

Qu'est ce qu'un GEM ?

Un Groupe d'Entraide Mutuelle est un espace d'accueil, d'échanges, d'information, d'aide mutuelle et de convivialité.

Ce sont ses adhérents qui définissent et construisent ensemble les activités proposées.

Pourquoi ?

- ✓ Pour rompre l'isolement
- ✓ Pour retrouver confiance en soi
- ✓ Pour vivre des expériences nouvelles
- ✓ Pour stimuler sa prise d'initiative et son autonomie
- ✓ Pour bénéficier de l'entraide et de la solidarité entre les adhérents
- ✓ Pour développer son inclusion dans la cité
- ✓ Pour être accompagné dans son accès à l'emploi, aux soins, aux loisirs, aux sports, à la culture, à la vie citoyenne et sociale en générale

Pour qui ?

Toute personne adulte, porteuse de TSA¹, diagnostiquée, en cours de diagnostic ou non diagnostiquée.

Quels sont les principes du GEM ?

- La **Pair-Aidance** c'est-à-dire le soutien par les pairs qui rencontrent des difficultés similaires et sont donc à même d'apporter un soutien, une écoute, un partage d'expériences autour des troubles et du parcours de chacun.
- L'**Autogestion** : les adhérents sont acteurs du développement du GEM et sont invités à l'organisation de projets selon leur rythme et leurs potentialités.
- L'**Autodétermination** : une démarche volontaire et personnelle d'adhérer au GEM



Quelles activités sont proposées au sein du GEM Autisme du Jura ?

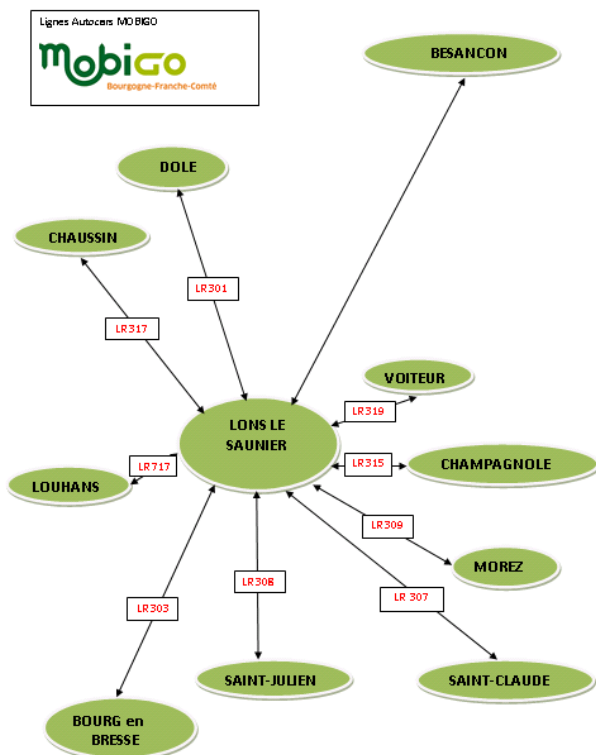
Venez nous rencontrer
autour d'un café, participer à
des activités ou nous en
proposer d'autres !

- ✓ Planification et organisation des activités
- ✓ Sorties nature / culture
- ✓ Jeux de société
- ✓ Ateliers créatifs / artistiques
- ✓ Sport
- ✓ Randonnée
- ✓ Cuisine
- ✓ Informatique
- ✓ Café-discussions
- ✓ Musique
- ✓ Etc ...

¹ Trouble du Spectre Autistique

Accès

Réseau Autocar Mobigo



Train : Gare SNCF

Boulevard Gambetta – Lons le Saunier

Plan du quartier



GEM Autisme du Jura

21, Les Tartres
39570 PERRIGNY

Coordinateur : Patrick Pouilloux

Tel : 06.71.30.32.71

Mail : gem.autisme39@apei-lons.fr

Web : apei-lons.fr

Se rendre au Gem

**Bus Tallis Ligne 3 - Arrêt « Transformateur »
Perrigny (proche Carrefour Market)**

A pied : 30 min de la gare et 20 min du
centre-ville de Lons le Saunier

Parking Auto / Garage à vélos

Horaires d'Ouverture* :

Lundi : 14h00 -17h00

Mardi, Mercredi, Jeudi : 10h00 – 17h00

Vendredi : 14h00 -17h00

**susceptibles de modification selon activités en soirée
et week-end*

Le GEM Autisme du Jura est un dispositif porté
par l'**Apei de Lons le Saunier**, financé par l'**ARS
Bourgogne / Franche - Comté** et parrainé par
l'**UDAF du Jura**.



**Groupe d'Entraide
Mutuelle Autisme
du Jura**

