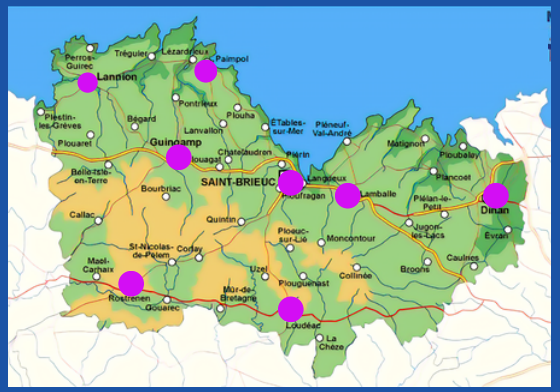
il existe 10
Groupes d'Entraide Mutuelle
dans les Côtes d'Armor



TROUVEZ LE VOTRE.

Notre santé mentale En Côtes d'Armor
Pour toutes questions sur la santé mentale :
www.santementale22.fr

CONTACTS :

GEM ' Un pas en avant " à Dinan
02 96 39 98 05
GEM " L'arbre de vie 22 " à Loudéac
06 72 89 61 09
GEM " Le jardin des spoutniks " à Lamballe
06 07 98 87 98
GEM " Chlorophylle " à Guingamp
06 50 78 61 79
GEM " Le bon cap " à Lannion
02 96 46 17 64
GEM " Le phare " (Autisme) à Paimpol
06 75 13 94 84
GEM " Kanevedenn " à Rostrenen
02 96 29 38 04
GEM " L'espace crumble " à St-Brieuc
07 86 27 58 77
GEM " Vivre au Pluriel " à St-Brieuc
06 74 05 84 81
GEM " Ti Kenwaller " (traumatisme crânien) à St-Brieuc
02 96 63 03 77

Vous traversez un moment difficile ?



Un lieu existe :

VENEZ POUSSER LA PORTE D'UN GEM !

QU'EST QU'UN GEM ?
QU'EST-CE QU'ON Y VIT?

Le Groupe d'Entraide Mutuelle est une association qui offre un espace pour se soutenir mutuellement dans les difficultés rencontrées.
Moments d'accueil informels, activités axées sur les loisirs, la créativité, la vie quotidienne, ou activités en extérieur... Voilà quelques unes des possibilités qu'offrent un GEM.
Mais avant tout, c'est un espace de liberté et de partage où l'on peut prendre le temps, voir du monde exprimer ses envies et les mettre en oeuvre avec le groupe.



A QUI S'ADRESSE LES GROUPES D'ENTRAIDE MUTUELLE?

A des personnes majeures, connaissant ou ayant connu des difficultés psychiques qui engendrent un mal-être et / ou un isolement

