



14/08/2022 [mtborrel@gmail.com](mailto:mtborrel@gmail.com) à GEM'ACTIV

Bonjour à tous,

Voilà les vacances finies et d'ailleurs le GEM est ouvert depuis le 22 août et vous attend pour ce mois de Septembre avec un joli programme et quelques surprises.. J'espère que vous allez tous bien et que vous avez écouté les conseils des professionnels de santé : un 2° rappel anti-covid !

Bon, commençons par les surprises :

**de la gastronomie le 6 : déjeuner à Friendly auberge** (où nous étions pour le repas de Noël 2021)

le 8 : **pique-nique aux AJT** (à vous de préparer vos sandwichs gourmands)

le 13: **pique-nique à forêt Bouconne** et le 19 : **pique-nique au lac 15 Sols**

le 21: **repas commun au GEM**

**de l'aventure** le 15 : **rando en Pyrénées** (attention, plutôt sportif)

le 28 : **balade à St Ferréol** (moins sportif mais endurance quand même)

Ensuite, reprenons les bonnes habitudes : 1/ **en sortie sportive** :

**pétanque** les 6 & 16 à Duroch ; le 8 aux AJT ;

**mini-golf** le 13 à forêt Bouconne et **golf** le 29 à La Ramée

**pêche** le 19 au lac 15 Sols

**bowling** le 20 à Colomiers

**tir à l'arc** le 26 au gymnase Gironis

**escalade** le 26 après-midi au gymnase Cosec

2/ **au local, les ateliers**

**créatif** le 5 ; **peinture** le 12 ; **origami** le 22 ;

**sélection photos** le 5 = très important pour le futur site internet

**écriture/lecture** les 7 & 30 = pour s'entraîner à lire plus d'une page sans somnoler !!!

**informatique** les 16 & 27 = incontournable dans notre monde numérique

**paroles** le 23 = osez vous exprimer pour participer, choisir, décider ensemble

3/ **au local, les jeux**

**cartes** les 9 & 14; **blind-test** le 9; **petit bac** le 12; **scrabble/rummikub** le 29; **trivial**

**pursuit** le 23 ; **karaoké** le 30 ;

**ciné** les 14 & 20 ;

et pour vraiment fêter la rentrée : **yoga du rire** à Quefets le 22 ;

GEM'ACTIV *siège social* = 1 allée de la Pradine BP 90124- 31772 COLOMIERS cedex

*local* = 8 bis rue du Couderc 31770 COLOMIERS

Tél LOCAL 05.34.26.90.54. ANIMATEURS 07.68.56.96.33. PRESIDENTE 06.74.37.93.24.

[gemactiv@orange.fr](mailto:gemactiv@orange.fr) & <http://www.gemactiv.fr> /// <https://www.cerebrolesion.org>

SIRET 53348881300015 – APE 9499Z