

## Comment avez-vous connu le GEM ?

Par les parents, des adhérents,  
Sur une affiche vue dans une clinique à Montrond.  
Sur Internet,  
Par un psychologue, un infirmier

## C'est quoi pour vous le GEM ?

Un groupe d'entraide  
C'est pour aider à sortir de la merde,  
Pour se resocialiser, se responsabiliser  
C'est Socio-amical  
De la réinsertion sociale et professionnelle.  
Le GEM est un lieu de passage, de transition après l'hôpital psy pour se reconstruire.  
C'est pour apprendre sur les autres, sur soi, de nouvelles choses  
Plus on apprend, plus on est curieux !  
Apprendre à voir les autres, avant j'étais aveugle.  
Comprendre les maladies, les souffrances, les peines.  
Découvrir des stratégies pour la vie quotidienne. Obtenir des outils. Maintenir un minimum de vie saine.  
De l'ouverture d'esprit.  
Pour s'occuper  
Éviter de couler  
Acceptation des autres  
Rompre la solitude. Rencontres entre gens rejetés  
Grandir  
Résilience  
Appréciation de la différence malgré nos différences  
Soigner les maux par les mots  
Apprendre ce que LA MAL A DIT  
ADULESCENCE  
AMOUR  
ECHANGE  
ACTIVITES  
ACCUEIL

## Comment vous présenteriez le GEM à une personne qui hésiterait à venir ?

C'est un espace d'accueil pour personnes en difficultés psy, mais stabilisées.  
Ça aide à rencontrer des personnes et faire des connaissances. On partage des choses en commun, on aide à gérer, à planifier l'association. On participe à sa hauteur avec ses compétences, puis on est aidé pour organiser sa vie à l'extérieur  
On est toujours bien accueilli. Pas d'horaires. Fermé le dimanche

Je suis bien heureux d'avoir connu le Gem où je me sens bien chaque jour, alors qu'avant je vivais des journées très longues, dans l'ennui.

On vous accueille dans un endroit ouvert avec ceux et celles qui ont un trouble du comportement, ici, on est libre d'échanger, dans le respect de tous, on peut faire diverses activités. Partager avec des personnes qui souffrent nous permet de nous sentir utile, pour eux et pour nous même.

C'est un bon passage au sortir de l'hôpital pour aller vers la vie quotidienne.  
On se retrouve comme des frères et sœurs, c'est une vie familiale où l'on passe de bonnes heures  
On vit en communauté.  
Il existe une caravane à Moingt pour le Gem, piscine, pétanque.

## Du négatif ?

On n'est pas bien et si on croise quelqu'un qui va mal  
On est hypersensible  
On est émotionnel  
Des fois ça ne laisse pas beaucoup de temps pour le reste

## Et les animatrices ?

Si on a un souci, on peut en parler à une animatrice et même avoir un câlin. Ça fait du bien de se sentir aimé.  
Elles sont comme des psys, aujourd'hui, je ne pleure plus dans leurs bras  
Sympathie, écoute, modestie, organisation, humour. Elles ont une charge mentale.  
Elles donnent des informations