

Ateliers

Voir programme des séances au verso.

Écriture

Thématiques, contraintes : Chaque semaine, Babette propose de jouer avec les langages pour exprimer des idées, des pensées, des émotions...

Informatique

Selon les besoins et les envies, ce créneau libre permet de reprendre le contrôle des machines !

Édition

Mettre en forme des textes, dessins, ou n'importe quelles créations pour en faire un journal, un fanzine, une affiche, ou n'importe quel format !

Arts créatifs

Chaque semaine, une séance pour créer des objets ou des formes.

Entendeurs de voix

Ce groupe de parole permet une entraide aux personnes entendant des voix ou sujettes à d'autres formes de perceptions extra-sensorielles. Une séance sur deux, le groupe est ouvert à tout le monde.

Chantiers collectifs

Ce groupe permet aux membres de participer à toutes les étapes pour rénover Aube... les escaliers de l'entrée, la cave ? Imaginons tout ce qu'on peut y faire !

Radio Barjots

Une semaine sur deux, un nouveau numéro du podcast de Radio Barjots est enregistré, monté et publié sur Mixcloud.

Jardinage

Selon le rythme de la nature, les membres de l'atelier jardin se coordonnent pour s'occuper de la parcelle de l'association.

Association Aube, depuis 1997

D'abord sous la forme d'un groupe de parole, une nouveauté, au sein de la clinique psychiatrique de Strasbourg, l'association Aube a vu le jour en 1997.

Ses buts sont les suivants :

- rassembler les personnes affectées de troubles psychiques ;
- être un lieu de partage d'information, de conseil, d'activités ;
- être un lieu d'accueil, d'écoute et de rencontre ;
- contribuer à dédramatiser et de démystifier les problèmes psychiatriques ;
- être un porte-parole des patients et un interlocuteur des institutions de santé mentale.

Un Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM)

Les GEM sont des lieux gérés par leurs adhérent.e.s et salarié.e.s, proposant un accueil ouvert à toutes les personnes, affectées de tous troubles, de tous âges, origines, etc.

Ils proposent des activités accessibles permettant de (re)découvrir de nombreuses pratiques, le tout dans une ambiance chaleureuse et bienveillante, où l'entraide est privilégiée.

Nous rejoindre, adhérer à Aube

- 12 € / an, 1^{er} mois gratuit ;
- sans condition, sans rendez-vous ;
- libre-fréquentation ;
- certaines activités payantes et/ou sur inscription.

Cafés psy

Aube anime tous les derniers jeudis du mois (sauf décembre et exceptions) au Snack Michel (20 avenue de la Marseillaise), à 18 h 30, un groupe de discussion sur la psychiatrie au quotidien.

20 février : « rapports et identités de genre en psychiatrie »



Association Aube
97 Avenue de Colmar
67100 Strasbourg
09 54 04 85 66

en sortie : 07 83 53 00 10

Lundi 10 h – 18 h

Mardi 10 h – 18 h

Mercredi 10 h – 19 h

Jeudi 9 h 30 – 18 h

Vendredi 10 h – 19 h

gemaube@free.fr
www.gem-aube.net

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
09h30					
10h00				Petit-déjeuner 1.50 €	
10h30	Permanence bénévole (selon disponibilités)	Atelier Musique Avec Florian	Atelier cuisine Sur inscription 4 €	Jeux Avec Maxime	Permanence
11h00		Cours de guitare Avec Florian		Coordination Avec Maxime et Jérémie	Relaxation Avec Maxime
11h30					Nouveau ! Chantiers Collectifs
12h00		Repas libre		Édition Avec Jérémie	
12h30	Repas libre		Repas libre		
13h00		Écriture Avec Babette		Permanence	Permanence
13h30	Permanence		Relaxation Avec Jérémie		
14h00		Informatique		Groupe de parole Avec Amélia	Sports* Avec Maxime
14h30	Arts créatifs* Avec Maxime		Jeux de société Avec Bruno		
15h00		Piscine Avec Jérémie		Réunion des adhérents	Radio Barjots Avec Jérémie
15h30	Bien-être Avec Catherine en alternance avec la piscine		Groupe des Entendeurs de Voix* Avec Catherine		
16h00		Permanence		Jeux vidéo Avec Steve	
16h30	3 février 17 février				
17h00					
17h30					
18h00					
18h30					
19h00					

Week-end

À confirmer la semaine avant

Samedi 1^{er} février (avec Max) :
Musée des Beaux-Arts au Palais Rohan
 Gratuit - Rendez-vous à Aube à 14h

Dimanche 9 février (avec Jérémie) :
Planétarium. Un jour sur mars
 8 € - Rendez-vous à 14 h à Aube

Samedi 15 février (avec Max) :
Balade et récolte de déchets dans la réserve naturelle de l'île du Rohrschollen
 1 € symbolique - Rendez-vous à 13 h 15 à Aube

Dimanche 23 février (avec Jérémie) :
Karaoke, crêpes/apéro
 2€ - Rendez-vous à 17 h à Aube

Samedi 29 février (avec Mamy et Max) :
Repas et musique Malgache
 Prix en fonction du nombre – Rendez-vous à 14 h à Aube

*Séances

Arts créatifs	Entendeurs de voix	Sports
4 février : Mandala	12 février : groupe "ouvert"	6 février : Sport au choix
11 février : Mosaïque		13 février : Danse contemporaine
8 février : Macramé		20 février : Sport au choix
is back !		27 février : KinBall
25 février : Masques de carnaval suivi d'un moment de folie	26 février : groupe "fermé"	