

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

10h45/16h15

Jeudi 26 octobre 2023

Jeudi 9 novembre 2023
Lundi 13 novembre 2023
Lundi 20 novembre 2023
Jeudi 30 novembre 2023

Mercredi 6 décembre 2023
Lundi 11 décembre 2023
Jeudi 21 décembre 2023
Jeudi 28 décembre 2023

Groupe d'Entraide Mutuelle

GEM CAP 36

Gem Cap 36 officiel

Adresse: Espace Gâtines
11 route de Faverolle
36300 VALENCAY

Groupe d'Entraide Mutuelle CAP 36

Nouveau

À Valençay !



GEM CAP 36

Contact: CAZORLA Leslie

07.85.01.02.90

lcazorla@udaf36.unaf.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

