

Les news des Colibris

N°14

Mai/Juin /Juillet
2022

L'entraide et les activités du GEM en petit groupes



EDITO

Et voici le quatorzième numéro « Les news des colibris » pour vous donner des nouvelles de l'association et des adhérents.

Nous comptons sur votre participation à l'écriture du prochain numéro qui paraîtra en octobre : envoyez votre article, vos idées, jeux et devinettes à : gem.colibris@simondecyrene.org

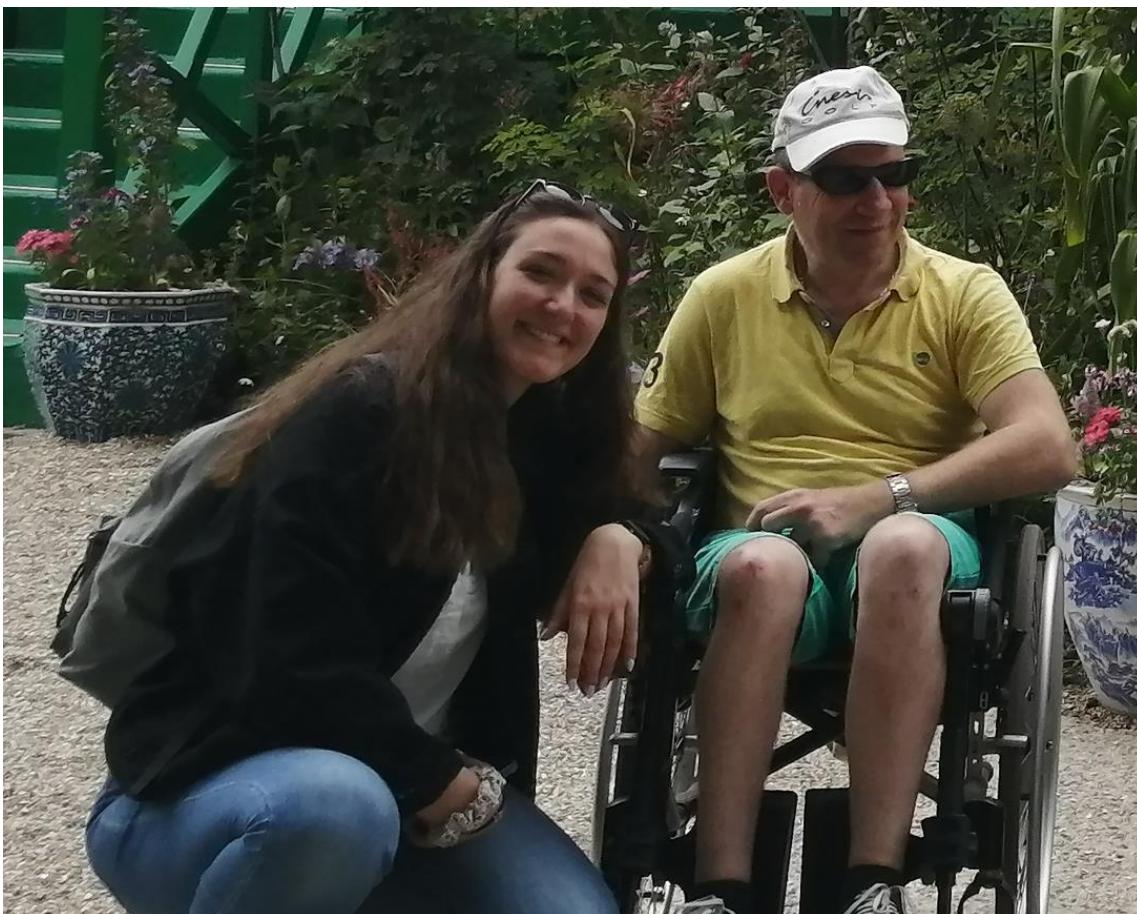


Départs et arrivées

**Merci Noémie,
bonne continuation !**

**Merci pour tout
Mathilde, à bientôt !**

Bienvenue à Martin !



Bravo à Antonin et Teddy !

Antonin et Teddy ont réalisé une lecture à Haute voix à la médiathèque de Rungis, Ils ont été bien applaudis !

REMERCIEMENTS ?

Aux lecteurs :

Marie-Claude Couty
Marie-Andrée Hurstel
Arlette Dudillieux
Antonin Garin
Teddy Bathilde
Jean-Charles Lebeault

**Aux musiciens du Quatuor
« Les Anches passent » :**

Carola Mick, clarinette
Michelle Guillemer, clarinette
Gérard Le Du, clarinette
Emmanuel Blanche, clarinette basse

La Méridienne

Lectures & Quatuor
Pourquoi? de Michaël Hirsch

Samedi 07 Mai
à 15h30

RUNGIS
Médiathèque - 1 place du Général de Gaulle - 94150 RUNGIS
Tél. : 01 79 61 61 61 - mail : mediatheque@ville-rungis.fr - web : mediatheque.rungis.fr

Antonin : « J'ai beaucoup aimé ce moment, c'était sympas, avec Teddy. En plus certains sont venus nous voir, Patryk, Xavier, Marc, mes parents aussi. Il y avait des musiciens qui étaient là pour accompagner nos lectures, ça mettait une bonne ambiance. Les textes étaient truffés de jeux de mots, le public riait, il était bien réceptif. J'ai hâte de renouveler cette expérience. » C



Teddy : « J'aurais dit la même chose mais de manière plus classe : c'était grave cool ! »

C'est parti pour le théâtre !

C'était attendu avec impatience par beaucoup d'adhérents, il est de retour : l'atelier théâtre !

C'est en grand nombre qu'a eu lieu le premier cours. Les adhérents ont fait plusieurs exercices de respirations au début puis raconté des anecdotes.

La pièce de théâtre sera écrite à partir de toutes les pépites recueillies pendant les ateliers !



Bruno, un des metteurs en scène a également eu des entretiens individuels avec plusieurs adhérents. Cela lui servira aussi pour écrire la pièce de théâtre,

Sortie à la Roseraie



Le mercredi 18 mai, le GEM s'est rendu à la roserai de L'Haÿ-les-Roses. Après une balade dans le parc suivis d'un pique-nique, nous sommes allés visiter la roseraie. Nous avons été éblouis par plein de couleurs mais aussi par différentes odeurs.



Championnat de France d'escrime



Samedi 21 mai, Claudine, Patryk et Antonin ont assisté aux championnats de France sénior d'escrime.

Ils ont encouragé leur entraîneur, Léo, qui a terminé deuxième !

Médaille d'argent !



Séjour en Normandie !

Le GEM est parti en séjour du 31 mai au 3 juin en Normandie entre Rouen et Dieppe. Voici un petit résumé de cette semaine.

Le premier jour nous nous sommes arrêtés à Rouen pour pique-niquer et visiter la ville, la pluie s'étant invitée nous avons trouvé refuge dans l'Eglise Jeanne D'Arc.

Suite à cette visite le soleil étant de retour, petit café en terrasse avant de se diriger vers le gîte !

Fin de cette première journée avec l'installation de tout le monde, préparation du repas. Après manger petit moment lecture et repos pour tout le monde car une bonne journée nous attend le lendemain.



Séjour en Normandie !

Continuons le résumé de nos aventures, le deuxième jour tout le monde s'est réveillé de bonne heure car nous partons direction Honfleur ! Arrivés sur place nous avons trouvé un beau petit parc pour le pique-nique. L'après-midi, visite de la ville, d'une église et pour finir petit verre en terrasse près du port. En tout cas si vous ne connaissez pas cette ville, un conseil allez-y, c'est magnifique. Pour bien finir cette belle journée : Barbecue !!



Séjour en Normandie !

Allez c'est parti pour le 3^{ème} jour ! Matinée calme suite à la journée bien remplie de la veille, préparation du repas tous ensemble. Après le déjeuner c'est parti pour Veule-Les-Roses ! Nous nous sommes baladés le long de la Veule, le plus petit fleuve de France. C'était une après-midi très agréable.

Ensuite, direction Dieppe pour clôturer la journée aux restaurants ! Sur le retour petit détour par la plage pour voir le coucher de soleil. Cette 3^{ème} journée étant bien rempli nous étions tous bien contents de retrouver notre lit en arrivant.



Témoignage de Soledade :

« Ça a été une merveille d'être avec tout le monde !

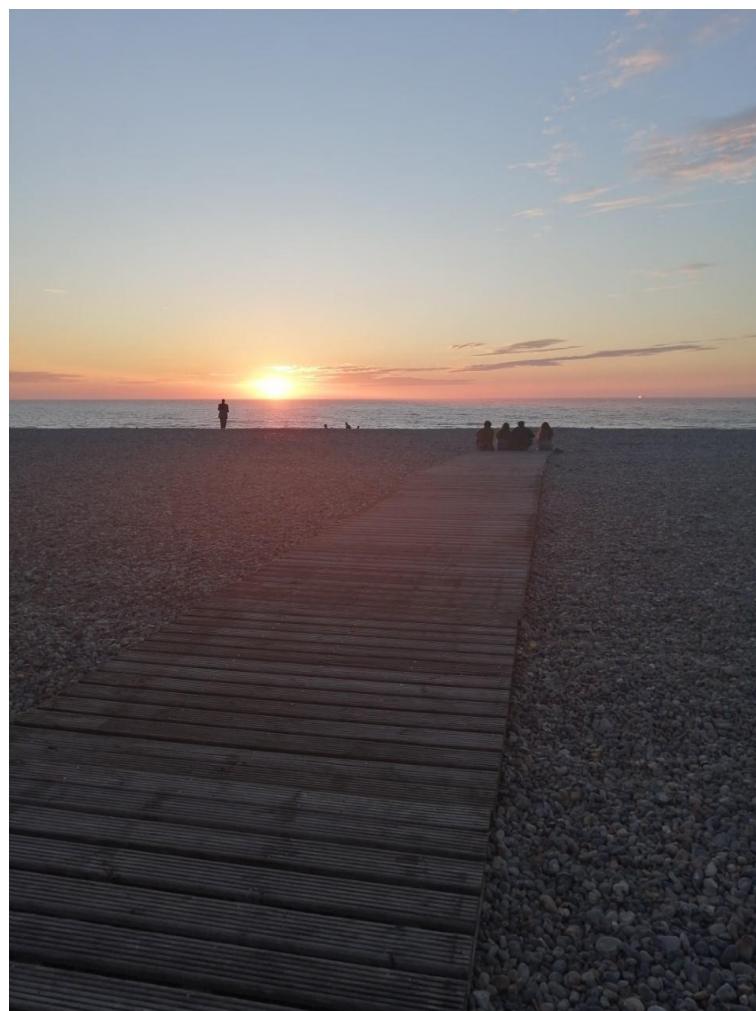
On s'est baladés, on a mangé ensemble, dormi dans la même chambre.

On a échangé beaucoup d'amour les uns avec les autres et on a beaucoup ri, chanté, échangé des souvenirs d'antan.

A refaire avec plaisir !

Merci au GEM Colibris de nous avoir donné cette opportunité d'être ensemble et de pouvoir visiter des endroits merveilleux.

Merci beaucoup ! Ça reste gravé pour toujours dans notre cœur. »



Séjour en Normandie.

Et voila, 4^{ème} et dernier jour de ces vacances... En milieu de matinée départ du gîtes pour se rendre à Giverny. Pause pique-nique à Vernon dans un lieu bien sympathique ! Après cette pause, c'est parti pour les jardins de Monet mais malheureusement le mauvais temps nous a rattrapé ... Tous trempés nous avons décidé de reprendre la route direction Rungis et revenir à Giverny lorsque la météo sera plus propice.

Joie, sourire, soleil et bonne ambiance résume bien c'est 4 jours passés ensemble !



Témoignage de Kim:

« Une belle et bonne bouffée d'oxygène. Merci à tous pour ces moments ensemble.
Changement d'air qui fait du bien ! »



Baptême de l'air à la ferté Alais



Baptême de l'air à la



Baptême de l'air à la ferté Alais



Sortie Joëlette et Pique nique avec le GEM le CAP de Vanves !

Samedi 9 juillet, retour au Parc de Sceaux pour :

- Une sortie Joëlettes avec l'association TUVB.
- Un Pique-nique et une balade avec le GEM le CAP de Vanves ! C'était très agréable !

Témoignage d'Antonin

« J'ai bien aimé cette sortie au Parc de Sceaux sous le soleil, c'était très beau, j'ai bien aimé me balader en Joëlette n pouvait discuter entre nous, c'était bien ! Martin et Florence qui ont poussé la Joëlette ont fait leur sport ! C'était sympa de discuter ensemble. J'ai bien aimé le repas du midi avec le GEM de Vanves et Virginie, que l'on ait pu se balader ensemble J'ai aussi aimé l'exposition photo, j'ai appris quelque chose sur Icare Je remercie Martin, Florence et l'association TUVB qui nous permettent de faire ces sorties Joëlette ! »



Journée à Giverny

Nous sommes retournés à Giverny sous le soleil, cette fois-ci !
Les Lotus étaient en fleur !



Stéphane :
« Sortie très agréable, très conviviale »

Samantha :
« J'ai adoré aller à Giverny car j'adore prendre la route. J'ai trouvé l'endroit magnifique et j'ai apprécié de pouvoir observer des fleurs. »

John :
« C'était très bien »

Plein d'activités et de festivités grâce aux bénévoles et partenaires Merci à eux !



 Chant et musique  avec Isabelle et Albin



Atelier argile avec Céline



Midi Outside
offert par
le théâtre de
Rungis



Atelier artistique avec Hélène et un invité
surprise : Laurent de Cherisey !



 Annick's corner avec Annick



Repas partagés avec Françoise, Agnès,
Dalila, Marie-Aude, Véronique et Gérard,
Pascal, Jacques, Alain, Guy



Repas partagés avec de nombreux
rungissois dans la salle paroissiale

Plein d'activités et de festivités grâce aux bénévoles et partenaires



Atelier couture avec Marie-Aude et Hélène



Atelier culture et art aborigènes avec l'équipe de la médiathèque et Claudine Dolo

Atelier de sensibilisation aux situations de handicap Pour les rungissois dans le jardin de Simon de Cyrène



Parcours en fauteuil roulant

Epluchage et dégustation d'un fruit avec une seule main ... et des aides techniques

Parcours avec des lunettes simulant une déficience visuelle

Discussion avec des résidents

De beaux échanges avec une demoiselle du Conseil Municipal des Enfants de Rungis

Informations

Le GEM est en vacances - Réouverture Lundi 22 août !

Pendant la semaine du 22 au 26 août les adhérents choisiront leurs activités sur le nouveau planning :

Planning type 2022-2023 (hors vacances scolaires) **Nom/Prénom :**

😊 je m'engage à faire cette activité 😞 je n'aime pas

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
Matin	<p>10h30-12h Motricité au GEM pour externes et résidents</p> <p>10h30-12h SPORT pour les résidents À l'espace du sport</p>	<p>10h30-12h Préparation du repas</p> <p>10h30-12h ANGLAIS Annick's Corner 1 fois par mois</p>	<p>10h30-12h Préparation du repas</p> <p>10h30-12h Lecture à voix haute</p>	<p>10h30-12h SPORT Espace du sport, 2 rue des halliers, Rungis UFOLEP 1 semaine sur 2</p> <p>Danse assise 1 semaine sur 2</p>	<p>10h-12h Jeux au GEM ou à la Ludothèque 1 rue Guillaume Colletet Rungis</p>		S O R T I V E _ 1 p a r m o i s A C T I V I T E O U
Midi		<p>12h15-14h Repas partagé au GEM Ou PIQUE-NIQUE selon la météo</p>	<p>12h15-13h Possibilité de temps spirituel ou temps de repos</p> <p>13h-14h30 Repas partagé au GEM ou pique nique</p>				
Après-midi	<p>14h30-16h30 Atelier théâtre</p>	<p>14h30-16h30 Jeux Ou Médiathèque 1 fois par mois</p> <p>14h30-16h30 Escrime</p>	<p>14h30-16h30 Activité artistique</p> <p>14h30-16h30 Relaxation Salle communautaire Simon de Cyrène 1 semaine sur 2</p> <p>14h30-16h30 Couture 1 semaine sur 2</p> <p>17h-18h Réunion communautaire (1 par mois)</p>	<p>14h30-16h30 Jeux ou culture générale</p> <p>10h30-12h Stimulation cognitive au GEM pour externes et résidents</p> <p>14h30-16h Chant et guitare 1 fois par mois</p>	<p>Réunion et travail équipe</p> <p>16h-16h30 Rangement</p>		

GEM Colibris de Rungis – 7 rue walter Groplus 94150 RUNGIS – gem.colibris@simondecyrene.org – 06 49 87 23 24 – Adresse postale : 2, place Marcel Thirouin 94150 Rungis

Quelques changements à partir du 1^{er} septembre :

Le **lundi matin** le GEM proposera un atelier de Motricité avec les aides soignantes de Simon de Cyrène. Certains résidents de Simon de Cyrène feront du sport à l'espace du sport de Rungis ;

Les repas partagés au GEM seront proposés le **mardi** et le **mercredi**

Le **Jeudi après-midi** le GEM proposera un atelier de stimulation cognitive avec les aides soignantes de Simon de Cyrène,

Le **vendredi matin** nous irons à la ludothèque Parfois nous jouerons au GEM (en septembre et pendant les vacances) Il n'y aura plus d'activité artistique le vendredi matin,

Nous vous souhaitons un été reposant !

Durant le séjour en Normandie nous avons lu quelques une des nouvelles qui se trouvent dans ce livre.

« T'en souviens-tu mon Anaïs? » est un livre de Michel BUSSI dans le quel l'on retrouve 4 nouvelles, elles se déroulent toutes en Normandie et plus précisément dans le pays de Caux.

Vous y trouverez les histoires suivantes :

- T'en souviens-tu, mon Anaïs ?
- L'armoire normande
- Vie de grenier
- Une fugue au paradis

Ce sont des petites histoires dans les quelles ont suit le ou les personnages principaux qui se retrouvent face un mystère ...



MICHEL BUSSI

T'EN SOUVIENS-TU, MON ANAÏS ?

Voilà treize jours qu'Ariane a posé ses valises dans cette villa de la côte d'Albâtre. Pour elle et sa fille de 3 ans, une nouvelle vie commence. Mais sa fuite, de Paris à Veules-les-Roses, en rappelle une autre, plus d'un siècle plus tôt, lorsqu'une fameuse actrice de la Comédie-Française vint y cacher un lourd secret. Se sentant observée dans sa propre maison, Ariane perd peu à peu le fil de la raison...

Bienvenue au pays de Caux, terres de silences, de pommiers et de cadavres dans les placards...

Dans les romans de Michel Bussi, vous étiez surpris jusqu'à la dernière page...

Dans ses nouvelles, vous le serez jusqu'à la dernière ligne.

Tous les grands succès de MICHEL BUSSI sont chez Pocket