

Le GEM, en bref...

Accueil
Écoute

Valorisation de l'image de soi

Convivialité

Sport

Accès à la culture

Vie en société

Soutien



HORAIRES D'OUVERTURE 2026

11h /16h

Mardi 13 Janvier
Mardi 27 Janvier

Mardi 3 Février
Mardi 10 Février
Mardi 17 Février
Mardi 24 Février

Mardi 10 Mars
Mardi 17 Mars
Mardi 24 Mars
Mardi 31 Mars

Groupe d'Entraide Mutuelle

GEM CAP 36

Gem Cap 36 officiel

Adresse: 4 résidence Anna et Amédée Rollinat,
Av Rollinat 36200 Argenton sur Creuse
Salle n 3

Groupe d'Entraide Mutuelle CAP 36



Argenton sur Creuse



GEM CAP 36

Contact: ROUSSELOT Pauline

07.85.01.02.90

prousselot@udaf36.fr

Facebook: Gem Cap





ENSEMBLE CONTRE L'ISOLEMENT

Accueil
Écoute
Convivialité

Le groupe d'entraide mutuelle
Gem CAP 36 s'adresse à toute
personne fragilisée par la
maladie psychique, stabilisée,
en quête de socialisation
et de réinsertion

Quelques exemples d'activités pratiquées au GEM

Socio-esthétique

Améliorer son image de soi par une activité
de bien-être et de détente.

Sport

Retrouver le goût de l'effort et apprendre à
se détendre
Découvrir de nouvelles choses, de nouveaux
lieux.

Sorties culturelles et sociales

Profiter des possibilités de sorties proposées
dans la ville et en dehors (équinoxe,
musées...)

Jeux de société

Se retrouver autour d'une partie de cartes,
conforter ses capacités, échanger.

Repas

Partager un repas.

Et bien d'autres !

Objectif :

Réhabilitation citoyenne

Retrouver l'estime de soi

**Se sentir mieux et en lien avec
son environnement**

**S'informer sur la santé, le
logement, la formation
permanente**

**Sortir de son isolement et
participer à la vie de la cité**

**Partager des activités avec des
partenaires extérieurs**

**Se socialiser et se cultiver en
utilisant les moyens de la ville**

