



# MOTS EN TÊTE

## EDITORIAL

### *Vive les écrivains !*

Une fois de plus, le Comité de Rédaction s'est réuni le jeudi 15 octobre 2015 au GEM L'Astrolabe. Dorénavant, votre journal *Mots en Tête* sera diffusé à l'échelle nationale aux différents GEM TC/CL et aux différentes AFTC. Ceci nous permettra de créer des liens avec eux et de partager nos expériences. Vous aussi, chers lecteurs et écrivains, vous pouvez partager *Mots en Tête* à votre famille, vos amis, vos connaissances, vos collègues...

Comme nous le savons tous, le journal est plus agréable à lire en couleur. Si vous le souhaitez, vous pouvez retrouver un exemplaire en couleur sur le site Internet du GEM La Boussole <http://www.la-boussole.e-monsite.com> ! Animateurs et coordinateurs des GEM, vous pouvez aussi envoyer par e-mail le journal en format PDF à vos adhérents. Ils pourront ainsi le recevoir en couleur.

Lors de la dernière réunion, le Comité de Rédaction a décidé d'organiser une « soirée des écrivains », qui sera bien évidemment réservée aux personnes ayant déjà écrit un article pour *Mots en Tête*. Le lieu et la date restent à définir. Si vous souhaitez participer à cette fameuse soirée, à vos plumes, stylos et claviers !

La prochaine question thématique fera référence à la séduction, à l'amour, et au plaisir de plaire, non seulement aux autres, mais aussi à soi : « *Amour, gloire et beauté : qu'est-ce que j'en fais ?* ». Vous pouvez dès à présent y répondre et m'envoyer vos témoignages. Concernant l'ancienne question thématique « *Comment ai-je vécu mes dernières vacances ?* », je vous donne rendez-vous aux pages 5 et 6 pour découvrir l'ensemble de vos réponses !

MARIE MEIGNEN



ATELIER COCKTAIL PHOTO © GEM LOGIS

## SOMMAIRE

Mieux connaître l'AFTC	P2
Un poème par plaisir	P2
Les bons plans	P2
La Terre de Diatomée	P3
Au sujet de la danse...	P3
L'histoire du GEM Versailles	P4
Poème	P4
Minute Papillon	P4
Comment ai-je vécu mes dernières vacances ?	P5-6
Une sortie à la RMN	P6
Un peu de détente !	P7
Pour infos	P8

Ce journal trimestriel est écrit par les huit Groupes d'Entraide Mutuelle (GEM) d'Ile-de-France, parrainés par l'AFTC. Ces différents GEM proposent des activités et des sorties pour les personnes traumatisées crâniennes et cérébro-lésées.

## MIEUX CONNAITRE L'AFTC

### Invitation

L'AFTC organise régulièrement des rencontres conviviales entre ses adhérents et amis autour d'un thème qui nous concerne tous. Cette année, le thème retenu est le suivant :

« **Les troubles de la relation après lésions cérébrales acquises** ».

La Conférence, qui sera suivie d'un débat, sera animée par Madame Julie ETLICHER, psychologue au Centre de Médecine Physique et de Réadaptation L'ADAPT à Châtillon.

Adhérents ou non de l'AFTC Ile-de-France / Paris, vous êtes cordialement invités à participer à cette réunion qui sera l'occasion d'échanger, de mieux connaître l'association et de partager quelques douceurs.

Nous vous attendons nombreux

**Samedi 28 novembre 2015**

**De 14 h à 17 h** (Accueil à partir de 13 h 30)

**A La Note Bleue**

**10 rue Erard - 75012 Paris**

## UN POÈME PAR PLAISIR

C'est super de venir à Paris  
Ce trimestre, il faut un poème  
Pour faire plaisir au GEM  
Et répondre au besoin de Marie

Il faut beaucoup réfléchir  
Afin de trouver de quoi écrire  
Le bonheur comble mon esprit  
Au fur et à mesure qu'il est écrit

Il suffit d'une petite étincelle  
Pour que la poésie soit réelle  
Au GEM La Boussole c'est bien  
A force d'y réfléchir l'idée vient

Mais une amitié, mieux qu'un Amour  
Ce lien fort ne peut se décrire avec des  
mots  
Car on peut aimer ses amis pour toujours  
Grâce à leur présence qui soigne tous  
nos maux

OLIVIER, du GEM La Boussole

## LES BONS PLANS

**Les Ailes du Sourire** au sein d'Aviation sans frontières : <http://www.asf-fr.org>

Aérodrome de la Ferté-Alais-91590 Cerny. Gérard Itey.  
Tél. : 06 30 86 30 31

Elles proposent des baptêmes de l'air à des personnes en situation de handicap moteur, sensoriel, cognitif ou social. Les journées s'organisent avec les responsables des structures privées ou publiques, qui accueillent ces personnes.

Superbe journée à survoler Fontainebleau et ses environs, et à visiter le Musée Volant Salis ! ([www.musee-volant-salis.fr/](http://www.musee-volant-salis.fr/))

Le GEM Loisirs et Progrès

**FONDATION Louis VUITTON : 8, Avenue du Mahatma Gandhi - Bois de Boulogne - 75116 - Paris. Tel +33 1 40 69 96 00.**  
<http://www.fondationlouisvuitton.fr>

Gratuité totale avec carte d'invalidité, un accompagnateur par personne. Passage prioritaire. Bonne accessibilité. Dans les salles, des médiateurs culturels renseignent sur les œuvres. Proximité du Jardin d'Acclimatation gratuit dans les mêmes conditions.

Le GEM Loisirs et Progrès

**O'Bar à Crêpes** : une bonne crêperie bretonne au **238 rue de Tolbiac, 75013 Paris.**

Le restaurant O'Bar à Crêpes propose ses spécialités armoricaines dans un cadre moderne et chaleureux. Lors de la sortie avec le GEM LOGIS, nous avons beaucoup aimé l'échange très sympa avec le chef et la serveuse. Côté budget, l'idéal est d'y aller pour le déjeuner en semaine ! L'accessibilité est son meilleur atout : proximité du Bus 62, toilettes entièrement rénovées et adaptées pour des personnes en fauteuil.

Accès : Pam : 238 rue de Tolbiac, 75013 Paris - Métro : lignes 6 station Glacière - Bus : 62 arrêt Glacière-Tolbiac.

VALÉRIE, du GEM LOGIS

## LA TERRE DE DIATOMÉE

J'aime bien les fourmis, j'aime bien ma maison, mais je ne suis pas d'accord quand les fourmis s'installent chez moi ! C'est ce qui m'est arrivé il y a trois ans, quand tous les jours, je retrouvais un tas de terre avec ses occupantes dans mon séjour. J'ai donc cherché un insecticide non dangereux pour ma petite-fille et mon chien. Après avoir arpenté les rayons Droguerie des grandes enseignes (alimentaire, bricolage, plantes), je n'ai rien trouvé. Il restait Internet et j'ai découvert : **la Terre de Diatomée - un insecticide naturel.**

La Terre de Diatomée est probablement l'insecticide naturel le plus sécuritaire et efficace dans la maison. C'est un produit peu connu, mais qui a de nombreuses utilités. La Terre de Diatomée est un dépôt géologique de squelettes fossilisés d'organismes marins. Lorsqu'elle est broyée, elle a l'apparence de la poudre de talc, mais sa texture, bien qu'inoffensive sur les personnes et les animaux, a sur l'insecte l'effet de petits cristaux de verres concassés, ceux-ci favorisant une perte de liquide qui résulte en la déshydratation et la mort de l'insecte. La mort de ce dernier est mécanique et non chimique. Il n'y a pas de problèmes de toxicité.

Tous les rampants et volants sont concernés: puces, fourmis, poux, cochenilles, acariens, punaises de lit, tiques, etc. Et si les insecticides ont une efficacité limitée dans le temps dûe à leur dégradation, la Terre de Diatomée permet une protection des endroits traités sur le long terme, seule l'humidité ou la poussière peuvent limiter son action.

Il vous suffit de placer une petite quantité de poudre dans les zones de passage des insectes. Vous pouvez également saupoudrer les lieux de couchage de vos animaux domestiques, leur litière et leur niche, pour prévenir les parasites externes. Mais, attention quand même, la Terre de Diatomée n'est pas sélective, elle peut donc tuer aussi bien les insectes nuisibles que ceux qui sont les plus utiles, même les plus gentils !

A savoir : je n'ai trouvé la Terre de Diatomée en vente que sur Internet.

SABINE. du GEM L'Astrolabe

## AU SUJET DE LA DANSE...

*"L'art est une blessure transformée en lumière", Georges Braque.*

*"La vie n'est rien d'autre qu'une danse ininterrompue de naissance et de mort, une danse du changement", Sogyal Rinpoche.*

### **La Danse, Art salvateur du corps et l'esprit**

Je vous conseille à tous l'art-thérapie qui soigne bien des blessures et nous aide à nous réinsérer dans le monde actuel, avec notre nouvelle identité qui est si difficile à comprendre, à cerner et à accepter par les autres quand on est cérébro-lésé... Et même souvent par nous-mêmes !

En juillet 2014, j'ai découvert la Danse-thérapie, « la danse de l'Être », à laquelle nous avons été initiés lors d'un stage d'été à la danse libre. On se référait beaucoup à Isadora Duncan, qui a instauré la danse libre avec des foulards... À travers la danse libre, Isadora Duncan favorisait une redécouverte de son corps, un retour à soi, à la conscience universelle, au Divin.

La Danse-thérapie m'a enfin permis d'accepter mon nouveau corps meurtri et de me sentir bien dans ma tête traumatisée. J'ai pu enfin trouver l'apaisement et réveiller tout ce que j'avais perdu, qui s'était endormi en moi car mon corps ne pouvait plus suivre et il me fallait tout réapprendre comme un bébé.

Grâce à la Danse-Thérapie, j'ai à nouveau envie de VIVRE et j'ai pu réactiver mon moteur depuis toujours : la danse, ma seule raison d'être... qui m'a donné la force de supporter la souffrance de mon combat depuis deux décennies déjà.

*"Mon corps est le temple de mon art. Je l'expose comme un lieu saint et le voue au culte de la beauté", Isadora Duncan*

Quelle fut ma joie quand j'ai rejoint il y a presque un an le GEM LOGIS, où, en plus des Arts Plastiques et de la Chorale, j'ai pu recommencer la danse libre, entourée de personnes comme moi, qui ENFIN me comprennent et m'acceptent comme je suis, sans me juger.

*"Mon corps est le temple de mon art. Je l'expose comme un lieu saint et le voue au culte de la beauté", Isadora Duncan*

AURÉLIE. du GEM LOGIS

# L'HISTOIRE DU GEM VERSAILLES YVELINES



PHOTO © GEM VERSAILLES YVELINES



PHOTO © GEM VERSAILLES YVELINES

Le GEM Versailles Yvelines a ouvert ses portes en avril 2010, dans des locaux prêtés par la Maison de Quartier de Porchefontaine, à Versailles. Au départ, il n'y avait que quatre usagers (Aurélie, Alexandre, Alexis et Roland) et un seul animateur, Emmanuel, le lundi et le vendredi après-midi. Emmanuel était parfois soutenu par des jeunes encadrants et proposait des ateliers de réflexion, des activités ludiques, de la cuisine et de la musique (Musique et Handicap).

En janvier 2011, les premiers ateliers graphiques et artistiques ont vu le jour ainsi que la sculpture, les cogitos et l'équitation. A la fin de la même année, le GEM a également ouvert le mercredi et une autre salariée a rejoint l'équipe.

A partir de 2012, le nombre d'usagers a considérablement augmenté et de nouvelles activités sont apparues : le théâtre, l'expression corporelle, Équilibre et Mouvement, les premiers repas partagés, les groupes de parole. Le GEM Versailles Yvelines est alors ouvert quatre jours par semaine et des bénévoles viennent régulièrement apporter leur soutien (Véronique, Sunny et Brigitte).

En Février 2014, le GEM Versailles Yvelines a enfin ses propres locaux au 33 bis boulevard Saint Antoine à Versailles. En plus des activités citées précédemment, les usagers ont leur propre journal, un atelier informatique et des sorties sont organisées en semaine et le weekend.

En Août 2015 a lieu le premier séjour organisé par le GEM Versailles Yvelines ; pendant une semaine entière, six usagers ont partagé leur quotidien dans un Village Vacances en Haute Savoie, tout près d'Annecy. Ces vacances ont été l'occasion pour eux de mieux se connaître et de découvrir la région à travers des activités sportives, ludiques et culturelles. Le GEM Versailles Yvelines comprend aujourd'hui 16 adhérents et il n'a pas fini de s'agrandir. Nous espérons pouvoir trouver de nouveaux locaux, plus grands, très prochainement.

Le GEM Versailles Yvelines

## POÈME

Un ami est venu me rendre  
visite au studio  
Nous avons fait les idiots  
C'était magnifique  
Puisque très magique  
Au revoir les problèmes et le  
malheur  
Bonjour la joie et la bonne  
humeur

DOMINIQUE, du GEM LOGIS

## MINUTE PAPILLON

Ça nous arrive à tous, un jour ou l'autre, de l'employer cette expression quand par exemple on a affaire à quelqu'un de pressé qui nous demande ceci ou cela... Ou à l'inverse, quand c'est nous qui le lui demandons.

Pour ma part, elle m'amuse toujours un peu, je la trouve plutôt rigolote. Alors j'ai eu envie de savoir quelle en était l'origine. Je suis donc allée sur quelques sites Internet... En fait l'origine n'est pas certaine. Il semblerait que selon certains lexicographes, elle pourrait n'être qu'une métaphore sur le papillon, ce qui expliquerait aussi le verbe "papillonner" (passer trop vite en parlant, par exemple, d'un sujet à un autre). Mais selon d'autres (là j'avoue que ça me plait un peu plus), elle daterait du début du XXe siècle : avant la Seconde Guerre Mondiale les journalistes du Canard Enchaîné allaient souvent dans un café voisin où il y avait un serveur du nom de Papillon qui lorsqu'on l'appelait répondait presque systématiquement : Minute, j'arrive... Ils l'auraient alors surnommé Minute Papillon... Et depuis, c'est devenue une expression courante.

NADINE, du GEM La Boussole

# COMMENT AI-JE VÉCU MES DERNIÈRES VACANCES ?

## En vacances adaptées avec La Valériane

Si Gérardmer avait un goût, ce serait le goût sucré de la myrtille des tartes typiques. Le goût fort et amer du Munster. Le goût du contraste, celui des paysages...

Si Gérardmer avait une couleur, ce serait le bleu des lacs et le vert des sapins qui jonchaient les collines et les montagnes interminables. Ces deux couleurs ne faisaient plus qu'une car leur mariage était consommé.

La musique de Gérardmer est celle des chants que nous chantions lors du premier pique-nique, « souvenirs, souvenirs »..., de grands classiques de la chanson française et des colonies de vacances.

Faire la planche dans la piscine de l'hôtel m'a donné une sensation de liberté car je flottais sans que mes jambes soient une entrave.

Nous sommes allés sur la route des Crêtes, point culminant des Vosges ; cela m'a permis de respirer de l'air très pur et de nettoyer mes poumons de parisienne.

DOMINIQUE, du GEM LOGIS

## Voyage dans le grand ouest des États Unis

Didier et moi, accompagnés d'un couple d'amis, avons passé cinq semaines cet été aux États Unis.

Nous avons puisé des forces en commençant par une semaine en Floride du côté d'Orlando. Puis, nous avons pris un vol intérieur pour Los Angeles pour visiter les grands parcs de l'Ouest Américain : le parc de Zion, puis celui des Arches, Bryce Canyon et avons enchaîné sur le Grand Canyon et Monument Valley (des décors de Western !).

Ce furent des balades aux paysages grandioses. Nous sommes allés jusqu'à Denver découvrir l'immense théâtre de plein air en site naturel "Red Rock". Nous sommes revenus des souvenirs plein les yeux et la tête sans avoir gagné de jack pot à Las Vegas.

CATHERINE, du GEM L'Astrolabe



MONUMENT VALLEY LES ARCHES PHOTO © CATHERINE

Je n'étais pas partie en vacances depuis longtemps, mais cette année je suis partie avec une association parisienne (le Groupe d'Aide à la Gestion du 19<sup>ème</sup>). J'avais beaucoup d'appréhension à rejoindre des gens inconnus, dans un lieu où je n'ai plus mes repères. Je vois très mal et j'ai parfois du mal à marcher. Mais finalement tout s'est bien passé. Bien aidée par les accompagnants, j'ai su m'adapter aux lieux, malgré un éclairage beaucoup trop faible dans la maison. C'était en juillet, à la campagne, et j'étais avec trois autres dames, beaucoup plus âgées que moi.

Pour la première fois de ma vie j'ai joué au bowling en fauteuil, et j'ai gagné trois fois : ça muscle les bras ! Je suis aussi montée en calèche pour une ballade. Nous sommes allés dans une ferme-auberge où tout le repas était sorti du potager et « fait maison » : délicieux !

Flâner dans deux brocantes, où les vendeurs acceptaient que je touche les objets à vendre pour que je me rende mieux compte, malgré ma mauvaise vue ; caresser un cheval en me rappelant de bons souvenirs ; raconter avec émotion des passages de ma vie...L'an prochain j'aimerais bien aller à la mer avec cette association.

J'ai pu aussi aller à un mariage dans ma famille en Ardèche. Mon cousin (le marié) était très ému que je sois venue de loin, en surmontant de nombreuses difficultés d'organisation. Et moi ça m'a fait plaisir de renouer avec ma famille !

ISABELLE, du GEM Loisirs et Progrès

## La réponse du GEM Le Cap

### Les vacances, c'est quoi ?

En général, les vacances sont synonymes de repos, dépaysement, loisirs, rupture avec le quotidien et souvenirs engrangés. Mais qu'en est-il pour nous, personnes cérébro-lésées ou traumatisées crâniennes ? Nous avons posé la question aux adhérents du GEM Le Cap : « Comment avez-vous vécu vos dernières vacances ? ». Voici les propos récoltés :

#### Alexandre

« Seul moment de l'année où tu décroches... Les vacances, c'est fait pour évacuer tout le stress que tu peux avoir pendant l'année... Pour repartir du bon pied ! Il faut le prendre de façon positive, pas de patron, tranquille ! Tu fais ce que tu veux quand tu veux au rythme que tu veux, je pense que c'est assez simple ! »

#### Issa

« Partir avec un groupe c'est bien, je peux me reposer sur ceux qui organisent... Ça demande d'apporter beaucoup de choses et de penser à plein de trucs, mais ce n'est pas stressant. Ça fait plaisir de rentrer à Paris, chez soi après. A l'étranger je n'irai pas, parce que je ne veux pas prendre l'avion. »

#### Cécilia

« Je suis partie très longtemps chez mes parents au Portugal. J'étais entièrement prise en charge par mes parents, je n'ai vu personne d'autre. C'est trop long mais mon père pense que le voyage est trop cher pour juste rester quelques semaines. Contente d'avoir vu la famille, mais déçue de ne jamais partir avec des amis, j'aurais aimé sortir le soir, rencontrer des gens de mon âge. Alors je n'ai rien fait... J'ai un figuier, j'aime bien... »

#### Laurent

« Pour moi, les vacances, aussitôt terminées, aussitôt oubliées ! » (*Il rit*). Quand mon orthophoniste m'a demandé si mes vacances s'étaient bien passées, je lui ai répondu : « Je ne suis pas parti » ! En parlant avec un de mes frères plus tard, j'ai réalisé que j'étais parti en Espagne en famille. Mon psychiatre m'a conseillé de prendre des photos des événements pour m'en souvenir et ça marche !

#### Emmanuelle

(Concernant les voyages en groupe) : « Trop de monde, trop fatiguant pour moi, mais j'aime bien parce que les gens sont attentifs ». Concernant un week-end en Bourgogne avec un ami : « C'est Olivier qui conduisait ! Super contente » !

Autant de personnalités différentes, autant d'expériences !

LES ADHÉRENTS du GEM Le Cap

## UNE SORTIE À LA RMN

La sortie pour voir les moulages de la Réunion des Musées Nationaux (RMN) était vraiment très bien; nous n'étions que quatre du GEM mais il y avait beaucoup d'autres visiteurs. Après avoir été reçus par une guide, aussi historienne de l'art, qui faisait bien sûr partie de la RMN, nous avons été orientés vers la chef d'atelier. Elle nous a parlé de son métier ou plutôt de sa vocation pour le moulage ; et cette chef d'atelier nous a présenté le meilleur ouvrier de France qui nous a aussi parlé de sa vocation. Mais avec lui c'était beaucoup plus technique et peut être moins compréhensible pour moi !

Après la visite de l'atelier moulages, nous avons eu la chance de suivre aussi la visite de l'atelier de chalcographie c'est-à-dire l'impression sur cuivre. Il y avait un homme et une femme qui nous ont parlé de leur métier avec beaucoup de passion pour ce qu'ils faisaient. On a pu voir un exemple de leur travail et c'était vraiment impressionnant.

J'ai vraiment beaucoup aimé cette après-midi et j'aimerais beaucoup qu'elle se renouvelle si l'occasion se présente !

ODILE, du GEM L'Astrolabe

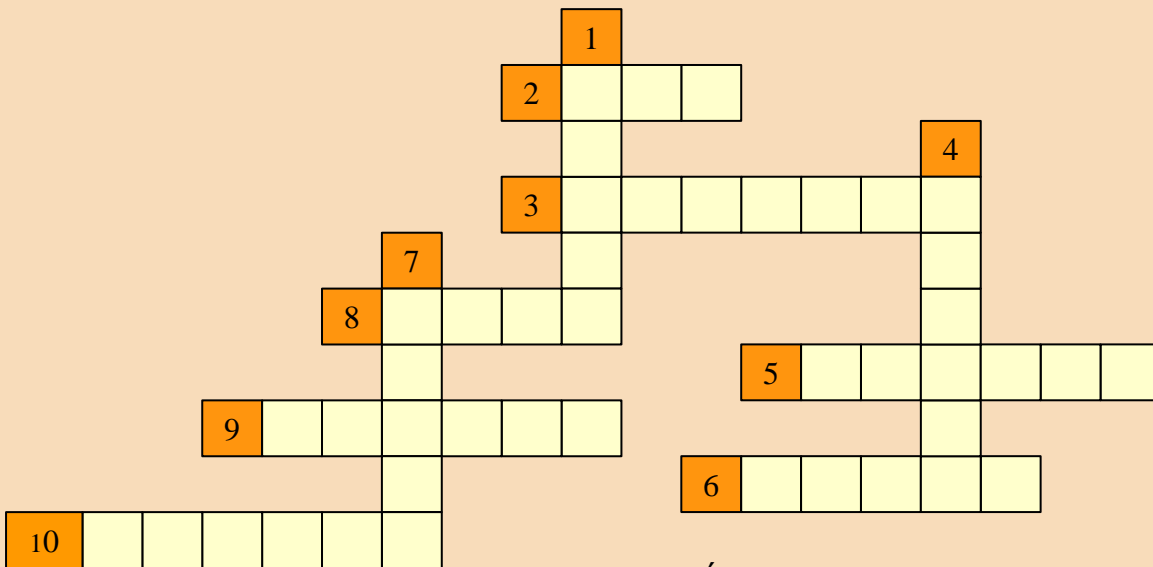
# UN PEU DE DÉTENTE !

## Anagrammes des animaux

En changeant de place les lettres d'un même mot, vous formerez un autre mot (avec les mêmes lettres). Exemple : l'anagramme de « gare » est « rage ».

Remplissez la grille ci-dessous : à vous de jouer !

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1 - Lapin   | 6 - Tigre   |
| 2 - Rat     | 7 - Poule   |
| 3 - Serpent | 8 - Lion    |
| 4 - Tortue  | 9 - Souris  |
| 5 - Canard  | 10 - Bélier |



SIGNÉ : MEG ALBATROS DE SATIN DÎNÉS

### Réponses aux jeux du dernier numéro

**Mots-mêlés :** le village à trouver était La Roche-Guyon.

**Voyage à travers les villes du Val-d'Oise :** Cergy, Auvers-sur-Oise, Écouen, L'Isle-Adam, Enghien-Les-Bains.

### Le jeu du Contrario selon le GEM L'Astrolabe :

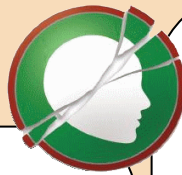
Ci-dessous, le contraire de célèbres expressions françaises. A vous de les retrouver !

- |                                 |   |
|---------------------------------|---|
| 1 - Traîner pépé sur les cactus | 6 - Qui s'endette cours à la ruine          |
| 2 - Resplendir en virgule       | 7 - Laisser le pied rouge                   |
| 3 - Ne pas être sableux         | 8 - Enlever une crasse                      |
| 4 - Gagner la pile              | 9 - Mes jambes se relèvent                  |
| 5 - Donner des racines          | 10 - Avoir les pieds décollés des chevilles |

6 - Qui paye ses dettes s'enrichit  
7 - Avoir la main verte  
8 - Passer un savon  
9 - Les bras m'en tombent  
10 - Avoir la tête sur les épaules

1 - Pousser même dans les orties  
2 - Être mal en point  
3 - Rester de marbre  
4 - Perdre la face  
5 - En prendre de la graine

# Pour infos



Mots en Tête est le  
**journal de l'Inter GEM.**

Il permet l'expression de  
chacun des GEM TC/CL  
franciliens parrainés par l'AFTC Île-de-France / Paris

Retrouvez le journal en ligne sur  
[www.traumacranien.org](http://www.traumacranien.org) ou sur le site du GEM  
la Boussole [la-boussole.e-monsite.com](http://la-boussole.e-monsite.com)

## Telle est la question...

**Amour, gloire et beauté : qu'est-ce que  
j'en fais ?**

Répondez à [marie.aftc@outlook.fr](mailto:marie.aftc@outlook.fr) ou par courrier à  
l'AFTC.

*Vous découvrirez le résultat de vos réponses dans le  
prochain numéro.*

La question du numéro précédent était « Comment  
ai-je vécu mes dernières vacances ? ».

## Comité de rédaction

La prochaine réunion est prévue  
**Le jeudi 14 janvier à 14h  
au GEM Le Cap**

**Vous pouvez envoyer vos textes et articles  
pour qu'ils soient publiés dans le journal**  
par courriel à [marie.aftc@outlook.fr](mailto:marie.aftc@outlook.fr)  
ou par courrier à l'AFTC Île-de-France / Paris :

**AFTC IdF / Paris  
Marie Meignen  
8 rue Maria Helena Vieira Da Silva –  
75014 Paris**

Imprimé par ANRH Paris 13<sup>ème</sup>

Tiré en 645 exemplaires

Directrice de publication :

**FRANÇOISE FORET**

Responsable de rédaction :

**MARIE MEIGNEN**

**Si vous souhaitez rejoindre notre  
Groupe d'Entraide Mutuelle, voici  
les contacts**

**GEM TC / CL IdF**

**GEM La Boussole**

10 rue Erard

75012 Paris

Tél : 01 53 44 70 35

06 69 46 27 95

[laboussolegem@gmail.com](mailto:laboussolegem@gmail.com)

**GEM Loisirs et Progrès**

Lieu de correspondance : 76 rue  
des Saints-Pères

Lieu d'activité : 71 rue de Grenelle  
75007 Paris

Tél : 01 45 49 63 79

[contact@loisirsetprogres.org](mailto:contact@loisirsetprogres.org)

**GEM LOGIS**

171 rue Vercingétorix

75014 Paris

Tél : 01 71 26 56 46

06 27 36 27 59

[homegemlogis@gmail.com](mailto:homegemlogis@gmail.com)

**GEM Versailles  
Yvelines**

33 bis boulevard Saint-Antoine  
78000 Versailles

Tél : 06 87 68 67 93

[gemversaillesyvelines@sfr.fr](mailto:gemversaillesyvelines@sfr.fr)

**GEM L'Astrolabe**

1 rue Aubert

93200 Saint-Denis

Tél : 09 67 27 51 66

06 30 26 55 81

[animastrolabe@gmail.com](mailto:animastrolabe@gmail.com)

**GEM Le Cap**

20 rue Vieille Forge

92170 Vanves

Tél : 09 53 96 32 00

[infos@gemlecap.com](mailto:infos@gemlecap.com)

**GEM Simon de Cyrène de Rungis**

2 rue de l'église

94150 Rungis

Tél : 01 82 96 00 35

07 85 16 70 01

[thomas.petitier@simondecyrene.org](mailto:thomas.petitier@simondecyrene.org)

**GEM Chez Godot**

62 rue Pierre Brossolette

95200 Sarcelles (village)

Tél : 07 88 37 48 02

[gem.chezgodot@gmail.com](mailto:gem.chezgodot@gmail.com)