

JOURNAL Fraternité N°20



Telephone : 04 94 50 72 64 Site internet : <http://www.gem-fraternite.fr>

Page 2 : *Journée des Associations*

Page 3 - 4 : *Sports et Loisirs*
Sorties

Page 5 : *Recette*
Jeu

Page 6 : *Nature et découverte*

Page 7 : *Poésie*
Nouveaux ateliers

Page 8 :

Projet du GEM
décembre 2014



Journée des Associations : 6 septembre 2014.

MARIE-DO : il y avait du soleil et peu de visiteurs. Nous avons passé une bonne journée.

CHRISTIANE : c'était bien. De cette manifestation émane beaucoup de joie.

ALAIN : bien peu de gens au stand. Pas mal d'adhérents nous ont rejoints.

DANIELLE : c'était bien organisé. J'ai été interviewé pour présenter le GEM. Mon intervention filmée va passer sur Canal D. Tous les adhérents qui s'étaient proposés pour nous aider au stand sont venus. Notre emplacement n'était pas situé sur un lieu de passage.

CELINE : c'était sympathique, je me suis sentie utile. C'était valorisant d'être interviewé par Canal D.

CECILE : je me suis sentie utile. Nous avons eu beaucoup de monde pour la pose de vernis. Nous avons distribué nos dépliants. J'ai été interviewée par Canal D devant la caméra. J'ai été contente du soutien de Céline. A moment donné, j'ai même oublié que j'étais filmée.

RENEE : j'ai proposé mon aide au stand, mais ils étaient assez nombreux. C'était bien, je me suis inscrite auprès de diverses associations.

CLAUDE : j'ai pris des photos. J'ai passé une bonne journée. A midi nous avons pique-niqué sur place.

PHILIPPE J. : j'ai fait une belle partie au stand de l'Echiquier Dracénois. Le GEM avait toute sa place parmi toutes ces associations. Le paysage associatif dracénois n'aurait pas été le même sans nous !



Notre stand – La banderole – Le président

Sport et loisirs : 31 juillet 2014

Concours de pétanque

FABRICE : Un tournoi de pétanque à été organisé par Elisa pour son évaluation au boulodrome Marcel Oliver. Il y a eu quatre équipes de trois joueurs avec des prix : une coupe pour les gagnants, elle très gentille, elle fait bien son travail, elle est à l'écoute de tout le monde.

CHRISTIANE : La première partie c'était bien, mais pour la deuxième j'étais un peu fatiguée. J'ai reçu de petits cadeaux. C'était mon premier tournoi de pétanque.

ALAIN : C'était une journée agréable. Nous étions quatre équipes de trois joueurs. Avec Guilaine et Philippe J. nous sommes arrivés premiers. Nous avons chacun gagné une médaille et remporté la coupe.

Avant ce tournoi nous nous sommes entraînés en face du GEM. Par ailleurs, je suis inscrit au club de boulistes de TRANS-EN-PROVENCE, où je m'entraîne. J'aimerais bien participer à d'autres tournois organisés par le GEM.

PHILIPPE J. : Nous avons tous apprécié la brillante initiative de notre stagiaire. Cela nous a permis notamment de découvrir les talents cachés d'Alain, joueur émérite, que sa timidité ne laisse guère paraître. Pour beaucoup les séances d'entraînement ont été les bienvenues.

GUILAINE : J'ai gagné ! Avec Alain et Philippe J. J'avais déjà joué à la pétanque, mais il y a longtemps. Nous avons eu de jolis cadeaux. Le concours était bien organisé ; et c'était agréable.

YVON : Tout le monde a mis la boule dans le bouchon, essayé de mettre la boule près du bouchon ; après, un autre joueur tirait. Il y a Christiane qui a épaté tout le monde.

Le premier jeu nous avons perdu, au 2ème nous avons changé de partenaire et nous avons également perdu après une partie acharnée.

Fabrice et Alain pointaient, moi aussi. Fabrice et Yvette tiraient. Alain, Guilaine et Philippe J. ont reçu une coupe lors de la remise des prix. Ensuite un pot était organisé avec gâteaux et boissons.

CELINE : J'ai fait une séance d'entraînement. J'avais déjà un peu joué en famille. Notre équipe (avec Christiane et Fabrice) a fini deuxième. J'ai été ravie du gâteau, des boissons fraîches et des petits cadeaux que nous avons gagnés. Il y avait du public qui nous a applaudis. Expérience à renouveler.

PHILIPPE T. : On a organisé un beau tournoi de pétanque au stade Raoul Brûlat, avec la stagiaire. C'était très sympa. Il y avait pas mal d'équipes.

Nous avons eu beaucoup de spectateurs. Le boulodrome est tout neuf. J'ai fait troisième avec mon équipe. Tout le monde a gagné des lots, dont des produits de beauté. C'était magnifique pour moi.

DANIELLE : Très bon après-midi, agréable, bien organisé par Elisa. Tout le monde a été gâté, avec des cadeaux. Les spectateurs nous ont bien applaudis. Ils nous conseillaient sur les bons coups à jouer. Yvon a reçu le prix du meilleur joueur.



Les vainqueurs !

ELISA : J'ai organisé ce tournoi dans le cadre de ma formation afin de valider mon diplôme (BAPAAT). Pour cela j'ai été stagiaire au GEM pendant 2 mois et demi. Grâce au soutien des adhérents, des animateurs, de l'ABCD club de boules de Draguignan, le tournoi a été une réussite. En plus d'avoir réussi mon examen, j'ai été heureuse que les participants aient passé une bonne après-midi.

Sorties

Plage de St Aygulf, le sentier des douaniers : le 22 juillet

PHILIPPE T. : J'ai trouvé ça joli, la sortie et le pique-nique. Il y a eu de la marche, un parc avec des fleurs, la mer était belle, ainsi que des beaux bateaux.

Comps Sur Artuby : mardi 29 juillet 2014.

PHILIPPE T. : C'est le haut Var, il y avait du soleil et du vent, j'ai vu la montagne lors de la balade. J'ai vu des beaux oiseaux et une table d'orientation qui était jolie.

Recette :

Verrines au mascarpone et tartare de fraises

Ingrédients pour 4 personnes

- + Pour le tartare de fraises : 1 barquette de 250 gr de fraises
- + Le jus d'un citron
- + 50 gr de sucre
- + Pour la crème au mascarpone :
- + 2 œufs
- + 50 gr de sucre
- + Extrait de vanille
- + Déco



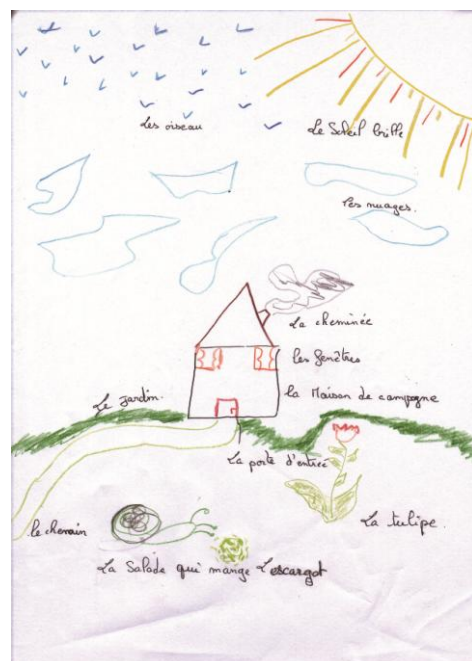
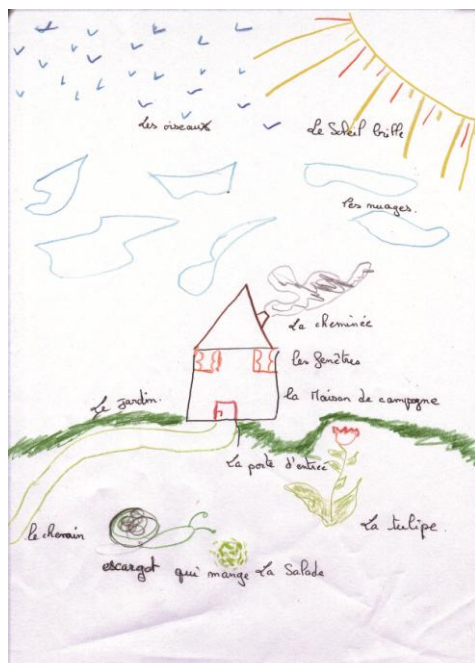
Préparation de la crème :

- Battre les jaunes d'œufs avec le mascarpone, le sucre et l'extrait de vanille.
- Monter les blancs en neige et les incorporer à la préparation précédente.
- Mettre cette crème dans le fond des verrines et conserver au frais

Pour le tartare :

- Couper les fraises en dés, y ajouter le jus de citron ainsi que le sucre (tout petits dés)
- Mettre au frais 30 mn
- Mettre le tartare de fraises sur la crème déjà disposée dans les verrines, parsemer de décors

Jeux : trouver les 7 erreurs - *Dessin de Renée*



Nature et découverte – Les mandalas

Dans le cadre de l'activité « Loisirs créatifs », un des ateliers du GEM, nous colorons des mandalas.

Voici quelques explications.

Le mot mandala vient d'une très ancienne langue indienne, le sanskrit. Mandala veut dire « Cercle, centre, unité, totalité ».

Le mandala est un dessin organisé qui gravite autour d'un point central. Il est constitué à la base, d'un cercle et d'un point. Il s'exprime dans un dessin circulaire, convergeant vers un centre porteur d'infini.



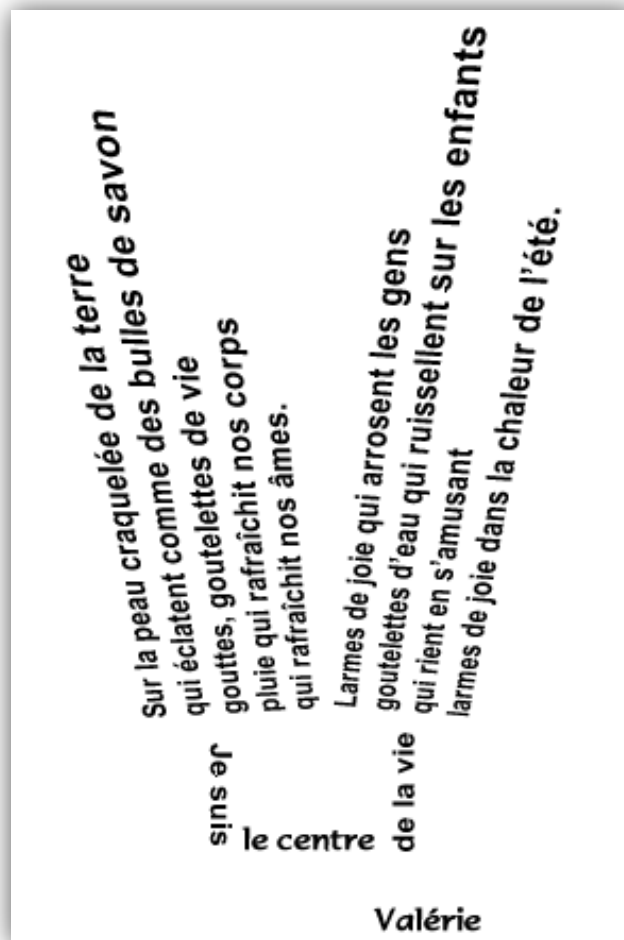
AA

Dans la tradition orientale, le cercle représente le « Divin », sa manifestation, sa création. Ce symbole du cercle se retrouve dans toutes les cultures et toutes les traditions, tant occidentales qu'orientales. Le cercle est le symbole de la vie : la naissance, la maturité, la mort et la résurrection ou la renaissance.

Les mandalas sont des puissantes formes expressives qui, depuis des siècles, inspirent harmonie et paix et ouvrent vers une plus grande conscience de soi.

Toute personne de tout âge peut percevoir l'effet positif du mandala grâce au calme, à la relaxation, à la concentration et à la force ressentis. Lorsque la personne dessine un mandala, elle projette ainsi hors d'elle-même, ses émotions. Le mandala devient un miroir qui permet à la personne d'exprimer plus facilement son vécu, ici maintenant. Les mandalas sont des instruments uniques pour stimuler l'imagination, aider la concentration et faciliter l'expression de son propre monde intérieur. Laissez-vous fasciner par le travail avec les mandalas. En coloriant les mandalas vous trouverez votre chemin vers le centre et ressentirez l'énergie qui en émane.

Poésie



Nouveaux ateliers :

Pétanque : Tous les quinze jours, le jeudi matin de 10h00 à 12h00 nous jouerons à la pétanque sur le boulodrome municipal.

Vidéo : Tous Les mercredis matin de 10h00 à 12h00 nous apprenons à filmer avec une caméra. Cet atelier est encadré par un professionnel de chez MODE.



Projet du GEM

4^e trimestre 2014

Journée « Repas de Noël » : Le lieu et la date restent à définir.

Comme chaque année, le GEM organise un repas. A la suite de celui-ci, nous nous retrouverons au GEM pour danser et pour ouvrir nos cadeaux !

Mais quels seront ces cadeaux ? D'ici Noël, chaque adhérent est invité à trouver un cadeau à offrir. Ce cadeau « surprise » ne sera pas nominatif mais tiré au sort lors de la remise des cadeaux. Il devra donc être mixte et convenir à un homme comme à une femme.

Et maintenant... à votre imagination !

