

SPECIAL
EDITION

Les Ailes de L'espoir

JANVIER

Journal du Gem

financier

régime
local

d'assurance maladie
Alsace-Moselle



Parrain



Parrain



financier



BALADE AU LAC DE MICHELBACH



Balade au lac de Michelbach
La sortie au lac de Michelbach s'est déroulée dans une ambiance conviviale. Les adhérents ont apprécié la beauté du site et le rythme paisible de la balade.

Un moment agréable qui a renforcé la cohésion du groupe et offert à chacun une parenthèse ressourçante. D'autres excursions sont à venir.

BONNE ANNÉE !

Chers membres, bénévoles et partenaires des Ailes de l'Espoir,

Que cette nouvelle année apporte à chacun sérénité, entraide et beaux projets partagés. Continuons à faire du GEM un lieu chaleureux où l'espoir et la solidarité grandissent chaque jour.

Très belle année 2026 à toutes et à tous !

MEMO-BOOST



Envie d'entraîner et de renforcer ta mémoire de façon amusante ?

Pierre vous donne rendez-vous tous les lundis de janvier à 15h

Moments conviviaux assurés !

UN REPAS DE NOËL RÉUSSI

Notre repas de Noël a été un vrai succès, chaleureux et convivial. Chacun a pu profiter d'un moment agréable autour d'une fondue chinoise composée de poulet, de bœuf et de crevettes, accompagnée de trois sortes de salades fraîches.



Le repas s'est conclu sur une note sucrée avec une délicieuse bûche de Noël, partagée dans la bonne humeur. Un très beau moment collectif qui laissera de bons souvenirs à tous les participants.



4 av. Robert Schuman
68100 Mulhouse

03 89 32 81 27

gemade68@outlook.com

Semaine : 10h/17h
Weekend 13h/17h



Jours	Horaires et activités - Les lieux hors GEM sont précisés
Jeudi 01	GEM FERMÉ
Vendredi 02	13h/17h : permanence avec Bernie et Catherine B
Samedi 03	13h/17h : permanence avec Catherine et Ozge
Dimanche 04	13h/17h : permanence avec Catherine et Salah
Lundi 05	10h/12h : Réunion Salarié/ GEM fermé 14h : Réunion bureau 15h/16h : MEMO-BOOST 15h/16h : Couture & Tricot avec Signorella
Mardi 06	10h/12h : Marche en forêt avec Pierre - 1€ 10h/12h : café papote 14h/16h : Goûter galette des Rois - Stéphan 14h/16h : jeu de mots avec Stéphanie
Mercredi 07	10h/12h : courses pour le repas paratgé 10h/12h : Atelier Bricolage 14h : Course en Allemagne
Jeudi 08	10h/12h : café papote et préparation du repas 12h/14h : Repas partagé avec Olivier -7€ 15h/16h : Réunion adhérents
Vendredi 09	10h/12h : café papote 15h/16h30 : Théâtre avec Nadine & Malika 14h/15h : Gym sur chaise avec Pierre
Samedi 10	13h/17h : permanence avec Catherine et Ozge 12h/15h : Restaurant Modena à Rixheim
Dimanche 11	13h/17h : permanence avec Catherine et Nicole

Jours	Horaires et activités - Les lieux hors GEM sont précisés
Lundi 12	10h/12h : Réunion Salarié/ GEM fermé 14h/15h30 : Groupe de parole 16h Réunion bureau 15h/16h : MEMO-BOOST 15h/16h : Couture & Tricot avec Signorella
Mardi 13	10h/12h : café papote 14h/16h : Marche à l'observatoire de l'aéroport et café au poulaillon -2€ 15h/16h : Tricot avec Nicole
Mercredi 14	10h/12h :courses pour le repas partagé 14h/15h : BLABLA café 15h/16h : Atelier Bricolage
Jeudi 15	10h/12h : café papote & préparation du repas 12h/14h : Repas partagé avec Bernie -7€ 14h : Réunion avec Aline diététicienne
Vendredi 16	10h/12h : café papote 14h Réunion bureau 14h/15h : Gym sur chaise avec Pierre 15h : Les veilleurs de l'espoir
Samedi 17	13h/17h : permanence avec Catherine et Salah
Dimanche 18	13h/17h : permanence avec Catherine et Nicole

ÉNIGME DU MOIS

Plus j'ai de gardiens, moins je suis gardé.
Qui suis-je ?

*si vous avez la réponse allez chez Pierre sinon
on se retrouve le mois prochain pour la réponse*



Jours	Horaires et activités - Les lieux hors GEM sont précisés
Lundi 19	10h/12h : Réunion Salarié/ GEM fermé 15h/16h : MEMO-BOOST 15h/16h : Couture & Tricot avec Signorella
Mardi 20	10h/12h : café papote 14h : Marche à l'oeil de la sorcière à Thann avec Pierre - 2€ 13h/17h : pâtisserie orientale avec Nicole
Mercredi 21	10h/12h : courses pour le repas partagé 10h/16h30 : sortie Thermes Bedenweiler en Allemagne-2€ avec Pierre
Jeudi 22	10h/12h : café papote et préparation du repas 12h/14h : Repas partagé avec Nicole- 7€ 15h : Réunion adhérents
Vendredi 23	10h/12h : atelier pâtisserie- brioche avec Sophie V et Aza 15h/16h : Gym sur chaise avec Pierre
Samedi 24	13h/17h : permanence avec Catherine et Salah
Dimanche 25	13h/17h : permanence avec Catherine et Nicole

Jours	Horaires et activités - Les lieux hors GEM sont précisés
Lundi 26	10h/12h : Réunion Salarié/ GEM fermé 15h/16h : MEMO-BOOST 15h/16h : Couture & Tricot avec Signorella 17h : Réunion mois du cerveau - mairie
Mardi 27	10h/12h : café papote 14h : Marche au lac de michelbach avec Pierre - 2€ 16h/17h : Tricot avec Nicole
Mercredi 28	10h/12h : courses pour le repas partagé 10h/12h : café papote 14h/16h : Atelier Bricolage
Jeudi 29	10h/12h : préparation du repas avec Sandra et Ozge 12h/14h : Repas partagé -7€
Vendredi 30	10h/12h : café papote 14h/15h : Jeux de société 15h/16h : Gym sur chaise avec Pierre
Samedi 31	13h/17h : permanence avec Catherine et Ozge



SAVOIR VIVRE

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!

MENU DES JEUDIS

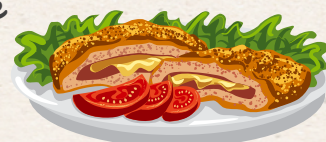
Jeudi 01/01 - Férié

*Jeudi 08/01 Salade cordons bleus-
frites-salade de fruits*

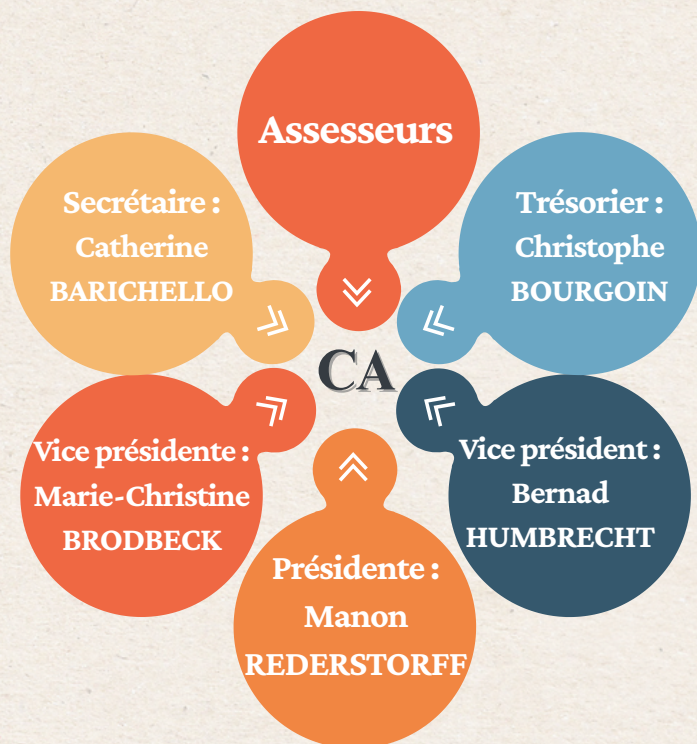
*Jeudi 15/01 Bouchée à la reine-riz-
crumble aux pommes*

*Jeudi 22/01 Lasagne-salade-pâtisserie
orientale*

*Jeudi 29/01 fricassé de poulet-boullgour-
potimarron rôti et pain perdu à la
clémentine*



CONSEIL D'ADMINISTRATION



ASSESEURS

- Nicole MEKACHER
- Jean-Marc SALMANT
- Farid TAHRAOUI
- Mario MEISTERTZHEIM
- Mireille MEISTERTZHEIM

RECORD DU MONDE INSOLITE

LA COURGE VERTE LA PLUS LOURDE DU MONDE

Avez-vous une idée de son poids ? Cette courge, qui appartient aux deux Américains Todd et Donna Skinner, pèse pas moins de 981,57 kg. Le couple a passé plus de 50 heures par semaine à prendre soin du précieux légume, authentifié le 10 octobre 2021, à Dublin (dans l'Ohio, aux États-Unis).



PETIT DÉFI DU MOIS

	8	9	6		4		5	
1		2	8		5		4	
		5						
		7	2			5		1
2	5		3		9		6	8
8		3			1	4		
						2		
	2		4		8	3		7
	7		1		2	6	8	



QUELQUES RÈGLES DU GEM

- Pour le respect de tous nous vous demandons dans la salle approprié lorsque vous passez vos appels ou de répondre très très discrètement
- 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'entrée de la copropriété, ni dans les couloir

