



GE M'INFORME

Juin 2021 - NUMERO 020

LE GEM 37

Le GEM (Groupe d'Entraide Mutuelle) est un espace d'accueil et de solidarité. Il se situe en Indre-et-Loire sur les territoires de Tours Centre, Tours Nord et Loches. Les adhérents de l'association y sont très actifs et participent à la vie associative.

« Là où se trouve une volonté, il existe un chemin. »

Winston Churchill



Visite d'une radio

Par le GEM de Tours centre

Ce mois ci nous avons visité une radio à Tours qui s'appelle Radio Campus (99.5 fm) Les deux lundi suivant nous préparons une émission dans laquelle nous parlerons du GEM, des activités et de plein d'autres choses. C'est très intéressant de découvrir comment préparer une émission de radio. L'émission sera diffusée sur Radio Campus quand elle sera terminée, puis elle sera à l'écoute sur le site internet du GEM.

Le GEM en vadrouille

Par le GEM de Loches

Du 4 au 6 aout, nous passerons un séjour à Ballan-Miré. Au programme : Visite des grottes pétrifiantes de Savonnières, Forteresse de Montbazon, jardins du château de Villandry. Sans oublier des pique-niques et de la détente ! Un repas au restaurant est également prévu pour clôturer le séjour. Nous ne manquerons pas de vous raconter notre séjour dans le numéro du mois d'août !



Une balade au lac

Par le GEM de Loches

Nous avons eu le plaisir de passer une journée au lac de Louroux. Nous avons commencé par pique-niquer au bord du lac puis nous sommes partis digérer avec une grande balade autour du lac. Il a fait très beau mais les chemins étaient inondés à cause des fortes pluies des jours précédents. Depuis l'observatoire aux oiseaux, nous avons pu observer des hérons cendrés. Les grenouilles étaient nombreuses et très bruyantes ! Nous vous conseillons à tous cette belle balade de 5km !



Charade

Mon premier est la première lettre de l'alphabet.
Mon deuxième est une barrière végétale.
Les bébés font mon troisième après avoir bu leur biberon.
On trouve des bateaux dans mon quatrième.
On utilise parfois mon tout lorsque on part en vacances.

Réponse : Aéroport (A-hai-rot-port)

Vite, la reprise !

Par le GEM de Tours Centre

Nous avons hâte de pouvoir reprendre les repas du midi et les ateliers cuisine au GEM. On aime bien aussi faire des sorties en autonomie ou encore des sorties avec le GEM de Loches. L'équipe d'animation est très gentille, on se sent bien accueillis. Nous avons aussi envie de pouvoir faire plus d'activités comme des brocantes, des sorties ou encore des pique-niques !

Recette

Par le GEM de Tours Centre



Carpaccio parmesan et champignons

Ingrédients:

- 500g de viande de bœuf coupée en carpaccio
- 200g de champignons de Paris
- 6 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 75g de parmesan râpé
- 50g de parmesan frais
- 1/2 bouquet de basilic
- Sel et poivre

Répartissez les fines tranches de viande sur quatre assiettes.

Lavez les champignons et émincez-les.

Ciselez les feuilles de basilic, coupez le parmesan frais en copeaux avec un couteau économe et disposez les harmonieusement sur les assiettes.

Préparez la sauce : mélangez dans un bol le jus du citron, l'huile d'olive, le sel, le poivre et le parmesan râpé.

Versez la sauce sur les assiettes avant de servir.

Sudoku

Par le GEM de Tours Nord

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2 | 1 | 3 | 5 | 9 | 7 | | 6 | |
| 7 | | 6 | | 8 | 1 | 3 | 2 | 5 |
| | 5 | 4 | 3 | | 6 | 9 | 1 | 7 |
| 9 | 4 | 2 | 6 | | 8 | 7 | | |
| 6 | 3 | | 1 | 7 | | | 4 | 2 |
| 1 | 7 | 8 | 2 | 3 | 4 | 5 | 9 | 6 |
| 5 | 6 | 1 | 8 | | 3 | | 7 | 9 |
| 3 | | 9 | 7 | 6 | 2 | 1 | 5 | |
| | 2 | 7 | | 1 | 5 | 6 | 8 | 3 |