

**Programme Activités GEM'ACTIV Octobre 2024**

**lundi 30 sept**

**inscription obligatoire**

**10h - 13h Co création du planning** du mois de octobre  
(Réflexion, donnez vos idées, envies...)

**Prévoir panier-repas pour journée continue**

**14h - 17h Escalade** (durée du cours 15h-16h)

au gymnase Cosec - Toulouse.

Départ **14h40** ou rdv **15h** sur place.



**mardi 01 oct**

10h Laetitia, Yeni

**inscription obligatoire**

**10h -17 Journée au Domaine des oiseaux** à Mazères



**Visite | Promenade du domaine + restaurant**

Départ 10h du GEM ou 11h sur place

12h mangeons au restaurant **la Ferme O délices**

Prévoir **17€50** (menu : entrée, plat, dessert )

Retour 17h au local



**La Ferme O Délices**  
produits frais & cuisine authentique



**Places limitées**

**merc 02 oct**

Yeni, Laetitia

**inscription obligatoire**

**10h - 13h Attention** réunion d'animateurs

**Prévoir panier-repas pour journée continue**

**14h - 17h Promenade à la forêt de Bouconne**

(Ramassons mousse, feuille, houx... pour atelier créatif)

Parking De L'aire Forestière, 300 route de Lévignac, Pibrac

Départ 13h45 du GEM, Retour local 16h15



**jeudi 03 oct**

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.

**Prévoir panier-repas pour journée continue**

**14h -17h Atelier créatif** Thème : Automnal



**vendredi 04 oct**

Yeni, Laetitia

**inscription obligatoire**

**10h - 13h Tir à l'arc** (durée du cours 11h-11h50)

au Gymnase de Gironis -Toulouse. Départ **10h30** du Gem ou rdv **11h** sur place. Retour **12h30** au local

**Prévoir panier-repas pour journée continue**

**13h30 - 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











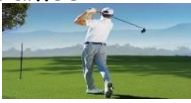



**Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur**

**Programme Activités GEM'ACTIV Octobre 2024**

<p><b>lundi 07 oct</b></p>	<p>10h Laetitia, Yeni <span style="float: right; color: green;">inscription obligatoire</span></p> <p>10h - 13h <b>Accueil convivial</b> (discussion, jeux au local...)  <b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p>14h - 17h <b>Jeux de société</b> au local  <b>ou Escalade</b> (durée du cours 15h-16h)  au gymnase Cosec - Toulouse. Départ <b>14h40</b> ou rdv <b>15h</b> sur place.</p>  
<p><b>mardi 08 oct</b></p>	<p>10h Laetitia, Yeni <span style="float: right; color: green;">inscription obligatoire</span></p> <p>10h - 13h <b>Billard français</b> départ <b>10h15</b> du local  ou rdv <b>10h40</b> au 5, rue Michel Ange 31200 -Toulouse  Retour <b>12h30</b> au GEM <b>Accesible aux fauteuils roulants</b>  <b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p>14h - 17h <b>GEM le ciné</b>  Visionnage d'un film au local. Début du film à 14h !</p>  
<p><b>mercredi 09 oct</b></p>	<p>Yeni, Laetitia <span style="float: right; color: green;">inscription obligatoire</span></p> <p>10h - 13h <b>Courses</b> pour l'atelier cuisine de vendredi  <b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p>13h30 - 17h <b>Allons faire un tour à Emmaüs</b>  600 Chem. des Agries, 31860 Labarthe-sur-Lèze  Prévoir argent de poche  Départ du GEM <b>13h30</b>, rdv sur place 14h, retour local 16h15</p>  
<p><b>jeudi 10 oct</b></p>	<p>Yeni, Laetitia <span style="float: right; color: green;">inscription obligatoire</span></p> <p>10h - 13h <b>Golf</b> (durée du cours 10h30-12h) au golf de la ramée  Av du Général Eisenhower, Tournefeuille. Départ <b>10h</b>  du GEM ou rdv <b>10h20</b> sur place. Retour <b>12h30</b> local.  <b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p>13h30 - 17h <b>Yoga du rire à quefets</b> (durée du cours 14h-15h)  Départ <b>13h30</b> du GEM ou Rdv <b>14h</b> à la maison de quartier  de Quefets 1 bd Alain Savary, Tournefeuille.</p>  
<p><b>vendredi 11 oct</b></p>	<p>Yeni, Laetitia</p> <p>10h - 17h <b>Atelier Cuisine</b> à la maison de quartier de Quefets  (1 bd Alain Savary, Tournefeuille) + <b>Dégustation</b> de notre repas ensemble  Départ <b>10h</b> du GEM ou rdv <b>10h20</b> sur place.  Retour <b>16h</b> au local. Prévoir <b>4€</b> pour l'atelier.</p> 

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

## Programme Activités GEM'ACTIV Octobre 2024

<b>lundi 14 oct</b>	Laetitia, Yeni	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 13h     Atelier créatif</b></p> <p style="color: red;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b>14h - 17h     Jeux de société</b> <i>au local</i></p> <p style="text-align: center;"><b>ou Escalade</b> (durée du cours 15h-16h)</p> <p><i>au gymnase Cosec - Toulouse. Départ <b>14h40</b> ou rdv <b>15h</b> sur place.</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div>		
<b>mardi 15 oct</b>	Laetitia, Yeni	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 13h     Atelier informatique</b></p> <p style="text-align: center;">Spéciale : site internet du GEM</p> <p style="color: red;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b>14h - 17h     Bowling à Colomiers</b></p> <p><i>(29 chemin du loudet, Colomiers) Rdv 13h50 au Gem</i></p> <p>ou <b>14h15</b> sur place: <b>début de la partie</b>. Prévoir <b>4,5 euros</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div>		
<b>merc 16 oct</b>	Yeni, Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 17h</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">  <div style="text-align: center;"> <p><b>Repas commun Auberge espagnole au GEM</b></p> <p>Chacun amène quelque chose à partager !</p> <p><b>+ Grand jeu trivial poursuit</b></p> </div>  </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">  </div>		
<b>jeudi 17 oct</b>	Yeni, Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 13h     Golf</b> (durée du cours 10h30-12h) au golf de la ramée</p> <p><i>Av du Général Eisenhower, Tournefeuille. Départ 10h du GEM ou rdv <b>10h20</b> sur place. Retour <b>12h30</b> local.</i></p> <p style="color: red;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b>14h - 17h     Médiathèque / ludothèque</b> de Colomiers</p> <p>Départ 14h du GEM ou rdv 14h10 sur place.</p> <p>Retour local 16h15</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div>		
<b>vendredi 18 oct</b>	Yeni, Laetitia	<b>inscription obligatoire</b>
<p><b>10h - 13h     Tir à l'arc</b> (durée du cours 11h-12h)</p> <p><i>au Gymnase de Gironis - Toulouse. Départ <b>10h20</b> du Gem ou rdv <b>10h50</b> sur place. Retour <b>12h30</b> au local</i></p> <p style="color: red;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b>14h - 17h     Karaoké</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div>		

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

Programme Activités GEM'ACTIV Octobre 2024

lundi 21 oct

Laetitia, Yeni

inscription obligatoire

10h - 13h **Réponses à vos questions informatique**  
(téléphone, tablette, ordinateur...)



**Prévoir panier-repas pour journée continue**

14h  **Attention Réunion d'organisation**

mardi 22 oct

Laetitia, Yeni

inscription obligatoire

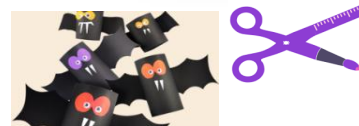
10h - 12h **Billard français** départ **10h15** du local  
ou rdv **10h40** au 5, rue Michel Ange 31200 -Toulouse  
Retour **12h30** au GEM **Accesible aux fauteuils roulants**



**Prévoir panier-repas pour journée continue**

14h - 17h

**Atelier créatif**



merc 23 oct

Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

10h - 12h30 **Paroles de l'adhérent**  
Donnez vos idées, vos envies...

**Prévoir panier-repas pour journée continue**

13h30 - 17h **Rendons visite au FAM fond peyré**  
pour une **après-midi jeux Casino** ( roulette, poker,  
blackjack, bataille) Départ **13h30** du GEM ou 14h sur place.  
Retour **16h30** au local du GEM



jeudi 24 oct

Yeni, Laetitia

10h - 13h **Accueil convivial** (discussion, jeux au local)

**Prévoir panier-repas pour journée continue**

14h - 17h **Pétanque au boulodrome** (route de pibrac, Colomiers)

Départ 14h ou rdv sur place 14h10, retour local 16h15



vend 25 oct

Yeni, Laetitia

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

**Prévoir panier-repas pour journée continue**



13h30 **Assemblée générale Extraordinaire du GEM**

**Ordre du jour:** Revoter le CA + le bureau du GEM

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

Début assemblée Générale à 13h30



Venez nombreux  
pour le bon  
fonctionnement  
de votre  
association

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



Programme Activités GEM'ACTIV Octobre 2024

lundi 28 oct

Laetitia, Yeni

inscription obligatoire

10h - 13h **Atelier mémoire**

**Prévoir panier-repas pour journée continue**



14h - 17h **Gym douce**

étirement , éveil musculaire



mardi 29 oct

Laetitia, Yeni

inscription obligatoire

10h - 13h **Accueil convivial**  
(discussion, jeux au local...)

**Prévoir panier-repas pour journée continue**



13h50 - 17h **Promenade à la coulée verte du touch**

(Parking , rue Joffre, Tournefeuille)

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



merc 30 oct

Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

10h - 13h **Atelier créatif**

**Prévoir panier-repas pour journée continue**



14h - 17h **GEM le ciné**

Visionnage d'un film au local

Début du film à 14h !



jeudi 31 oct

Yeni, Laetitia

Pensez à apporter déguisement, maquillage et gâteaux / bonbons à partager ensemble

10h - 17h **Journée diabolique en fêtant Halloween**

**Matin = Déguisons nous, maquillons nous et décorons notre local**

**Prévoir panier-repas pour journée continue**

**Aprèm = Grand jeu du loup garou**

Jeu d'ambiance, de rôle et de bluff



vend 01 nov

Yeni, Laetitia

**Férialé**

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)