

Programme Activités GEM'ACTIV Décembre 2025

lundi 01 déc

10h Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

17h

Matin

Courses pour le GEM

Prévoir panier-repas pour journée continue

Après-midi

Escalade (durée du cours 15h-16h)

au gymnase Cosec - Toulouse

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



mardi 02 déc

10h Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

17h

Matin

Billard francais 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

Après-midi

Atelier mémoire - Quizz Voyage

(durée : 14h-15h30) avec Anastasia



merc 03 déc

10h Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

Matin

Accueil convivial (discussion, jeux au local...)

Prévoir panier-repas pour journée continue

Après-midi

Marché de Noël à Blagnac !

Lieu : parc des ramiers, départ **13h30** du GEM

14h sur place, retour local 16h45. Prévoir argent de poche



jeudi 04 déc

10h Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

Modification des
horaires
exceptionnellement
aujourd'hui

Spéciale
pièce de théâtre

Matin

Golf (durée du cours 10h30-11h40) au golf de la ram
Av du Général Eisenhower, Tournefeuille. Départ **10h**
du GEM ou rdv **10h20** sur place. Retour **12h10** local.

Prévoir panier-repas pour journée continue

Après-midi

Yoga du rire à quefets (durée du cours 13h30-15h)

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



vendredi 05 déc

10h Yeni, Laetitia

inscription obligatoire

17h

Matin

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

Après-midi

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

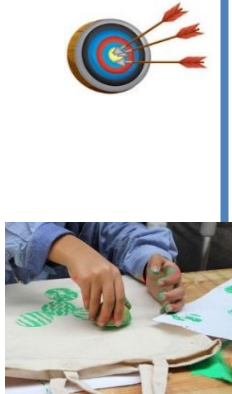


**Spéciale
Noël**

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 / site internet: www.gemactiv.fr

Programme Activités GEM'ACTIV Décembre 2025

lundi 08 déc	10h Yeni, Laetitia	17h
	inscription obligatoire <u>Matin</u> Décoration de la salle + Atelier créatif : Noël Prévoir panier-repas pour journée continue <u>Après-midi</u> Jeux de société au local ou Escalade (durée du cours 15h-16h) au gymnase Cosec - Toulouse. Départ 14h40 ou rdv 15h sur place.	
mardi 09 déc	10h Yeni, Laetitia	17h
	inscription obligatoire <u>Matin</u> Attention Réunion Animateur Prévoir panier-repas pour journée continue <u>Après-midi</u> Atelier découverte d'un art : Peinture Avec intervenant Participation = 2€	
mercredi 10 déc	10h Yeni, Laetitia	17h
	inscription obligatoire Repas de Noël à l'Auberge Friendly Départ du Gem à 11h40, RDV sur place à 11h50 au 32 Rue Gilet, 31770 Colomiers Participation 15€	
jeudi 11 déc	10h Yeni, Laetitia	17h
	inscription obligatoire <u>Matin</u> 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 <u>Après-midi</u> Salon Créateurs et Artisans d'art au MEETT parc des expositions 31840 AUSSONNE Départ 13h30 du GEM, 14h sur place Retour local 16h45. Prévoir argent de poche. Tarif 5€	
vendredi 12 déc	10h Yeni, Laetitia	17h
Information : L'atelier se déroulera en 2 sessions complémentaires 1ère : 12 déc 2ème : 18 déc	inscription obligatoire <u>Matin</u> Tir à l'arc (durée du cours 11h-11h50) au <i>Gymnase de Gironis - Toulouse</i>. Départ 10h30 du Gem ou rdv 11h sur place. Retour 12h30 au local Prévoir panier-repas pour journée continue <u>Après-midi</u> Médiathèque Pavillon Blanc Colomiers Visite de l'Exposition "Explorer le monde" suivi d'un atelier créatif : peinture sur Tissus Départ du GEM 13h45, rdv 14h médiathèque Durée 2h . Retour local 16h30. Limité à 6 personnes	

Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur

GEM'ACTIV 8 bis rue du Couderc 31770 Colomiers , email: gemactiv@gemactiv.com,
tel: 05 34 26 90 54 / animateurs 07 68 56 96 33 / site internet: www.gemactiv.fr

Programme Activités GEM'ACTIV Décembre 2025

Programme Activités GEM'ACTIV Décembre 2025				
lundi 15 déc	10h	Yeni, Laetitia	inscription obligatoire	17h
<u>Matin</u> Atelier créatif et Co création du planning du mois de janvier Prévoir panier-repas pour journée continue <u>Après-midi</u> Escalade (durée du cours 15h-16h) au gymnase Cosec - 6 rue Ferdinand Laulanié, Toulouse. 				
mardi 16 déc	10h	Yeni, Laetitia	inscription obligatoire	17h
<u>Matin</u> Accueil convivial (discussion, jeux au local...) Prévoir panier-repas pour journée continue <u>Après-midi</u> Bowling à Colomiers (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 				
merc 17 déc	10h	Yeni, Laetitia	inscription obligatoire	
<u>Matin</u> Courses pour le GEM + pour l'atelier cuisine de vendredi Prévoir panier-repas pour journée continue <u>Après-midi</u> GEM le ciné = Film de Noël Visionnage d'un film au local. Début du film à 14h 				
jeudi 18 déc	10h	Yeni, Laetitia	inscription obligatoire	17h
<u>Matin</u> 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 <u>12h30</u> local. Prévoir panier-repas pour journée continue <u>Après-midi</u> Couture - Réalisation de notre Tot Bag à partir des tissus peint (suite de l'atelier de vendredi dernier) Départ du GEM <u>13h45</u>, rdv <u>14h</u> <u>médiathèque Colomiers</u> Durée 2h . Retour local 16h30 				
Information :	Suite de l'atelier du vendredi 12 décembre			
vendredi 19 déc	10h	Yeni, Laetitia	inscription obligatoire	
<u>Information :</u> 2€ de plus, afin que chacun reparte avec un petit cadeau que l'on va s'offrir <u>Atelier Cuisine</u> à la maison de quartier de Quefets (1 bd Alain Savary, Tournefeuille) + <u>Dégustation</u> de notre repas ensemble Départ <u>10h</u> du GEM ou rdv <u>10h20</u> sur place. Retour <u>16h</u> au local. Prévoir <u>6€</u> pour l'atelier. 				

Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur

GEM'ACTIV 8 bis rue du Couderc 31770 Colomiers , email: gemactiv@gmail.com,
tel: 05 34 26 90 54 / animateurs 07 68 56 96 33 / site internet: www.gemactiv.fr



Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur

GEM'ACTIV 8 bis rue du Couderc 31770 Colomiers , email: gemactiv@gmail.com,
tel: 05 34 26 90 54 / animateurs 07 68 56 96 33 / site internet: www.gemactiv.fr

Programme Activités GEM'ACTIV Janvier 2026

lundi 5 janv	10h	Yeni, Laetitia	17h	inscription obligatoire
<u>Matin</u> Réponses à vos questions "vie quotidienne" Prévoir panier-repas pour journée continue <u>Après-midi</u> Jeux de société au local ou Escalade (durée du cours 15h-16h)  				
mardi 6 janv	10h	Yeni, Laetitia	17h	inscription obligatoire
<u>Matin</u> Accueil convivial (discussion, jeux au local...) Prévoir panier-repas pour journée continue <u>Après-midi</u> Fêtons l'épiphanie en chantant Karaoqué et dansant Just Dance + Goûter partagé Aenez des galettes des rois    GALETTE DES ROIS				
merc 7 janv	10h	Yeni, Laetitia		inscription obligatoire
<u>Matin</u> Paroles de l'adhérent - Donnez vos idées, vos envies... Prévoir panier-repas pour journée continue <u>Après-midi</u> Promenade à la Ramée Départ 13h40 du Gem. Rdv 14h sur place. Parking 1 (manège), Tournefeuille. Retour local 16h   				
jeudi 8 janv	10h	Yeni, Laetitia	17h	inscription obligatoire
<u>Matin</u> 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 <u>Après-midi</u> Yoga du rire à quefets (durée du cours 14h-15h) Départ 13h15 du GEM ou Rdv 13h45 à la maison de quartier de Quefets 1 bd Alain Savary, Tournefeuille.   YOGA DU RIRE Venez rire sans raison C'est tellement bon !				
vendredi 9 janv	10h	Yeni, Laetitia	17h	inscription obligatoire
<u>Matin</u> 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 <u>Après-midi</u> Création de vos cartes de vœux 2026  				

Les sorties peuvent être annulées sur décision de l'animateur

GEM'ACTIV 8 bis rue du Couderc 31770 Colomiers , email: gemactiv@gmail.com,
tel: 05 34 26 90 54 / animateurs 07 68 56 96 33 / site internet: www.gemactiv.fr