



Date	Horaires	Activités
Ven 1er	13h30 – 17h	<b>Jeux en équipe</b> ( <i>Dessinez c'est gagné, Le Pendu, Imagine, mîmes...</i> )
<b>SEMAINE INTERGENERATIONNELLE</b> organisée par la Ville de St Jean		
<b>Lun 4</b>	9h – 9h45 10h30 – 11h30 13h30 - 17h	<b>Inauguration de la Semaine Intergénérationnelle : RDV à 9h Perron de la Mairie</b> <b>Informatique</b> avec Brigitte <b>Jardinage !</b> et <b>Atelier Couture</b> avec Chantal
<b>Mar 5</b>	9h15 – 10h45 10h45 – 12h 13h30 - 17h	Montage de l'exposition pour la SISM à la Médiathèque : RDV au GEM Pré-visionnage de la vidéo du GEM avec Rémi Trouillon, avant diffusion <b>Atelier tricot</b> avec Danielle
<b>Mer 6</b>	9h30 – 12h 13h30 - 17h	<b>Marche Nordique</b> avec Maurienne Senior + <b>pot convivial et visite du Skatepark :</b> RDV à 9h30 à la Combe <b>Olympiades</b> avec les enfants de l'Accueil Loisirs au Clos Carloz + <b>goûter et échange de mots avec les enfants</b> : RDV au GEM
<b>Jeu 7</b>	10h30 - 11h30 13h30 - 17h	<b>Yoga ouvert à tous</b> au Clos Carloz (au GEM si mauvais temps) <b>Balade avec la Dauphinelle</b> (découverte de la faune et flore) : lieu à préciser
<b>Ven 8</b>	10h15 – 12h 13h30 – 17h 19h – 21h30	<b>Un temps pour soi!</b> au foyer Bonne Nouvelle (coiffure/shooting photo): RDV au GEM <b>Langue Des Signes</b> avec Laetitia (13h30-15h30) / <b>Poterie</b> avec Josette <b>Dictée Géante, pot convivial et animation musicale</b> 😊
Sam 9	13h30 – 17h	<b>Salon du Livre à Hermillon</b>
<b>SISM : Semaine d'Information sur la Santé Mentale, partout en France</b>		
Lun 11	13h30 - 17h	<b>Atelier Couture</b> avec Chantal / <b>Peinture</b> avec Virginie
Ma 12	13h30 – 17h	<b>Projection de la vidéo du GEM pour la SISM, suivie d'un pot convivial :</b> Ouvert à tous, invitez vos proches !
Mer 13	13h30 - 17h	<b>Film « La société inclusive en question » à la Médiathèque en présence du réalisateur :</b> RDV au GEM
Jeu 14	11h – 11h45 13h30 – 17h	<b>Méditation</b> avec Amandine <b>Atelier tricot</b> avec Danielle / Courses pour le brunch / <b>GEM « Hors les Murs »</b>
Ven 15	10h – 13h30 13h30 – 17h	<b>Atelier cuisine, préparation du local, Brunch à l'anglaise</b> 😊 <b>Jeu TOTEM</b> / Jeux de société
Lun 18	13h30 - 17h	<b>Atelier Couture</b> avec Chantal <b>Chorale</b> avec Estelle
Mar 19	10h30 – 11h30 13h30 - 17h	<b>Yoga</b> avec Roselyne <b>Sortie aux Hurlières :</b> visite du musée de la Mine et balade en forêt, chataîgnes
Mer 20	13h30 - 17h30	<b>Préparation de l'Assemblée Générale et Entretien du local en musique</b>
Jeu 21	10h – 12h 13h30 – 17h	<b>Préparation de l'Assemblée Générale</b> <b>Assemblée Générale du GEM Rebond 73</b>
Ven 22	13h30 - 17h 20h – 22h	<b>Langue Des Signes</b> avec Laetitia (jusqu'à 15h30) « Si tu n'étais pas là », Compagnie <i>Dos Mundos al Arte</i> - Tarif GEM : 5 € RDV à 19h50 devant le théâtre
Lun 25	10h – 13h30 13h30 – 17h	<b>Réunion de Bureau suivie d'un repas convivial au GEM</b> <b>Atelier Couture</b> avec Chantal <b>Présentation du site internet du GEM</b> par Flavie et Stéphane + <b>pot convivial</b>
Ma 26	10h – 17h	<b>Voyage en Italie : visite de Suza et Noalesa, repas pizza - Tarif GEM : 7 €</b>
Mer 27	10h30 – 11h30 13h30 – 17h	<b>Informatique</b> avec Brigitte <b>Danse Country / Expression corporelle et théâtre d'impro</b>
Jeu 28	11h – 11h45 13h30 – 17h	<b>Méditation</b> avec Amandine <b>Atelier tricot</b> avec Danielle / Jeux de société
Ven 29	13h30 – 17h	<b>!!! Halloween : atelier cuisine déguisés et goûter effrayant !!!</b>

# PROGRAMME D'OCTOBRE 2021 - GEM REBOND 73

Association parrainée par ESPOIR 73



## 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.

Le GEM est ouvert du lundi au vendredi de 13h30 à 17h  
ainsi que certains matins, midis et samedis selon les activités (voir détails au verso) ☺

**Le Pass sanitaire n'est pas demandé pour venir au GEM.**

**Néanmoins, nous demandons à chacun de bien vouloir respecter les règles d'hygiène :**

- ☀ Un lavage des mains efficace à l'arrivée et port du masque obligatoire
- ☀ Boissons et nourriture autorisés occasionnellement au local si la distanciation physique d'au moins 1 mètre est respectée

Pour celles et ceux qui ne peuvent pas revenir au local du GEM, une salariée ou un(e) bénévole peut vous rendre visite en extérieur en bas de chez vous ou le temps d'une promenade :  
contactez-nous pour prendre RDV !

Et gardons le lien grâce au téléphone, mails et Facebook !

A bientôt !

L'équipe du GEM

## Septembre en images... !

Pique-nique à la Tour  
Ronde de St Michel ☺

Séjour de 2 nuit au gîte  
« Le Shantoné » à Beaune



### CONTACTS

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

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

Mail : [gem.rebond73@gmail.com](mailto:gem.rebond73@gmail.com)

Page Facebook : [GEM Rebond](#)