

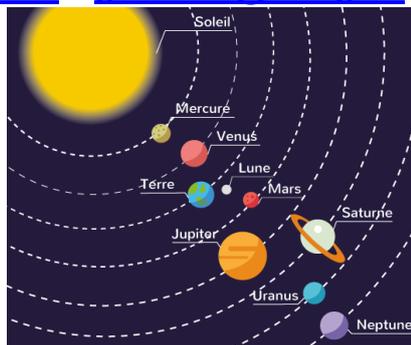
Groupe d'Entraide Mutuelle



Accueil et activités



le 15/02/2024 mtborrel@gmail.com à gemactiv@orange.fr



Certes, ce mois de Mars est plutôt ensoleillé, au grand dam des agriculteurs qui attendent la pluie pour leurs terres, leurs arbres fruitiers et leurs ruisseaux.

Mais heureusement qu'ils laissent les scientifiques s'occuper de la planète Mars, notre « voisine » dans le système solaire: Mars est un peu plus petite que la Terre; elle ne possède ni océans, ni mers, ni rivières. Contrairement à notre ciel bleu, l'atmosphère de Mars est rouge, avec des teintes plus rosées ou plus brunes. Cette couleur est attribuée aux petites poussières composées en partie d'oxyde de fer (rouille) provenant de la surface désertique et poussées par de fortes tempêtes de vent. Cette planète rouge visible par toutes nos anciennes civilisations a évoqué le dieu de la guerre : Arès chez les grecs, Mars chez les latins, Odin chez les vikings, Toutatis chez les celtes !! Avec une température allant de -133°C à $+27^{\circ}\text{C}$ (moyenne -63°C), de l'eau gelée et pas d'oxygène, mais beaucoup de radiations, Mars doit rester le jouet des scientifiqueset nous essaierons de mieux préserver notre Terre où nous pouvons continuer à nous divertir tranquillement..... :

Des sorties marquantes :

le 8, invitation de la **Mairie** de Colomiers pour une expo. sur les Femmes inspirantes

le 19, aux AJT, auberge espagnole avec l'**UEROS** et **QI-GONG**

le 20, rendez-vous au nouveau parc des expos (le **MEETT**, hall 7, jusqu'à 18h) pour **AUTONOMIC SUD**, (Tramway ligne T1 destination Aéroconstellation – Arrêt MEETT/ 05 62 25 45 45), le salon du Handicap, où nous sommes déjà allés mais qui va présenter les nouveautés en terme d'équipements automobile, de fauteuils légers, de matériel d'aide à la vision, de vélos d'exercice, de séjours adaptés et bien d'autres aides en 2024.

► Parlez-en à vos familles car c'est une expo où on apprend beaucoup.

Du sport adapté :

les lundi 4 ; 11 ; 18 ; 25, **escalade** en après-midi

les jeudi 7 ; 14 ; 21 ; 28, **golf** le matin

les vendredi 8 ; 15 ; 22 ; 29, **tir à l'arc** le matin

les mardi 12 & 26, **billard** le matin

le mardi 26, **bowling** l'après-midi

le 27, **pétanque** l'après-midi et le 28, **ping-pong**

Des jeux ou activités « tranquilles » :

atelier peinture ; trivial poursuit ; promenade ; art-thérapie ; atelier mémoire ; ciné ; atelier dessin ; les 14 & 21, yoga du rire ; jeu du loup garou ; trombinoscope ; scrabble ; sophrologie ; etc....



Alors, respirez, vous êtes en bonne compagnie, vous avez le temps de parler et de réfléchir ensemble pour échanger vos impressions avec Emma, les animatrices, les stagiaires et vos copains. A bientôt. *pour info : le mimosa est chez moi !!*

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 & <http://www.gemactiv.fr> /// <https://www.cerebrolesion.org>

SIRET 53348881300015 – APE 9499Z