

Groupes d'Entraide Mutuelle

parrainés par Espoir-74



Sallanches

" Le Lien qui fait du Bien "

143 rue du Mont Blanc,

74700 Sallanches

Tel : 04 57 27 85 56

lelienquifaitdubien8@sfr.fr

Annemasse

" Au p'tit Vélo "

3 ter avenue du Léman

74100 Annemasse

Tel : 06 13 48 32 42

auptitvelo@gmail.com



" Le Lien qui fait du Bien "

Sallanches

Cette année a été pour le GEM une naissance, les premiers pas, et la pose des bases pour une longue vie. Voici ce qu'est notre GEM, qui le compose, ce qu'on y fait, et quelles sont nos perspectives.

Présentation du GEM

➤ **Les heures d'ouverture :**

- Lundi, mardi, mercredi, jeudi et vendredi de 13h30 à 17h30.
- Un samedi sur deux de 14h à 16h.
- Un jeudi sur deux nous ouvrons à 10h pour le repas de midi ou nous fermons à 22h pour la soirée.

➤ **Le personnel :**

- Une coordinatrice à $\frac{3}{4}$ temps.
- Une animatrice à $\frac{1}{2}$ temps.
- 2 bénévoles sur des ateliers précis.

➤ **Les adhérents :**

- En 2009 nous avons eu 36 adhérents.
- Début 2010, nous en avons 29 dont 61% de renouvellement.

➤ **L'administration du GEM :**

- En 2009, le GEM a été géré par l'association Espoir 74, avec à sa tête un comité de pilotage formé de :

- La présidente déléguée de l'Unafam-74, Mme Perrey.
- La présidente d'Espoir-74, Mme Petit-Jean Brasier.
- Le directeur d'Oxygène, Mr Miro.
- Une bénévole, Mme Colliquet.
- La coordinatrice, Mme Mbao.
- Deux délégués, adhérents du GEM, Mme Mathieu et Mr Cartier.

- Début 2010, l'association d'usagers, loi 1901, a été créée, et désormais Espoir-74 en est le parrain. Pour le moment les choses restent inchangées, mais nous commençons une autre étape dans la vie du GEM et la prise de responsabilités des adhérents.

Qui vient au GEM ? Les adhérents sont âgés entre 24 ans et 64 ans.

Répartition par sexe :

Année	2009	Début 2010
Hommes	18	12
Femmes	18	17

D'où viennent les adhérents ? Répartition géographique en 2009 :

Ville	Sallanches	Les Houches / Chamonix	Passy / plateau d'Assy	Cluses	Combloux	Total
Nombre d'adhérents	22	3	5	3	3	36

Participation des adhérents au GEM en 2009 :

De temps en temps	Une fois par semaine	Plusieurs fois par semaine
9	9	18

Il sont :

Acteurs	Consommateurs	Acteurs / consommateurs
8	16	12

Fréquentation mensuelle en 2009 :

Mois	Moyenne de fréquentation journalière (personnes)
Janvier	5,37
Février	4,63
Mars	5
Avril	7,91
Mai	9,45
Juin	10,57
Juillet	10,08
Août	10,69
Septembre	10,93
Octobre	15,33
Novembre	15,71
Décembre	13,41

Que faisons-nous au GEM ?

En vrac les activités et sorties que nous avons réalisées en 2009 :

- **Les activités** : perles, mandalas, jeux, installation et restauration du local du GEM, menuiserie, tricot-couture, journal, art floral, mosaïque et art plastique en tout genre, repas partagé, soirée, billard, informatique...

- **Les sorties** : raquettes, goûter en forêt, visite du château des Rubins, participation à la brocante de Sallanches, balades en montagnes, les aigles du Léman, cueillette des champignons, bateau sur le Lac d'Annecy...

Toutes ces choses sont décidées ensemble et nous faisons le programme mensuel du GEM avec les adhérents lors des **réunions GEM hebdomadaires**. Ces réunions sont très importantes pour la vie du GEM. Tous les sujets y sont abordés : sujets pratiques (ménage, cotisations...), organisation des sorties ou autres,

Les liens du GEM

- **Nos partenaires** :

- Le SAVS et le SAMSAH Oxygène de Sallanches.
- Le SAVS APEI de Sallanches.
- Le CMP de Sallanches.
- L'hôpital de jour de Sallanches.
- La Mission locale de Sallanches.
- Le Pôle médico-social de Sallanches.
- Le Pôle médico-social de Passy.

- **Le CHS** (Centre d'Hébergement et de Stabilisation de Sallanches) est un de nos partenaires proches, et nous sommes en cours de signature d'une convention.

- **Les autres GEM** : nous envoyons notre journal à plusieurs GEM qui nous répondent, et début 2010 nous avons commencé à nous déplacer : visite du GEM d'Annecy. Nous comptons continuer sur notre lancée.

- **Les réunions inter GEM** : avec les adhérents nous partons à ces réunions pour apprendre sur les GEM et surtout faire des rencontres et créer d'autres liens.

Les liens **entre les adhérents** s'intensifient et les témoignages qui suivent vous le montrent bien.

Perspectives 2010

- **Consolider l'association** et son implication dans la vie et la gestion du GEM.
- **Chercher** activement de **nouveaux partenaires et des subventions** pour financer les animations et divers projets des adhérents.
- **Développer** davantage **les liens avec l'extérieur** : avec la cité, avec les autres GEM.

Ceux qui en parlent le mieux ce sont les adhérents

Céline Mbao, coordinatrice, Avril 2010



Le mot des adhérents

Que représente pour vous " Le Lien qui fait du Bien " ?

Lucette : " Le Lien qui fait du Bien est un lieu de rencontre amicale et souple. Le fait de ne pas y aller le week-end me manque car pour moi c'est une grande famille sympathique ".

Zaza : " Le GEM pour moi, c'est l'ouverture envers les autres. Et d'autre part, la liberté de s'exprimer. Le GEM est une association super pour les connaissances à tous les niveaux ".

Mickaël : " Le GEM est une grande famille ".

Marc : " Le GEM représente pour moi, un lieu d'échange où l'on passe de bons moments et où chacun fait ce qu'il peut et l'on sent parfois des liens qui font du bien. Protégeons cet espace de liberté créative et expressive où chacun puisse se respecter humainement ".

J.P. : " Le GEM est une association qui crée des affinités avec de nombreuses personnes et de la convivialité à tous les points ".

J.L. : " Le GEM est pour moi un lieu convivial où l'on fait des connaissances sympas et où l'on fait des activités intéressantes qui nous permettent d'oublier un temps la maladie, ce qui est une chose très appréciable ".

Matthieu : " Pour moi le GEM est un endroit où je me sens bien, où j'oublie le moindre souci, je parle avec des personnes qui ne me jugent pas, on rigole, on joue à des jeux, on construit des projets où tout le monde peut participer. Le GEM n'est pas un endroit où on parle de notre maladie mais un endroit où on l'oublie. Cet endroit qui fait du bien ".

Cyril : " Le GEM, un endroit de convivialité où l'on peut créer un lien social enrichissant. Une équipe à l'écoute qui permet l'épanouissement de tout un chacun où les problématiques rencontrées par les usagers et professionnels doit perdurer car il est essentiel de rompre avec l'isolement. Félicitation à tous et bon courage pour la suite ".

Danielle : " Le GEM pour moi est un bien être pour me ressourcer et oublier mes soucis et grâce au GEM tout va pour le mieux ".

Sandrine : " Un lieu où l'on peut se réunir, on peut parler ".

Dom. : " Le GEM c'est d'abord 2 animatrices et des gens qu'on apprend à apprécier avec le temps ".

Cécile : " Une histoire d'amitié".



" Au p'tit Vélo " *Annemasse*

Un GEM en devenir

Notre histoire débute **le 17 novembre 2007** lors d'un groupe d'expression au SAVS Oxygène d'Annemasse. La création à venir du GEM de Sallanches intéresse vivement certains des usagers présents qui décident de se rencontrer pour envisager un dispositif identique sur Annemasse.

Pour cela il faut créer une association !

Les réunions ont lieu environ une fois par mois dans les locaux du SAVS et, petit à petit, avec l'aide précieuse de Chantal Chessel, le processus se met en marche et 6 personnes se partagent les tâches.

Il faut :

- Se renseigner sur les démarches législatives et administratives,
- S'informer sur les associations loi 1901.
- Contacter et visiter des GEM existants pour se faire une idée plus précise de ce qu'est vraiment un « Groupe d'Entraide Mutuelle ».
- Informer les autres usagers du SAVS afin de rallier plus de participants.

Mais il faut aussi :

- Comprendre les responsabilités prises par les personnes élues dans le Bureau, ainsi que celles de l'association et celles des adhérents.
- Assimiler les compatibilités entre curatelle et éligibilité.
- Intégrer les règles de sécurité...

Et enfin :

- Trouver un nom.
- Créer les statuts et écrire un règlement intérieur.

Le dossier de déclaration de l'association " Au P'tit Vélo " est déposé à la préfecture vers le 15 décembre 2008.

A ce propos, nous tenons à avoir une pensée pour Kévin, un des membres les plus actifs de notre association, qui nous a quitté la première semaine de décembre 2008.