

Programme Activités GEM'ACTIV Mars 2023

lundi 6 mars

Yeni

inscription obligatoire

13h - 17h

Atelier mémoire



mardi 7 mars

10h Yeni

inscription obligatoire

10h - 13h

Jeux au local et Paroles d'adhérents



fermé de 13h à 14h

14h - 17h

Atelier écriture / lecture



merc 8 mars

10h Yeni

inscription obligatoire

10h - 13h Atelier informatique / site internet



fermé de 13h à 14h

14h - 17h

Scrabble



jeudi 9 mars

10h Yeni

inscription obligatoire

10h - 13h Golf (durée du cours 10h30-12h) au golf de la ramée  
Av du Général Eisenhower, Tournefeuille. Départ 10h  
du GEM ou rdv 10h20 sur place. Retour 12h30 local.



fermé de 13h à 14h

14h - 17h Art thérapie avec l'intervenante Marie  
Confection d'un journal créatif



vendredi 10 mars

10h Yeni

inscription obligatoire

10h - 13h Tir à l'arc (durée du cours 11h-12h)  
au Gymnase de Gironis -Toulouse. Départ 10h20 du Gem  
ou rdv 10h50 sur place. Retour 12h30 au local



fermé de 13h à 14h

14h - 17h

GEM le ciné

Visionnage d'un film au local. Début du film à 14h














Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur

GEM'ACTIV 8 bis rue du Couderc 31770 Colomiers, email: gemactiv@orange.fr,










tel: 05 34 26 90 54 / animateurs 07 68 56 96 33 / Présidente 06 74 37 93 24 site internet: [www.gemactiv.fr](http://www.gemactiv.fr)

## Programme Activités GEM'ACTIV Mars 2023

<b>lundi 13 mars</b>	Laetitia, Yeni	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 13h Tir à l'arc</b> (durée du cours 11h-12h) au <i>Gymnase de Gironis -Toulouse</i>. Départ <u>10h20</u> du Gem ou rdv <u>10h50</u> sur place. Retour <u>12h30</u> au local  <span style="color: red; font-weight: bold;">fermé de 13h à 14h</span></p> 		
<p><b>14h - 17h Atelier Créatif</b> Confection de masques pour notre invitation au Bal masqué de Fond peyré</p> 		
<b>mardi 14 mars</b>	Laetitia, Yeni	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 13h Billard français</b> départ <u>10h</u> du local ou rdv <u>10h30</u> au 5, rue Michel Ange 31200 -Toulouse                  Retour <u>12h30</u> au GEM <b>Accesible aux fauteuils roulants</b>  <span style="color: red; font-weight: bold;">fermé de 13h à 14h</span></p> 		
<p><b>14h - 17h Bowling à Colomiers</b>                  (29 chemin du loudet, Colomiers) Rdv 13h50 au Gem ou <u>14h15</u> sur place: <u>début de la partie</u>. Prévoir 4,5 euros</p> 		
<b>merc 15 mars</b>	Yeni, Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 13h Atelier créatif</b>  <span style="color: red; font-weight: bold;">fermé de 13h à 14h</span></p> 		
<p><b>14h - 17h Jardins de Tournefeuille OU Promenade au bord du touch</b> (route de Tarbes, derrière le phare, Tournefeuille)                  Départ <u>13h40</u> du Gem. Rdv 14h sur place. Retour local <u>16h30</u></p> 		
<b>jeudi 16 mars</b>	Yeni, Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 13h Golf</b> (durée du cours 10h30-12h) au golf de la ramée Av du Général Eisenhower, Tournefeuille. Départ <u>10h</u> du GEM ou rdv <u>10h20</u> sur place. Retour <u>12h30</u> local.  <span style="color: red; font-weight: bold;">fermé de 13h à 14h</span></p> 		
<p><b>14h - 17h Rendons visite au FAM fond peyré</b> pour un <b>bal masqué - Goûter dansant</b>                  Départ <u>14h</u> du GEM. Retour <u>16h30</u> au GEM. Sortez vos masques</p>  		
<b>ven 17 mars</b>	Yeni, Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 13h Attention</b> réunion d'animateurs  <span style="color: red; font-weight: bold;">fermé de 13h à 14h</span></p>		
<p><b>14h - 17h Karaoke et/ou Just dance</b></p>  		

**Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur**

## Programme Activités GEM'ACTIV Mars 2023

<b>lundi 20 mars</b>	Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 13h Réalisation de tableaux de sable et paillette</b></p> <p style="text-align: center; color: red;"><b>fermé de 13h à 14h</b></p> <p><b>14h - 17h GEM le ciné</b> Visionnage d'un film au local. Début du film à 14h</p>		
		
<b>mardi 21 mars</b>	Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 13h Jeux de cartes</b> (Belote, 6 qui prend, président, uno ...)</p> <p style="text-align: center; color: red;"><b>fermé de 13h à 14h</b></p> <p><b>14h - 17h</b></p>		
		
		
<b>merc 22 mars</b>	Laetitia, Yeni	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 13h Réponses à vos questions informatique</b> (téléphone, tablette, ordinateur...)</p> <p style="text-align: center; color: red;"><b>fermé de 13h à 14h</b></p> <p><b>14h - 17h</b></p>		
		
		
<b>jeudi 23 mars</b>	10h Yeni, Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 13h Golf (durée du cours 10h30-12h) au golf de la ramée</b> Av du Général Eisenhower, Tournefeuille. Départ <b>10h</b> du GEM ou rdv <b>10h20</b> sur place. Retour <b>12h30</b> local.</p> <p style="text-align: center; color: red;"><b>fermé de 13h à 14h</b></p> <p><b>14h - 17h Yoga du rire à quefets (durée du cours 14h-15h)</b> Départ <b>13h30</b> du GEM ou Rdv <b>14h</b> à la maison de quartier de Quefets 1 bd Alain Savary, Tournefeuille.</p>		
		
		
<b>vendredi 24 mars</b>	10h Yeni, Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 13h Tir à l'arc (durée du cours 11h-12h)</b> au Gymnase de Gironis -Toulouse. Départ <b>10h20</b> du Gem ou rdv <b>10h50</b> sur place. Retour <b>12h30</b> au local</p> <p style="text-align: center; color: red;"><b>fermé de 13h à 14h</b></p> <p><b>14h - 17h Pétanque au boulodrome</b> (Route de Pibrac, Colomiers) Départ <b>14h</b> ou rdv sur place <b>14h15</b>.</p>		
		
		

**Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur**

## Programme Activités GEM'ACTIV Mars 2023

**lundi 27 mars**

10h Laetitia, Yeni

inscription obligatoire

**10h - 13h Tir à l'arc** (durée du cours 11h-12h)  
au *Gymnase de Gironis - Toulouse*. Départ **10h20** du Gem  
ou rdv **10h50** sur place. Retour **12h30** au local



fermé de 13h à 14h

**14h - 17h Atelier créatif**

Thème : Le printemps



**mardi 28 mars**

Laetitia, Yeni

inscription obligatoire

**10h - 13h Billard français** départ **10h** du local  
ou rdv **10h30** au 5, rue Michel Ange 31200 - Toulouse  
Retour **12h30** au GEM **Accesible aux fauteuils roulants**



fermé de 13h à 14h

**14h - 17h Promenade à la coulée verte du touch**

(Parking, rue Joffre, Tournefeuille)

Départ **13h50** du Gem. Rdv **14h10** sur place. Retour local **16h**.



**merc 29 mars**

Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

**10h - 13h Atelier écriture / lecture**



fermé de 13h à 14h

**14h - 17h Courses pour l'atelier cuisine de vendredi  
+ jeux au local**



**jeudi 30 mars**

Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

**10h - 13h Golf** (durée du cours 10h30-12h) au golf de la ramée  
*Av du Général Eisenhower, Tournefeuille*. Départ **10h**  
du GEM ou rdv **10h20** sur place. Retour **12h30** local.



fermé de 13h à 14h

**14h - 17h Yoga du rire à quefets** (durée du cours 14h-15h)

Départ **13h30** du GEM ou Rdv **14h** à la maison de quartier  
de Quefets 1 bd Alain Savary, Tournefeuille.



**vendredi 31 mars**

Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

**Atelier Cuisine** à la maison de quartier de Quefets (1 bd Alain Savary,  
Tournefeuille) + **Dégustation** de notre repas **ensemble**  
Départ **10h** du GEM ou rdv **10h20** sur place. Retour **16h** au local.  
Prévoir **4€** pour l'atelier.  
**Thème = La cuisine c'est facile !** Repas à reproduire  
à la maison (Pâte bolognaise et salade de fruit)



**Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur**