


## Programme Activités GEM'ACTIV Mars 2026

<b>lundi 2 mars</b>	10h	Laetitia	<b>inscription obligatoire</b> 17h
<p><u><b>Matin</b></u> <b>Paroles d'adhérent</b>, planification des activités</p> <p style="color: red;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><u><b>Après-midi</b></u></p> <p style="text-align: center;"><b>Atelier Lecture</b></p>  			
<b>mardi 3 mars</b>	10h	Yeni - Laetitia	<b>inscription obligatoire</b> 17h
<p><u><b>Matin</b></u> <b>Elaboration de masque (atelier créatif) ou maquillage</b></p> <p style="color: red;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><u><b>Après-midi</b></u> Festive avec le <b>Carnaval du GEM</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Ambiance musicale &amp; Karaoké</b></p> <p>Apporter déguisements, accessoires, gateaux à partager ...</p> 			
<b>merc 4 mars</b>	10h	Yeni - Laetitia	<b>inscription obligatoire</b> 17h
<p><u><b>Matin</b></u> <b>Jeux de cartes</b></p> <p style="color: red;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><u><b>Après-midi</b></u> <b>Promenade dans la ville de Colomiers</b></p> <p>Départ du GEM à pied 14h + goûter McDonald's</p> <p>Prévoir argent de poche</p>  			
<b>jeudi 5 mars</b>	10h	Yeni - Laetitia	<b>inscription obligatoire</b> 17h
<p><u><b>Matin</b></u> <b>Atelier peinture collective</b></p> <p style="color: red;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><u><b>Après-midi</b></u> <b>Grand jeu Trivial Pursuit</b></p> <p style="color: red;"><b>16h-17h ménage / rangement du GEM</b></p>  			
<b>ven 6 mars</b>	10h	Laetitia, Yeni	<b>inscription obligatoire</b> 17h
<p><u><b>Matin</b></u> <b>Réunion d'équipe</b></p> <p style="color: red;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><u><b>Après-midi</b></u> <b>Discothèque à la "Maquina Tanguera"</b></p> <p><b>Dansons en Boite de jour.</b> 1, rue des Braves -Toulouse.</p> <p>Départ <b>13h30</b> ou <b>14h</b> sur place. Retour <b>16h30</b>.</p> <p>Prévoir <b>2€</b> l'entrée. Possibilité d'achat sur place de boissons et gâteaux</p> 			

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



## Programme Activités GEM'ACTIV Mars 2026

<b>lundi 16 mars</b>	10h	Laetitia, Yeni	17h	<b>inscription obligatoire</b>
<p><u><b>Matin</b></u>                      <b>Atelier créatif</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><u><b>Après-midi</b></u>            <b>Escalade</b> (durée du cours 14h45-15h45)  au gymnase Cossec - 6 rue Ferdinand Laulanié, Toulouse..  Départ <b>14h25</b> ou rdv <b>14h45</b> sur place</p> 				
<b>mardi 17 mars</b>		Laetitia, Yeni	17h	<b>inscription obligatoire</b>
<p><u><b>Matin</b></u>    <b>Accueil convivial</b> (discussion, jeux au local...)</p> <p style="text-align: center;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><u><b>Après-midi</b></u>    <b>Bowling à Colomiers</b>  (29 chemin du loudet, Colomiers) Rdv 13h50 au Gem  ou <b>14h15</b> sur place: <b>début de la partie</b>. Prévoir <b>4,5 euros</b></p>  				
<b>mercredi 18 mars</b>	10h	Yeni, Laetitia		<b>inscription obligatoire</b>
<p style="text-align: center;"><b>Repas commun Auberge espagnole au GEM</b></p> <p style="text-align: center;">Chacun amène quelque chose à partager !</p> <p style="text-align: center;"><b>+ Jeux au local</b></p> <p><b>16h-17h</b>                      <b>ménage / rangement du GEM</b></p>   				
<b>jeudi 19 mars</b>	10h	Yeni, Laetitia	17h	<b>inscription obligatoire</b>
<p><u><b>Matin</b></u>    <b>Golf</b> (durée du cours 10h30-12h) au golf de la ramée  Av du Général Eisenhower, Tournefeuille. Départ <b>10h15</b>  du <b>GEM</b> ou rdv <b>10h30</b> sur place. Retour <b>12h30</b> local.</p> <p style="text-align: center;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><u><b>Aprem</b></u>    <b>Bar à jeux All4Play</b> 203 avenue Grande Bretagne, Toulouse  Prévoir 2€ l'entrée + argent de poche pour consommation  Départ 13h30 du GEM ou rdv sur place <b>14h</b>.</p>  				
<b>vend 21 mars</b>	10h	Yeni, Laetitia	17h	<b>inscription obligatoire</b>
<p><u><b>Matin</b></u>    <b>Tir à l'arc</b> (durée du cours 11h-12h)  au Gymnase de Gironis -Toulouse. Départ <b>10h20</b> du Gem  ou rdv <b>10h50</b> sur place. Retour <b>12h30</b> au local</p> <p style="text-align: center;"><b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><u><b>Après-midi</b></u>            <b>GEM le ciné</b>  Visionnage d'un film au local. Début du film 14h</p>  				

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

## Programme Activités GEM'ACTIV Mars 2026

<b>lundi 23 mars</b>	10h Laetitia, Yeni	inscription obligatoire	17h
	<p><b><u>Matin</u> Réponses à vos questions informatique</b>  <b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b><u>Après-midi</u> Escalade</b> (durée du cours 14h45-15h45)  au gymnase Cossec - 6 rue Ferdinand Laulanié, Toulouse..  Départ <b>14h25</b> ou rdv <b>14h45</b> sur place</p>		
<b>mardi 24 mars</b>	Laetitia, Yeni	inscription obligatoire	17h
	<p><b><u>Matin</u> 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><b><u>Après-midi</u> Atelier dessin patchwork en commun</b></p>		
<b>merc 25 mars</b>	10h Yeni, Laetitia	inscription obligatoire	17h
	<p><b><u>Matin</u> Accueil convivial</b> (discussion, jeux au local...)  <b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b><u>Après-midi</u> Salon Autonomic sud</b> au <b>MEETT</b>  <b>parc des expositions 31840 AUSSONNE</b>  Départ <b>13h30</b> du GEM, 14h sur place. Retour local <b>16h45</b></p>		
<b>jeudi 26 mars</b>	10h Yeni, Laetitia	inscription obligatoire	17h
	<p><b><u>Matin</u> Golf</b> (durée du cours 10h30-12h) au golf de la ramée  Av du Général Eisenhower, Tournefeuille. Départ <b>10h15</b>  du GEM ou rdv <b>10h30</b> sur place. Retour <b>12h30</b> local.  <b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b><u>Après-midi</u> 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.  <b>16h-17h ménage / rangement du GEM</b></p>		
<b>vend 27 mars</b>	Yeni, Laetitia	inscription obligatoire	
	<p><b><u>Matin</u> Tir à l'arc</b> (durée du cours 11h-12h)  au Gymnase de Gironis -Toulouse. Départ <b>10h20</b> du Gem  ou rdv <b>10h50</b> sur place. Retour <b>12h30</b> au local  <b>Prévoir panier-repas pour journée continue</b></p> <p><b><u>Après-midi</u> Salon Vivre nature</b> du Sud ouest  au <b>MEETT</b> <b>parc des expositions 31840 AUSSONNE</b>  Départ <b>13h30</b> du GEM, 14h sur place. Retour local <b>16h45</b>.  Prévoir argent de poche pour le marché Bio &amp; nature.</p>		

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