

Programme Activités GEM'ACTIV Avril 2023

lundi 3 avril

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



14h - 17h

fermé de 13h à 14h

Karaoqué



mardi 4 avril

10h Laetitia, Yeni

inscription obligatoire

10h - 13h Jeux au local et Paroles d'adhérents

fermé de 13h à 14h



14h - 17h

Gem porte ouverte

**Visite et Rencontre de l'Ueros Ymca
+ jeux au local**



merc 5 avril

10h Yeni, Laetitia

inscription obliaatoire

10h - 13h Atelier informatique / site internet

fermé de 13h à 14h



14h - 17h Jardins de Tournefeuille

OU

Promenade au bord du touch

(route de Tarbes, derrière le phare, Tournefeuille)

Départ **13h40** du Gem. Rdv **14h** sur place. Retour local **16h30**



jeudi 6 avril

10h 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 Art thérapie avec l'intervenante Marie
Confection d'un journal créatif



vendredi 7 avril

10h Yeni, Laetitia

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 Discothèque à la "*Maquina Tanguera*"

Dansons en Boite de jour. *1, rue des Braves -Toulouse*.

Départ **13h30** ou **14h** sur place. Retour **16h30**.

Prévoir **2€** l'entrée. Possibilité d'achat sur place de boissons et gâteaux



Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur

lundi 10 avril



Férieré

mardi 11 avril

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

Atelier pelote de laine (Tricot, pompon...)
avec Marie-Jeanne



merc 12 avril

Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

10h - 13h Atelier créatif



fermé de 13h à 14h

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



jeudi 13 avril

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



ven 14 avril

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




Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur

Programme Activités GEM'ACTIV Avril 2023

lundi 17 avril	Laetitia, Yeni inscription obligatoire
	<p>10h - 12h30 Scrabble  fermé de 12h30 à 13h30</p> <p>13h30 - 17h Rendons visite au FAM fond peyré pour une après-midi jeux Casino (roulette, poker, blackjack, bataille) Départ <u>13h30</u> du GEM ou 14h sur place. Retour <u>16h30</u> au local du GEM </p>
mardi 18 avril	Laetitia, Yeni inscription obligatoire
	<p>10h - 13h Jeux de cartes  (Belote, 6 qui prend, président, uno ...) fermé de 13h à 14h</p> <p>14h - 17h Bowling à Colomiers  (29 chemin du loudet, Colomiers) Rdv 13h50 au Gem ou <u>14h15</u> sur place: début de la partie. Prévoir 4,5 euros</p>
merc 19 avril	Laetitia, Yeni inscription obligatoire
	<p>10h - 13h Attention réunion d'animateurs</p> <p>14h - 17h fermé de 13h à 14h</p> <p>Sophrologie (durée du cours 14h-15h) avec l'intervenant Vincent </p>
jeudi 20 avril	10h Yeni, Laetitia inscription obligatoire
	<p>10h - 13h Golf (durée du cours 10h30-12h) au golf de la ramée Av du Général Eisenhower, Tournefeuille. Départ 10h du GEM ou rdv <u>10h20</u> sur place. Retour 12h30 local.  fermé de 13h à 14h</p> <p>14h - 17h Yoga du rire à quefets (durée du cours 14h-15h) Départ <u>13h30</u> du GEM ou Rdv <u>14h</u> à la maison de quartier de Quefets 1 bd Alain Savary, Tournefeuille. </p>
vendredi 21 avril	10h Yeni, Laetitia inscription obligatoire
	<p>10h - 13h Tir à l'arc (durée du cours 11h-12h) au Gymnase de Gironis -Toulouse. Départ <u>10h20</u> du Gem ou rdv <u>10h50</u> sur place. Retour <u>12h30</u> au local  fermé de 13h à 14h</p> <p>14h - 17h Pétanque au boulodrome (Route de Pibrac, Colomiers) Départ <u>14h</u> ou rdv sur place <u>14h15</u>. </p>

Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur

Programme Activités GEM'ACTIV Avril 2023

lundi 24 avril	10h Laetitia, Yeni inscription obligatoire
	<p>10h - 13h Escalade au gymnase Cosec - Toulouse. Complexe Sportif du Mirail 8 Rue Ferdinand Laulanié, 31100 Toulouse Départ 10h ou rdv 10h20 sur place. Retour 12h30 au local</p> <p style="text-align: center;">fermé de 13h à 14h</p> <p>14h - 17h Atelier mémoire</p>
mardi 25 avril	Laetitia, Yeni inscription obligatoire
Activité à confirmer!	<p>9h - 17h30 Escalade en milieu extérieur Lieu : Ariège  Départ 9h retour 17h30 Places limitées ! Prix 10 € Prévoir pique-nique</p>
merc 26 avril	Yeni, Laetitia inscription obligatoire
jeudi 27 avril	Yeni, Laetitia inscription obligatoire
vendredi 28 avril	Yeni, Laetitia inscription obligatoire

10h - 13h Escalade au gymnase Cosec - Toulouse.

Complexe Sportif du Mirail 8 Rue Ferdinand Laulanié, 31100 Toulouse

Départ **10h** ou rdv **10h20** sur place. Retour **12h30** au local



fermé de 13h à 14h

14h - 17h Atelier mémoire



mardi 25 avril

Laetitia, Yeni

inscription obligatoire

9h - 17h30 Escalade en milieu extérieur

Lieu : Ariège



Départ **9h** retour **17h30**

Places limitées ! Prix 10 €

Prévoir pique-nique



merc 26 avril

Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

10h - 13h Atelier écriture / lecture



fermé de 13h à 14h

14h - 17h Atelier créatif

Thème : Le printemps



jeudi 27 avril

Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

10h - 12h Accueil convivial (discussion, jeux au local...)



fermé de 12h à 13h

13h - 16h30 Pêche et balade au **Lac des 15 sols**

(chemin du tiers état, Blagnac)

Départ **13h10** du GEM ou rdv **13h30** sur place

Retour **16h15**.

 Possibilité de **pêcher** si vous avez le matériel.



vendredi 28 avril

Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

Journée repas commun - Buffet froid (chacun amène quelque chose à partager)



+ Assemblée générale du GEM à 13h30

Lieu rdv: salle Paque YMCA, 1 rue de la Pradine, Colomiers

Repas à 12h et assemblée Générale à 13h30



Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur