



LES AILES DE L'ESPOIR

Journal du GEM « Les Ailes de l'Espoir »

Ce journal s'adresse aux adhérents de l'association ainsi qu'aux personnes souhaitant découvrir son fonctionnement. Le GEM Ailes de l'Espoir accueille en priorité des personnes en situation de fragilité dont l'objectif premier est de rompre l'isolement.

Octobre 2025 n°10

Informations Pratiques

GEM Ailes de l'Espoir

4 avenue Robert Schuman
68100 Mulhouse
Tel: 03.89.32.81.27
E-mail: gemade68@outlook.com

Horaires prévisionnels

Lundi : 10h/17h
Mardi : 10h/17h
Mercredi : 10h/17h
Jeudi : 10h/17h
Vendredi : 10h/17h

Samedis, dimanches et soirées:
selon les propositions des adhérents

Parrain: Association
Marguerite Sinclair



Financiers:



Marché de Noël



Le GEM occupera
au **Marché de Noël**
le **25 novembre**
2025.

Nous avons donc besoin de votre implication pour que ce jour soit synonyme de partage et d'entraide.

Des ateliers de bricolage seront animés tous le mois d'octobre/novembre avec également la confection de petits biscuits.

Atelier d'écriture avec les étudiants de l'école PRAXIS

Dans le cadre de la semaine « Écriture et créativité » organisée par PRAXIS du 7 au 10 octobre, Stéphanie SEJLER, animatrice d'atelier d'écriture interviendra au GEM avec des étudiants de 1ère années.

Une rencontre sera donc organisée le:

vendredi 10 octobre à 13h45 afin de partager un moment d'écriture.



Joyeux anniversaire à :

Sébastien B : 03.10
Sandra: 20.10
Dominique S: 05.10
Bernard U: 26.10
Bernie: 09.10
Christophe B: 29.10
Jean-Philippe: 09.10
Patrick W: 17.10

Semaine d'Information sur la Santé Mentale



Haut-Rhin

Colloque du 07.10.2025 au Centre Socio-Culturel PAX-Mulhouse

Le GEM participera à ce colloque auprès du GEM La Navette et Les Soleils du Sundgau sur le point suivant: « Les GEM; des acteurs incontournables de la citoyenneté et du lien social ».

Nous interviendrons sous forme de témoignage, 2 adhérents sont donc mobilisés pour partager des effets positifs du GEM sur leur parcours de vie, venez les soutenir ou participer ! Vous pouvez-vous manifester auprès des salariés.

M'ta santé dans les lycées



Afin de sensibiliser les jeunes adolescents aux enjeux de santé mentale, le GEM participera au Village prévention/information qui se tiendra le **14 octobre au Lycée Lambert de 10h à 16h**.

Nous tiendrons un stand dans le but d'informer les jeunes de l'existence du GEM.

Nous avons besoin de vous pour parler, échanger et témoigner de la force du GEM dans vos vies.

Venez vous inscrire auprès de Pierre ou Aza!



Planning prévisionnel Octobre 2025

Jours	Horaires et activités— Les lieux hors Gem sont précisés
Mercredi 1 10h-17h	10h/12h: « Les architectes du mois » préparation du planning de novembre avec Aza. 14h/16h: réunion préparation fête d'automne.
Jeudi 2 10h-17h	10h/12h: préparation auberge espagnole 12h/14h: Auberge espagnole (chacun apporte un petit quelque chose à partager pour valider sa participation) 14h/17h: goûter de Bienvenue à Pierre, votre nouvel animateur!
Vendredi 3	Fermeture exceptionnelle du GEM
Samedi 4	Fermeture exceptionnelle du GEM 
Dimanche 5	Fermeture exceptionnelle du GEM
Lundi 6 12h-17h	10h/12h: GEM fermé pour réunion salariés « Instant repères et transmission » entre Pierre et Aza. 14h/15h30: Groupe de parole avec Carole et un second intervenant.
Mardi 7 10h-17h	9h/17h: Colloque Semaine d'Information sur la santé mentale. « Pour notre santé mentale, réparons le lien sociale ». Programme disponible au GEM; Les Ailes de l'Espoir interviendra à 14h30 aux côtés de la Navette et des Soleils du Sundgau. Le GEM restera ouvert, permanence de 10h à 17h avec Bernie et Salah.
Mercredi 8 10h-17h	10h/12h: courses pour le repas partagé avec Bernie et Arnaud R. 14h/16h: Préparation de gâteaux avec Bernie 15h/17h: Karaoké avec Farid
Jeudi 9 10h-17h	10h/12h: Préparation du repas avec Aline 12h/14h: Repas partagé -7€ 14h/17h: réunion préparation du Marché de Noël Pour info: Réunion CA à 17h
Vendredi 10 10h/17h	10h/12h: préparation du Marché de Noël avec Pierre 13h45/17h: Atelier d'écriture avec les étudiants de l'école Praxis « Projet de soi à l'autre ».
Samedi 11 13h-17h	13h/17h: Permanence avec Catherine B et Nicole 20h: Restaurant à volonté l'Univers à Pfastatt avec Stephan- caution 5€

Jours	Horaires et activités— Les lieux hors Gem sont précisés
Dimanche 12 13h-17h	13/17h: Permanence avec Catherine B et Sandra
Lundi 13 10h-17h	10h/11h: Bien-être du local 10h30/11h30: Séance de sport adapté avec Adam 14h/16h: Visite du GEM par un groupe des papillons blancs 16h/17h: Point logistique sur notre intervention au Lycée
Mardi 14 10h/17h	10h/16h: Participation du GEM toute la journée au Lycée Lambert projet « M'ta santé dans les lycées » - stand d'information 10h/17: permanence avec Bernie, Sandra, Nicole et Catherine
Mercredi 15 10h/17h	10h/12h: Courses avec Sandra et Olivier 14h/17h: réunion « Les Veilleurs de l'Espoir » 15h/17h: Karaoké avec Farid
Jeudi 16 10h/17h	10h/12h: Préparation du repas avec Sandra et Olivier 12h/14h: Repas partagé- 7€ 14h/16h: réunion adhérents 17h/18h: Atelier d'écriture avec Stéphanie
Vendredi 17 10h/17h	10h/12h: sortie courses en Allemagne avec Pierre -2€ de transport. 14h/17h: préparation du Marché de Noël
Samedi 18 13h-17h	13h/17h: Permanence avec Catherine B et Nicole 
Dimanche 19 13h-17h	13h/17h: Permanence avec Catherine B et Sandra
Lundi 20 10h-17h	10h30/11h30: Séance de sport adapté avec Adam 14h/16h Pot d'anniversaire pour les 50 ans de Sandra 15h/17h: Préparation du Marché de Noël
Mardi 21 10h-17h	10h/17h: sortie aux Thermes avec Pierre - 2€ de transport+ 20€ pour l'entrée 14h/17h: préparation du Marché de Noël

Planning prévisionnel Octobre 2025

Mercredi 22 10h-17h	10h/12h: Courses avec Mario et Bernie 14h/17h: « Les architectes du mois » préparation du planning de novembre avec Aza ou Pierre
Jeudi 23 10h-17h	10h/12h: Préparation du repas avec Mario et Bernie 12h/14h: Repas partagé 7€ 14h/17h: réunion fête de l'automne
Vendredi 24 10h-17h	9h30/11h: Petit-déjeuner solidaire avec Sébastien B- 2€ 12h: Restaurant Kashmir avec Jean-Marc- caution 5€ 14h/17h: préparation du Marché de Noël
Samedi 25 10h-17h	13h/17h: Permanence avec Catherine B et Nicole 
Dimanche 26 10h-17h	13h/17h: Permanence avec Catherine B et Sandra
Lundi 27 13h-17h	10h30/11h30: Séance de sport adapté avec Adam 14h/17h: préparation du Marché de Noël
Mardi 28 13h-17h	10h/12h: GEM fermé pour réunion salariés « Instant repères et transmission » entre Pierre et Aza. 14h/17h: préparation du Marché de Noël
Mercredi 29 10h-17h	10h/12h: Courses avec Sophie D et Sandra 14h/17h: « Les architectes du mois » préparation du planning de novembre avec Aza ou Pierre

Jeudi 30 10h-17h	10h/12h: Préparation du repas avec Sophie D et 12h/14h: Repas partagé -7€ 14h/17h: préparation du Marché de Noël
Vendredi 31 10h-17h	10h/12h: préparation du GEM aux couleurs automnales 13h/17h: fête de l'automne au GEM sur inscription- le prix sera défini lors de la 1ère réunion le 2 octobre. Vous pouvez venir déguisez...en tout ce que vous voulez! 

Les Menus du Jeudi

- **Jeudi 02/10:** Auberge Espagnole
- **Jeudi 09/10:** Repas diététique
- **Jeudi 16/10:** Carte truite fumée , salade et crumble aux poires
- **Jeudi 23/10:** Salade de pommes de terre , viennoises et compotes
- **Jeudi 30/10:** Ramen et Charlotte aux fraises



QUELQUES INFOS EN VRAC... MAIS IMPORTANTES !

Vous êtes partie prenante de la vie de l'association du GEM...alors n'hésitez pas à vous exprimer, à vous investir dans l'organisation d'activités, dans la vie générale de l'association...

° Les locaux sont aussi les vôtres....alors pensez à nettoyer vos tasses sales, à donner un coup de balai, à vérifier que les toilettes restent propres... C'est votre image et celle de l'association que vous faites vivre au travers de ces petites actions!

° Les inscriptions aux activités : pour des raisons d'organisation et de respect pour les personnes qui organisent des activités, nous vous rappelons que vous devez vous inscrire au moins 3 jours avant la date de l'activité (en passant au GEM ou par téléphone).

° Nous vous rappelons que les signes religieux (croix, foulards..) sont tolérés, mais que tout acte de prosélytisme est interdit.



Ne pas attendre devant la porte avant l'heure d'ouverture du local

NE PAS FUMER DEVANT LA PORTE D'ENTREE de la COPROPRIETE, NI DANS LES COULOIRS

° Pour le respect de tous nous vous demandons de sortir du local et du bâtiment lorsque vous passez vos appels ou de répondre très très discrètement

° Les prix pour les déplacements sont calculés pour 3 personnes. Si plus de personnes s'inscrivent le prix diminuera en fonction.

Prochaine réunion adhérents: Jeudi 16 octobre 2025 à 14h

Prochaine réunion Référents adhérents: Mercredi 15 octobre à 14h

Vos représentants au Conseil d'Administration

Présidente: Mme.Rederstoff Manon

Vices Présidents: M.Humbrecht Bernard et Mme.Brodbeck Marie-Christine

Trésorier: M.Bourgoin Christophe

Secrétaire : Mme Barichello Catherine

Assesseurs:

- Mme.Mekacher Nicole
- M.Salmant Jean-Marc
- M. Tahraoui Farid
- M.Meistertzheim Mario
- Mme.Meistertzheim Mireille