



Date	Horaires	Activités
Jeu 1 ^{er}	9h 30-13h 14h - 17h	Poterie Hors Les Murs avec Josette à Modane Loto de la rentrée avec Stéphanie : chacun ramène un petit lot !
Ven 2	14h – 17h	Retour de... Hugues ! Jeu Gantesque : Késako ? Infos et élaboration
Lun 5	10h – 11h 14h - 17h	Danse Country avec Stéphanie Jeu Gantesque : préparation / Ramassage Hors Les Murs Porte de Maurienne
Ma 6	11h - 11h45 14h - 17h	Méditation Jeux de société / Ménage – Classement papier / Courses pour le Brunch / Glace !
Mer 7	10h – 14h 14h - 17h	Comptabilité / Préparation et repas partagé : Brunch (3 €) Jeu Gantesque et autres...
Jeu 8	11h - 17h	Sortie au Lac de Carouge à St Pierre d'Albigny : Pique-nique tiré du sac, jeux ... Ramassage Hors Les Murs Porte de Maurienne
Ven 9	10h- 11h 14h -17h	Amusez-vous en dansant la Zumba avec Stéphanie Présentation de l'association de Bien-Etre avec Isabelle suivi d'un pot convivial Poterie avec Josette
Sa 10	10h – 15h	Forum des associations à Aiguebelle
Lun 12	10h – 11h 14h - 17h	Danse country avec Stéphanie / Comptabilité / Course pour le repas équilibré Concours de pétanque : RDV à la Combe 14h / Ramassage Hors Les Murs PDM
Mar 13	11h – 11h45 13h - 17h	Méditation Bowling Albertville (5 €) / Ramassage Hors Les Murs Porte de Maurienne
Mer 14	10h - 14h 14h – 17h	Mangeons équilibré : préparation d'un menu sain avec Josette puis repas (3 €) Karaoké avec Estelle
Jeu 15	10h30 – 12h 14h - 17h	Citronnade Maison avec Stéphanie/ Rencontre Inter GEM à Villefontaine Jeux de société et dégustation de la citronnade
Ven 16	10h – 11h30 12h15 – 13h 14h - 17h	Coaching vocal avec Alexandra Aquagym sur inscription auprès d'Estelle (5€) Langue des signes avec Laetitia
Sa 17	10h – 12h	Piscine avec Estelle (2 €) : RDV devant la piscine
Lun 19	14h – 17h	Jeux de société et accueil libre avec Josette
Ma 20	11h – 11h45	Méditation avec Amandine Poterie avec Josette
Mer 21	14h – 17h	Quiz musical avec Estelle
Jeu 22	14h – 17h	Jeux de société et accueil libre avec Estelle
Ven 23	14h – 17h	Jeux de société et accueil libre avec Estelle
Lun 26	10h – 11h 14h - 17h	Danse country avec Stéphanie Jeu Gantesque : préparation avec H. / Petite marche autour de St Jean avec B. Ramassage Hors Les Murs Porte de Maurienne
Ma 27	10h – 12h 11h – 11h45 14h – 17h	Réunion de bureau Méditation Jeux de société et mimes
Mer 28	10h – 11h45 14h – 17h	Informatique Jeux gantesque : TEST ! / Collages sur l'environnement dans le cadre de la SISM
Jeu 29	11h – 17h	Accueil du GEM Horizon : pique-nique tiré du sac à Villargondran, jeux..
Ven 30	11h – 17h	Rencontre des Jeux Gantesques, au lac des Hurtières ! Pique-nique tiré du sac Ramassage Hors Les Murs Porte de Maurienne



Bonjour à toutes et à tous,



Voici le programme du mois de septembre !

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
- * Port du masque obligatoire si je suis « cas contact » ou si j'ai des symptômes de Covid



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

Prononcé « j'aime » (c'est plus joli !), les GEM sont des lieux conviviaux et bienveillants pour ne pas rester seul chez soi, rencontrer des nouvelles personnes, bavarder, se changer les idées... Plus de 600 GEM existent en France ! Les activités au programme ne sont pas obligatoires : au GEM chacun fait 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 !

Le GEM rebond !!!

Valloire



Bessans



St Rémy de Maurienne



CONTACT Tel : 04-56-96-37-15 et 07-69-67-80-04 Mail : 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