

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

Les mardis de 10h /15h

Mardi 8 Septembre

Mardi 15 Septembre

Mardi 22 Septembre

Mardi 29 Septembre

Mardi 6 Octobre

Mardi 13 Octobre

Mardi 20 Octobre

Mardi 27 Octobre

Mardi 3 Novembre

Mardi 10 Novembre

Mardi 17 Novembre

Mardi 24 Novembre

Mardi 1 Décembre

Mardi 8 Décembre

Mardi 15 Décembre

Mardi 22 Décembre

Mardi 29 Décembre

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

