



## Voici le programme des activités qui se dérouleront à Modane.

<i>Date</i>	<i>Horaires</i>	<i>Activités</i> * <i>sur inscription</i>
Jeu 2	11h – 16h	*Pique-nique et promenade autour de St Michel de Mne*
Lun 6	10h – 12h 30	Atelier POTERIE avec Josette
Mar 7	14h – 16h	Ouverture en autonomie Café / Jeux
Jeu 9	<i>Férié</i>	<i>Férié</i>
Lun 13	13h - 16h	Promenade à la cascade St Benoit 😊 Nous fêtons l'anniversaire de Gilles 😊
Jeu 16	10h – 12h 30	Accueil en autonomie Café, jeux, belote // *Visite du GEM Bleu à la Motte Servolex*
Lun 20	<i>Férié</i>	<i>Férié</i>
Mar 21	10h – 12h30	Atelier Yoga avec Roselyne
Jeu 23	10h – 12h30 15h – 16h30	Ouverture en autonomie Café, pétanque (selon la météo) Spectacle de la compagnie <i>l'Esprit du Mardi</i> Salle Fabrice Melquiot, gratuit*
Lun 27	10h – 12h 30	Atelier Yoga avec Roselyne
Mar 28	11h30 – 14h	Repas en autonomie <i>La Frite qui chante</i>
Jeu 30	11h- 16h	Rencontre pétanque avec le groupe de St Jean

**\*Sur inscription auprès de Bérangère au 07.68.89.58.27**

**Ou auprès d'Alexandra et Vincent au 04.56.96.37.15.**

# Programme de Mai 2024 - GEM Rebond 73

*Association loi 1901, parrainée par ESPOIR 73*

## *Le GEM, c'est quoi ?*

Les GEM, prononcé « j'aime », sont des Groupes d'Entraide Mutuelle : lieux de convivialité, d'entraide et de partage, dans la bienveillance et le respect de chacun, pour toute personne qui se sent seule, isolée ou fragile psychologiquement. Parce qu'on est tous concerné par la santé mentale, plus de 600 GEM existent en France.

N'hésitez pas à franchir le pas et contactez-nous !

## *Ouverture en autonomie*

Pour ce mois de mai, un certain nombre d'accueil se feront en autonomie car Bérangère, la salariée chargée de projet, est en congés. Pour les adhérents de l'association, vous êtes libres de venir boire un café et faire des jeux, sur les heures d'ouverture proposées, en vous référant aux adhérents bénévoles : comme toujours, chacun devra participer au nettoyage et au rangement de la salle. Pour les nouveaux visiteurs, vous pouvez contacter le bureau de St Jean de Maurienne, à savoir Alexandra ou Vincent. Bérangère sera de retour début juin !

L'équipe du GEM Rebond 73

**CONTACT** *St Jean de Maurienne : Alexandra et Vincent*

*Tel : 04.56.96.37.15 (bureau) 07.69.67.80.04 (Alexandra) 06.26.43.84.56 (Vincent)*

*Mail : gemrebond73@gmail.com*

*Adresse : 266, rue de la République - 73300 St Jean de Maurienne (entrée : portes vitrées Place de la Sous-Préfecture)*

*Page Facebook : GEM Rebond*

*Site internet : gemrebond7*

**CONTACT** *Hors Les Murs*

*Porte de Maurienne (ramassage) et Modane (Résidence Pré Soleil) : Bérangère*

*Tel : 07.68.89.58.27 (portable)*

*Mail : gemrebond73.horslesmurs@gmail.com*

*Page Facebook : GEM Rebond*

*Site Internet : gemrebond73.fr*

