

## Pour qui ?

Toute personne désireuse de venir au GEM, qui se sent concernée par la fragilité psychique, peut se présenter dans nos locaux.

Elle sera accueillie par une équipe de professionnels qui l'informeront sur le but et le fonctionnement du GEM, les ateliers et les projets proposés.

## Horaires :

Le mercredi de 10h à 12h et de 14h à 18h

Le vendredi de 9h à 12h et 14h à 18h

Le 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> samedi du mois de 14h à 18h



## Où sommes-nous :

Le GEM est situé en centre-ville de Melle, au 1 quater A chemin de la reine.



N'hésitez pas à nous contacter pour un premier rendez-vous

## Contacts :

**Bernard HUMEAU**

☎ 06 77 64 53 21

**Jean BERNARD**

☎ 06 64 18 99 46

✉ Groupe d'Entraide Mutuelle  
1 quater A chemin de la reine  
79500 MELLE

@ gem-udaf.melle@udaf79.asso.fr



# GEM DE MELLE

*Un lieu d'accueil et de partage  
animé par les personnes en  
situation de fragilité psychique*



## Le GEM de Melle

Le Groupe d'Entraide Mutuelle permet à toutes les personnes en situation de fragilité, en raison de leurs troubles psychiques, de se retrouver dans un lieu d'accueil et de partage.

Ce lieu est ouvert sur la cité et la vie locale. Il aide à retrouver progressivement confiance en soi ; à lutter contre le sentiment de solitude et d'isolement en favorisant le lien social et l'entraide mutuelle.

C'est un espace pensé et organisé par et pour les personnes elles-mêmes, avec l'aide des animateurs.





Des temps de rencontre et de bonne humeur vous permettront d'échanger autour d'une collation, de participer aux ateliers dans une ambiance conviviale et d'organiser des loisirs ou activités.

## Dans quel but venir


- Rompre l'isolement
- S'entraider
- S'investir dans la vie associative

### Ensemble, nous pouvons organiser :




Des activités sportives :

- Randonnées 
- Gym douce 
- ...

Des activités d'expression :

- Autour des arts 
- Ecriture 
- ...

Des activités de convivialités :

- Atelier cuisine 
- Soirée à thèmes 
- Sortie à la journée (visite, etc.) 
- ...



*« Au GEM on se pose,  
Au GEM, on se sent écouté.  
Le GEM rythme nos journées et nos semaines  
Le GEM, nous permet de nous retrouver entre nous en petits groupes.  
Le GEM, c'est un peu une deuxième famille »*

*Citation d'un adhérent du GEM de Niort*

**Au GEM, vous avez aussi la possibilité d'être là tout simplement.**

