

Le Gem, Groupe d'Entraide Mutuelle répond à un besoin d'accompagnement dans la vie quotidienne.

Il ne remplace ni

les soins ni les aides sociales, il est un complément, un outil d'insertion, de lutte contre l'isolement et de prévention de l'exclusion sociale.

Lieu convivial, au cœur de la ville, il propose des activités auxquelles participent les adhérents dans la plus grande liberté.

GEM Com'Tois

Antenne Maiche

22 rue Montalembert
25120 Maiche
07.72.77.52.47

Antenne Morteau

41 rue Neuve
25500 Morteau
07.72.32.10.64

Selma et Aurore
Animatrices

GEM Com'Tois

Planning d'activités

Février 2025

Antenne Morteau



Lundi 3 février

Matin : Réunion Bénévole à Morteau

Cinéma « Louise Violet » à L'atalante à Morteau Prévoir 5 euros

Mardi 4 février

14h- 17h

Pâtisserie avec **Gisèle** (crêpes)

Jeudi 6 février

Le midi

Possible de manger au GEM apportez votre repas

14h-17h

Atelier Bougie personnalisée **Gisèle**

Vendredi 7 février

13h30 :

Réunion préparation des vacances à Maiche



Lundi 10 février

Matin : Pétanque Le Russey avec **Claude**
Rdv 9h30 foyer Adapei Morteau

Après-midi : Bricolage avec **Monique**
Théâtre Le Russey Départ 14h

Mardi 11 février

De 10h à 13h30 :

Repas partagé avec **Gisèle**

Après midi

Jeux

Jeudi 13 février

(Aurore absente le matin)

10h30 : Gym Douce avec **Gaston**

14h00 : Atelier écriture animée par

Emma

Lundi 17 février :

14h-17h Bricolage avec **Monique** :

13h30 : Réunion à Maiche préparation vacances

Mardi 18 février 14h-17h

Réunion des adhérents

Programme de Mars

Balade et salon de thé



Jeudi 20 février

Massage de 9h à 12h avec **Cécile**
sur inscription

14h Zumba avec **Hélène**

Lundi 24 février

Matin : Pétanque Le Russey **Claude**
Rdv 9h30 foyer Adapei Morteau
14h-17h

Bricolage avec **Monique**

Théâtre au Russey départ 14h

Mardi 25 février

14h

Confection gâteaux apéro pour

Dembaya

18h : Rencontre avec la troupe de théâtre **Dembaya**

Jeudi 27 février

10h30 : Gym Douce avec **Gaston**

14h-16h : Arbre a souhaits
avec **Pascale**

Vendredi 28 février

Repas partagé, jeux de société et questionnaire autour du GEM :

Rdv 10h au GEM à Maiche ou Morteau
(infos supplémentaires à venir)