

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

10h/17h

Mardi 21 mars

Vendredi 31 mars (réunion
d'information 14h)

Mardi 4 avril

Mardi 11 avril

Mardi 18 avril

Mardi 25 avril

Mardi 2 mai

Mardi 9 mai

Mardi 16 mai

Mardi 23 mai

Mardi 6 juin

Mardi 13 juin

Mardi 20 juin

Mardi 27 juin

Groupe d'Entraide Mutuelle

GEM CAP 36

Gem Cap 36 officiel

Adresse: Maison de Santé (1er étage)

36300

Le blanc

Groupe d'Entraide

Mutuelle

***Nouveau* CAP 36**



GEM CAP 36

☎ 02.54.53.03.65

☎ 07.85.01.02.90

gemcap36@orange.fr

Facebook: Gem Cap 36 officiel



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**

