

Le GEM et moi

C'est un endroit où je peux oublier mon passé
Vivre l'instant présent sans avoir de regrets.

Je m'y découvre des centres d'intérêts

Et me crée de nouvelles amitiés !

De par mon passé, j'ai tant souhaité partir

A ce jour, je me sens libre de penser à l'avenir.

Ma vie n'est pas celle que j'aurais souhaité avoir

Mais aujourd'hui, je ne vis plus le désespoir.

Je ne suis plus seule isolée sur mon île de douleurs

Je profite des moments présents faits de saveurs.

J'avais besoin que l'on me comprenne

Besoin de soutien moral effaçant ma peine.

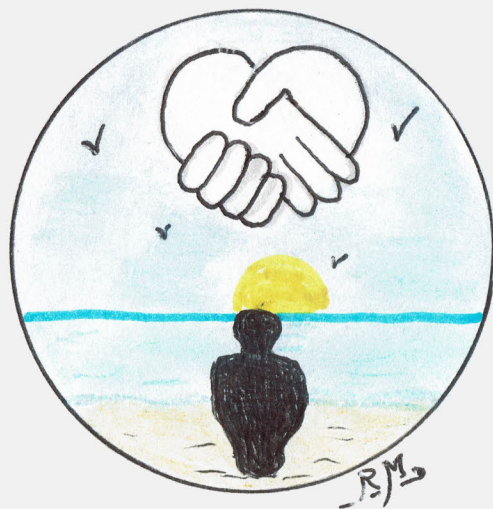
Le livre de ma vie n'est pas fini

Je continue son histoire, son esquisse !

Je recherche au plus profond de ma mémoire

Mon vécu fait d'espoirs et de désespoirs.

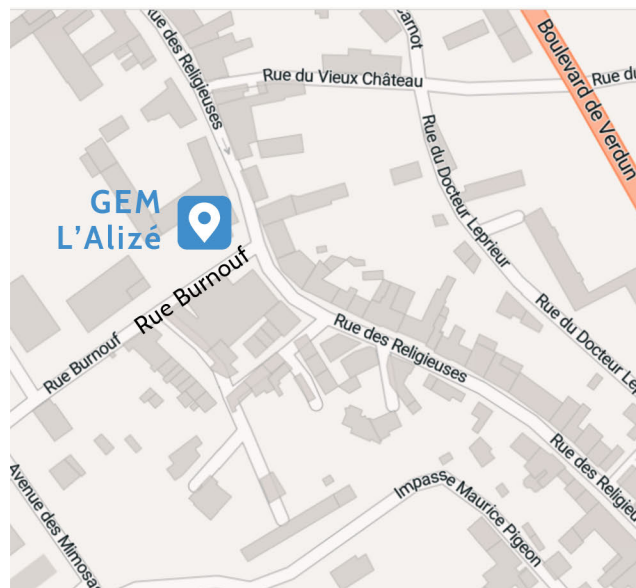
Marcelle L.



Avec les soutiens financiers de :



En partenariat avec :



Contact

GEM L'Alizé

📍 2B Rue Burnouf (Maison des solidarités)
50700 Valognes

☎ 02 33 53 82 75

✉ lalize50@gmail.com

Suivez nous  GEM.Alize



Face à
l'isolement et
à la souffrance
psychique,

L'entraide !



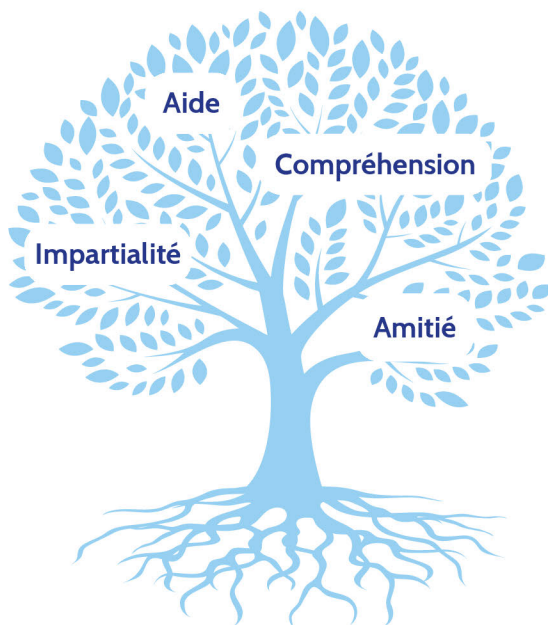
GROUPE D'ENTRAIDE
MANCHE

GEM

L'ALIZÉ

Valognes

A₁dhérer à L'Alizé c'est pouvoir :



Se distraire et découvrir des activités (jeux de société, arts plastiques, travaux manuels...)

Elaborer et concrétiser ensemble des projets (cinéma, expositions, marches, restaurants, moments conviviaux...)

Rencontrer, partager et nouer des amitiés

Y trouver de l'écoute et de l'aide,
rompre la solitude !



Ou ne rien faire,
juste venir boire un café...

L₁e GEM L'Alizé

L'Alizé est un Groupe
d'Entraide Mutuelle (GEM) de
l'association Groupe d'Entraide Manche.



L'Alizé est animé par des adhérents,
des bénévoles et des professionnels.

Dans cet espace de convivialité :

Nous favorisons **le partage** et **l'implication de chacun**, quelque soit son rythme.

Nous vous accompagnons pour mettre en œuvre vos projets sur la base de **l'entraide** et de **la réciprocité**.

Nous privilégions **la participation** de chacun et **le respect** de tous.

Q₁₀uand ?



Horaires d'accueil de L'Alizé

Les mardis et mercredis de 12h00 à 18h00

Les vendredis de 12h00 à 18h30

Les samedis de 10h00 à 18h00

(Les horaires peuvent changer selon les projets)

