

# PROGRAMME DE MAI\* 2022 - GEM REBOND 73



Date	Horaires	Activités
Lun 2	13h30-17h15	Lancement festif du GEM Hors les murs à Aiguebelle 🤗 8 places (GEM fermé)
Ma 3	10h30 – 12h 14h - 17h30	Rencontre-café-croissants avec le S.A.V.S. * au GEM Atelier musique du monde au Conservatoire (14h30 – 15h30) / Jeux de société
Mer 4	14h - 17h	Karaoké / Rangement et entretien du local en musique 🎵 / Comptabilité
Jeu 5	14h - 17h30	Jeux sur la communication en groupe au GEM / Goûter / Karaoké Séances individuelles d'art-thérapie avec Joséphine : 13h30 et 14h30
Ven 6	14h - 17h30	Poterie avec Josette / Jeux de société / Découvertes musicales
Sam 7	15h – 18h30	🎵 🎵 Concert des musiciens et chanteurs du GEM et pot convivial 🎵 🎵
Lun 9	14h - 17h	Danse country avec Stéphanie / Activités créatives libres avec Harmony / Lecture de journal, informations, échanges sur l'actualité
Ma 10	11h – 12h 14h - 17h30	Méditation avec Amandine Atelier musique du monde au Conservatoire de St Jean / Jeux au GEM
Mer 11	10h30-11h45 14h - 17h	Informatique avec Brigitte : un temps pour débiter/évoluer à son rythme Donnez votre avis sur l'action sociale en Savoie et créons un projet d'amélioration
Jeu 12	10h – 12h 14h – 17h30	Découvrons le jardin de La Fourmilière : RDV à partir de 10h à la Fourmilière Rencontre- café au GEM avec Clémentine, chargée de l'Accès aux droits Séances individuelles d'art-thérapie avec Joséphine : 13h30 et 14h30
Ven 13	14h - 17h	Langue des signes avec Laetitia (14h – 15h30) / Jeux, mîmes
Sam 14	10h – 12h	Piscine - RDV à 10h devant la piscine – tarif GEM : 2 €
Lun 16	14h - 17h	Présentation du livre « Le GEM » de Stéphanie / Danse Country avec Stéphanie Lecture de journal, informations, échanges sur l'actualité
Ma 17	11h – 12h 14h – 17h30	Méditation avec Amandine Atelier musique du monde au Conservatoire de St Jean / Jeux au GEM
Mer 18	11h – 17h30	Pique-nique tiré du sac au lac de la Léchère puis Visite d'un atelier de tournage sur bois à Montgellafrey chez Hugues : 8 places
Jeu 19	10h30 - 17h	Pique-nique à la Combe avec l'Association des Paralysés de France (APF) : rencontres, jeux, chants, guitare...
Ven 20	10h30-13h30 14h - 17h	Réunion de Bureau suivie d'un repas convivial Donnez votre avis sur l'action sociale en Savoie et créons un projet d'amélioration
Sam 21	11h – 19h	Fête du Jeu à Aiguebelle avec GEM Hors les murs : pique-nique et rigolades 🤗
Lun 23	14h - 17h	Café Préparation ludique des SISM* 2022 puis goûter convivial
Ma 24	11h – 12h 14h - 17h30	Méditation avec Amandine Atelier musique du monde au Conservatoire de St Jean / Jeux au GEM
Mer 25	10h30-11h45 14h - 17h	Informatique avec Brigitte Donnez votre avis sur le Projet Territorial de Santé Mentale Couture avec Chantal (projet médiéval, libre...)
Jeu 26	férié	GEM fermé
Ven 27	14h - 17h	Poterie avec Josette / Couture avec Chantal (projet médiéval, libre...)
Sam 28	10h – 12h	Piscine - RDV à 10h devant la piscine – tarif GEM : 2 €
Lun 30	14h – 17h	Couture avec Chantal (projet médiéval, libre...)

Des sorties cinéma peuvent être organisées à un tarif adhérent GEM accessible à tous : à vos idées !



# PROGRAMME DE MAI\* 2022 - GEM REBOND 73

Association loi 1901, parrainée par ESPOIR 73



Bonjour à toutes et à tous, Voici le programme du mois de mai !

Le port du masque est désormais à votre convenance au sein du GEM.

Néanmoins, pour prendre soin des personnes fragiles qui fréquentent l'association,

merci de bien vouloir respecter les règles d'hygiène suivantes :

- \* Un lavage des mains efficace à l'arrivée et fréquemment ensuite (savon + gel HA)
- \* Mangeons, buvons et discutons à au moins 1 mètre les uns des autres
- \* Aération du local au moins 10 min par heure

## Heu... mais au fait, c'est quoi le GEM ????



Prononcé « j'aime » (c'est plus joli !), le GEM est un lieu convivial et bienveillant pour ne pas rester seul chez soi, rencontrer des nouvelles personnes, bavarder, se changer les idées...

Les activités au programme ne sont pas obligatoires : au GEM chacun fait à son rythme ce qui lui plaît dans le respect des autres 😊

Chaque personne est invitée à découvrir l'association 5 ou 6 fois, à son rythme, gratuitement. Puis, s'il/elle souhaite adhérer, la cotisation annuelle est de 12 €.

A bientôt !

L'équipe du GEM

### Souvenirs d'avril 😊

Jean, stagiaire bricolage et sculpture sur stuc !



1<sup>er</sup> repas de l'année : gnocchis et salade de fruits 😊

**CONTACT** Tel : 04-56-96-37-15 et 07-69-67-80-04 Mail : [gem.rebond73@gmail.com](mailto:gem.rebond73@gmail.com)

Adresse : 266, rue de la République - 73300 St Jean de Maurienne (entrée : portes vitrées Place de la Sous-Préfecture)

Page Facebook : [GEM Rebond](#)

**NOUVEAU!** Site Internet : [gemrebond73.fr](http://gemrebond73.fr)

\*S.A.V.S : Service d'Aide à la Vie Sociale

\* SISM : Semaines d'Informations sur la Santé Mentale, cette année du 10 au 23 octobre 2022