

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

10h /15h

Mardi 6 Janvier

Mercredi 14 Janvier

Mercredi 28 Janvier

Lundi 2 Février

Lundi 9 Février

Mercredi 18 Février

Mercredi 25 Février

Mercredi 11 Mars

Mercredi 18 Mars

Mercredi 25 Mars

Mercredi 1 Avril

Mercredi 8 Avril

Mercredi 15 Avril

Mercredi 22 Avril

Mercredi 29 Avril

Groupe d'Entraide Mutuelle

GEM CAP 36

Gem Cap 36 officiel

Adresse: Maison de santé

7 rue Abbé Pierre

36300 Le Blanc

Groupe d'Entraide

Mutuelle

CAP 36



Au blanc !



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**

