrice en santé



Repas de Noël du GEM organisé par Malika, Danièle, Joëlle, Josette et tous les autres !

Au fait c'est quoi un GEM ??

Les GEM, prononcé « j'aime », sont des Groupes d'Entraide Mutuelle : Des lieux de convivialité, d'entraide et de partage, dans la bienveillance et le respect de chacun, pour toute personne qui se sent seule, isolée ou fragile psychologiquement.

Parce qu'on est tous concerné par la santé mentale, plus de 600 GEM existent en France.

Nous espérons vous rencontrer bientôt ! N'hésitez pas à franchir le pas !

Contactez-nous !

L'équipe du GEM Rebond 73

CONTACTS :

ST JEAN : Alexandra, Vincent

Mail : gem.rebond73@gmail.com

Tels : 04 56 96 37 15 et 07 69 67 80 04

Adresse : Place de la Sous-Préfecture - 73300 St Jean de Maurienne

VAL D'ARC (ramassage en bus) et MODANE (Résidence Pré-Soleil): Bérangère

Tel : 07 68 89 58 27

Mail : gemrebond73.horslesmurs@gmail.com

