



Thème de ce  
numéro :

**OSEZ-LE DIRE !**



## ÉDITORIAL

*Voici le hors-série 2022!*

Le Comité de Rédaction du journal *Mots en Tête* et moi-même, sommes très heureux de vous présenter le deuxième numéro spécial de votre journal Inter GEM sur le thème "**Osez-le-dire !**". Vous découvrirez dans les pages suivantes les réalisations de 8 GEM. Ils ont utilisés différents supports pour osez-dire : liens internet, vidéos, peintures, photos, dessins, articles, etc. Chaque GEM a ensuite réalisé sa propre mise en page. Un grand merci pour votre participation et votre travail ! N'hésitez pas à nous faire part de vos retours concernant ce numéro. Belle découverte et à très vite.

MARIE MEIGNEN

## SOMMAIRE

Participation du GEM sur Seine	P2-4
Participation du GEM Le Cap	P5
Participation du GEM L'Astrolabe	P6-7
Participation du GEM Loisirs et Progrès	P8
Participation du GEM LOGIS	P9-14
Participation du GEM des Remparts	P15
Participation du GEM Le Canal	P16-18
Participation du GEM La Boussole	P19-22
Contacts	P23

## « Ose le dire »

### Tabou Définition :

- **Qui fait l'objet d'interdit rituelle ou religieuse.**
- **En général qui est frappé d'interdit quel que soit cet interdit.**
- **Qui ne doit pas être évoqué dans la conversation.**
- **Interdit moral ou social.**

Depuis la nuit des temps, les artistes sont souvent engagés pour faire avancer la société à travers l'œuvre.

Ils renversent les tabous quel qu'ils soient.

Le chanteur **Stromae** a vécu une grave dépression, il en parle très bien dans sa chanson **L'enfer**



[\(337\) Stromae - L'enfer \(Official Music Video\) - YouTube](#)

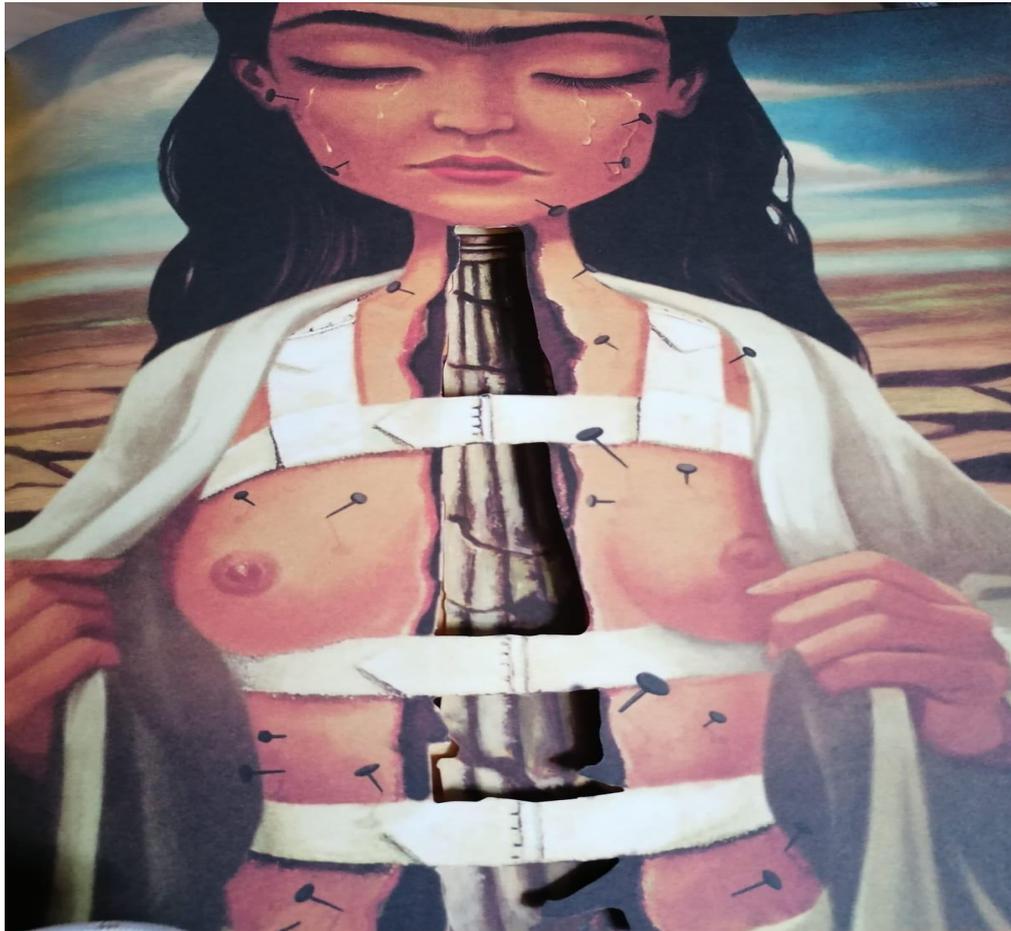
Sa dépression est sûrement due à sa grande charge de travail et le fait de partir en tournée en Afrique, continent d'où est natif son père et où ce dernier a trouvé la mort lors du génocide au Rwanda en 1994.

[Dépression, stress, tensions: voici pourquoi Stromae a craqué - La DH/Les Sports+ \(dhnet.be\)](#)

## « Ose le dire »

### Frida Kahlo

L'artiste mexicaine, la plus populaire au monde, a marqué l'Histoire de l'Art par ses œuvres poignantes et ses autoportraits bouleversants. Elle veut défendre la condition et l'émancipation des femmes mexicaines. Dans cette société machiste, elle veut porter la voix de toutes les femmes silencieuses et soumises. Elle n'hésite même plus à afficher publiquement sa bisexualité. Dans ses œuvres, elle met également en avant ses problèmes de santé et ses douleurs.



De nombreuses femmes artistes se sont battues pour faire tomber des tabous, vous en trouverez certaines en cliquant sur le lien suivant :

[Les artistes no tabou : les femmes dans l'art et la manière ! - Entre Copines \(entre-copines.be\)](http://entre-copines.be)

## « Ose le dire »

### Allez, on se lance !

Être en situation de handicap ne m'a pas empêché d'avoir des petites copines. Par contre, je souhaitais être policier pour protéger les gens, ça me peine de pas avoir réaliser ce rêve.

Wassim

Lorsque je rencontre des gens pour la première fois, je ne leur dis pas tout de suite que je suis handicapée, il me faut toujours du temps avant de leur dire. Si je ne le fais pas c'est tout simplement parce que j'ai peur de la réaction des gens, du regard qu'ils vont porter sur moi. D'autant plus que mon handicap est invisible, on ne peut pas, en me voyant au premier abord, deviner que je suis handicapée. Au début, lorsque mon handicap a été diagnostiqué je n'osais pas dire aux gens que je souffrais d'un handicap à cause des moqueries que j'ai, pendant longtemps, subi à l'école et dans la rue. À partir du lycée, j'ai commencé à parler de mon handicap parce que j'ai compris que cela pouvait me permettre d'éviter de subir des moqueries, mais en dehors de ça je n'en parlais pas. Actuellement, lorsque je suis en stage et je recherche du travail, je mets sur mon CV que je suis handicapée comme cela me permet d'aborder plus facilement la RQTH et mes besoins d'aménagements et après j'en parle uniquement si je me sens en confiance et pas jugée.

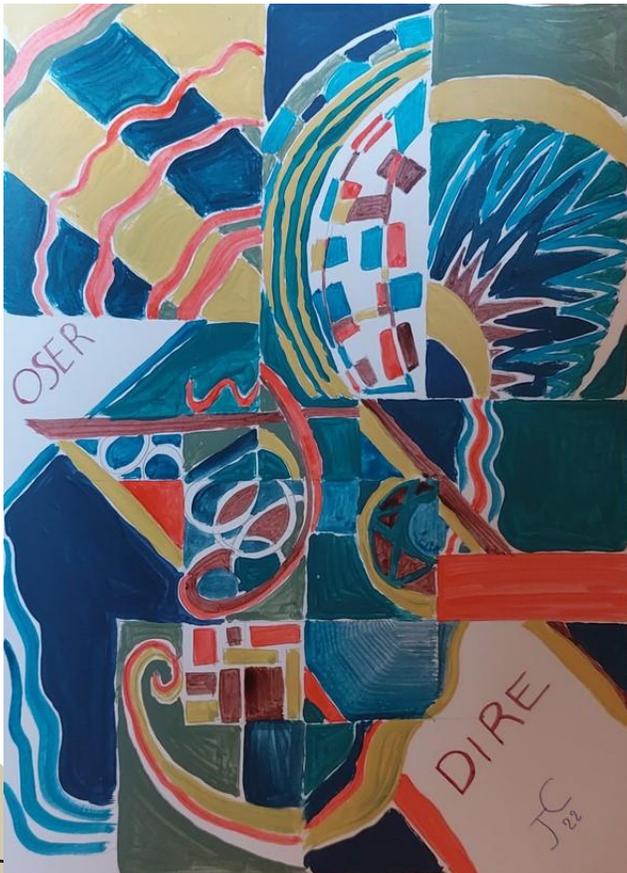
Blandine

Osez dire que pour moi mon handicap n'est pas une contrainte. Je vis bien avec. J'ai réussi à faire des études, à travailler et pendant une période avoir une petite amie. Je m'adapte à ma vie tel qu'elle est même si je ne suis plus en couple et que je n'ai pas eu d'enfants. La vie en a décidé ainsi. La vie est belle. Guillaume

# Un poème

Posé pour le dire  
Si j'ose le dire  
A peine  
Mais, j'ose le dire  
En poème  
J'écris la nuit  
Pour l'étoile  
J'écris encore  
Jusqu'à l'aurore  
Je multiplie les vers  
Mais ne suis pas téméraire  
Si j'osais  
Je lui dirais  
Pas en vers, mais en vrai  
Je t'aime  
Fabien, 20.10.2022

# Un cap artistique



Jérôme nous propose une de ses œuvres sur le thème « oser le dire »



# OSEZ-LE DIRE!

## Associations d'idées

Avec Sarah, Antoine et Mahamadou : à quoi cela nous fait penser ?

Peur des jugements

Condition de la femme dans le monde

**OSEZ-LE DIRE !**

Tabou

Harcèlement sexuel et agressions

Fables de La Fontaine

Photos d'un journal de mode

# Coups de gueule !

## Ca me dérange !

<https://www.radiofrance.fr/franceinter/exclusif-de-nouvelles-femmes-accusent-noel-le-graet-de-harcelement-2582304>

Cette histoire me dérange. Ils essaient d'étouffer le scandale pour ne pas impacter l'équipe de France lors de la Coupe du monde : l'argent passe avant l'humain. Je suis fan de football et surtout supporter de l'équipe de France mais je ne cautionne pas du tout ce qu'il se passe dans cette affaire : la loi doit être la même pour tous !

Un adhérent



Le nouveau graffiti de l'artiste urbain iranien représente un fan de sports brandissant du liquide vaisselle comme il brandirait une coupe. Image issue de la page Facebook des artistes.

## Iran : droits des femmes bafoués

Ce graffiti date de 2015, il dénonce l'interdiction d'aller au stade pour les femmes en Iran. C'est malheureusement toujours d'actualité : les droits des femmes en Iran sont bafoués. Comme la jeune femme qui a été tuée par la police des mœurs en Iran après avoir été arrêtée tout ça parce qu'elle ne portait pas le voile correctement selon le code pénal en Iran. Stop, plus jamais ça !

Mahamadou

## A voir !

Sans beaucoup réfléchir, je voudrais recommander un film que ma femme et moi avons regardé il y a quelques jours : « Hors norme », signé de Toledano et Nakache, les mêmes réalisateurs que « Intouchables ». Vincent Cassel, et plus encore Reda Kateb et les quelques autistes qui s'y montrent sans fard ni revendication, y sont inoubliables, et le récit invite à éduquer le regard sur les différences.

*Etienne*



## Les tabous

Puisqu'il est temps d'en parler et que l'occasion nous est offerte, profitons-en ! Quel serait donc le plus grand tabou dans nos situations de handicap - il y en a certainement plusieurs, même si le premier qui me vient en tête est certainement celui qui vient à la tête de beaucoup de monde - l'amour entre deux personnes, accordé à tout être humain comme étant naturel et légitime.

Je parle de cette situation de rencontre et découverte de l'autre qui peut se transformer en rendez-vous autour d'un verre que l'on répète à loisir si le moment a été agréable et qui devient le moment tant attendu de retrouver une personne qui peut nous faire frissonner et donner l'envie d'aller plus loin dans la découverte de l'autre, ce que l'on appellerait flirter.

Jusqu'où notre handicap est-il un obstacle : est-ce que cela dépend du regard de l'autre ou bien du regard que nous avons sur nous-mêmes. Le jeu de la séduction nous est-il autorisé ou refusé ? Et pourquoi ? Ne serions-nous pas capables de sentiments et de ressenti physique ? Notre corps a gardé la capacité de désir et a autant besoin de l'exprimer et de le partager que n'importe quel autre individu. A quand le moment de passer du paraître à l'être ? Avons-nous le droit à une vie amoureuse comme tout le monde ? Cela fait beaucoup de questions sans beaucoup de réponses. Une amie a eu la gentillesse de me couronner de reine de l'optimisme. Malheureusement dans ce cas je ne mérite pas ce couronnement, et pourtant j'aurais aimé le mériter, car tout individu a droit à la tendresse d'autrui dans tous les sens du mot, n'oublions pas notre humanité et notre beauté intérieure qui est celle recherchée par tout le monde et nous sommes beaux tous autant que nous sommes. C'est notre force et notre atout cette beauté que nous avons développée pour faire face au handicap, c'est notre atout de séduction. Alors osons et soyons heureux et comblés.

*Elsa*

# TOUT CE

*pour quoi*



*Je viens*

**VOUS LE DIRE**



**GEM LOGIS**



<https://youtu.be/xXTa-Xy7nTY>

## Oser le dire...

En ce qui me concerne, j'ai pris l'habitude de tout dire en tous temps. Je trouve que c'est une question de sincérité envers les autres. Je me sens fausse et dans un mensonge avancé de garder quoique ce soit au fond de moi. Je me dis : adviennne que pourra !

Mon côté un peu sportif me permettrait l'esquive en face d'une réponse musclée.

Il est évidemment clair qu'il ne s'agit pas de faire du mal à qui que ce soit mais cette honnêteté me permet d'alléger mon cœur d'un fardeau inutile.

*Myriam B.*

**"Gravé dans la roche" de Sniper est caractéristique de ma franchise...**



## La galère à Paris... sur mes roues !



<https://youtu.be/f7ixHJeEgBU>

Aujourd'hui je me baladais au centre Gaîté Montparnasse pour musarder. Il fallait que je rentre chez moi c'est à dire à LOGIS. J'ai choisi de rentrer par l'avenue du Maine, la rue de l'Ouest et la rue Raymond Losserand. Avenue du Maine, il y avait des escaliers ... fait chier ! J'ai donc été obligé de rebrousser chemin et de retraverser le centre Gaîté Montparnasse. Fermez les yeux... et imaginez les prochaines galères que je vivrai à Paris !

*Jérôme V.*



## J'ose dire ma joie d'expatriée en Bretagne

Quelle joie de bientôt habiter à Rennes dans ma ville de naissance.  
Un nouveau départ, une nouvelle expérience dans ma vie !

Vivre en Bretagne,  
vive les Bretons !

Vive la vie des bretons  
et je suis fière d'être bretonne !

*Christine A.*



<https://youtu.be/z1hEzlluGm8>



## **Dis moi pourquoi, maman, les enfants de l'école sont-ils habillés et se moquent de moi ?**

Pourquoi toujours, chez eux, quelqu'un qui les cajole alors que mon papa frappe quand il boit ?

Peut-être qu'en changeant ma tête de sale gosse, aurais-je mérité mon repas quotidien ?

Pardonne-moi, maman, par mes plaies et mes bosses, je voudrais tant qu'un jour tu me donnes la main.

Des griffes de l'horreur c'est l'attaque infernale, enfants désemparés qui ne grandiront pas ; un appel au secours qui reste en fonds de cale d'un vaisseau naufragé gisant près du trépas.

Morale bafouée par trop de cruauté, impuissance avouée de témoins timorés, inhumaine gestion des valeurs héritées... Sont-ils donc par la bête à ce point dominés ?

Pourquoi tant de pourquoi sur ce tas de détresse ?

### **le HANDICAP,**

elle a dit que je ne suis pas en fauteuil,

que je suis folle,

que je suis dangereuse et je pourrais tuer quelqu'un.

Que les gens comme moi doivent être enfermés et drogués

et ne jamais en sortir.

Daniel a dit « vous êtes sérieux ? », elle a répondu : OUI.

Mon père, elle dit, que je suis responsable de sa mort.

Donc puisque c'est possible j'ose le dire. MERCI

Valérie C.



### Coups de gueule...

contre l'incompréhension des gens  
face au **handicap invisible** !

*Ouarda*

C'est pas normal **les galères dans les transports**  
surtout pour les gens avec un handicap !

*Antonio et Jean-Christophe*

### Coups de cœur...

J'ose dire que **j'aime ranger la vaisselle**  
ou bien **étendre le linge** !

Cela me permet d'aider...

Pour faire la cuisine, j'aime participer  
mais ce que je préfère c'est **être accompagné**

*Olivier*



Pour nous qui sommes en situation de handicap nous vivons des agressions, nous ressentons de la violence. Malgré les possibilités de se plaindre dans notre société, quand on vit avec le handicap la difficulté pour le dire reste réelle et pour nous **Violence** **Agressivité** sont tabous.

Un autre tabou ressenti : les grands thèmes actualités comme :

Écologie  
Politique  
Immigration etc...

Quand nous participons à des réunions dites "en société" eh bien comme nos pensées, nos paroles sont parfois excessives et par conséquent cela peut être mal perçu, donc soit on ne parle pas ou même on nous dit de nous taire.

Trouver un emploi pour une personne avec un handicap, c'est encore un peu tabou de dire "Je cherche du travail".

**Nous ne sommes pas pris au sérieux.**

Le handicap visible reste mieux compris que nous qui vivons la situation du handicap invisible dans notre quotidien.

Un peu tabou..... cette situation..... NOUS OSONS LE DIRE !



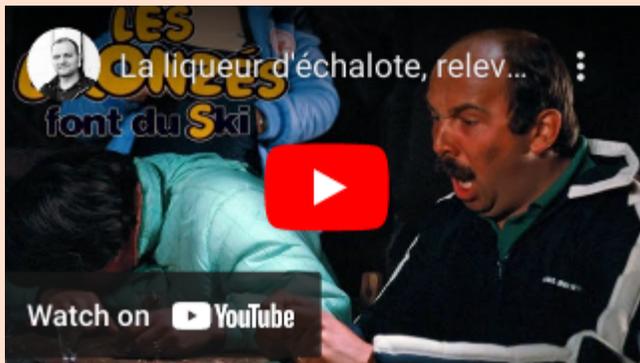


GEM Le Canal

**Oser dire la Joie : les copains, la famille, un bon repas !**



<https://youtu.be/l1Ti9bl8MjU>



<https://youtu.be/pVISSK7eYSU>

**une bonne bière  
un beau match de rugby  
dans les gradins**

**Oser dire le manque  
avec Louane**



[https://youtu.be/yo-CCYzm\\_SQ](https://youtu.be/yo-CCYzm_SQ)

ABBAS, CLAUDE, FRANÇOIS, MARC ET OLIVIER

ÉCRIVEZ-NOUS À [CONTACT.GEMPANTIN@GMAIL.COM](mailto:CONTACT.GEMPANTIN@GMAIL.COM)



## **J'ose dire : quel bonheur un concert de flamenco au premier rang !**



## **avec Rosalia, oser dire Dieu "même s'il fait nuit"**



*ABBAS, CLAUDE, FRANÇOIS, MARC ET OLIVIER*

*ÉCRIVEZ-NOUS À CONTACT.GEMPANTIN@GMAIL.COM*



## **STOP au NON-STOP** **!**

Je voudrais pousser un coup de gueule contre les chaînes d'info en continu.

Pour ma part, lorsque j'ai vu ou entendu une information, je n'ai pas besoin qu'elle me soit répétée à longueur de journée, surtout lorsqu'il s'agit de la guerre en Ukraine ou d'autres évènements dramatiques.

Du coup, je change de canal tv !

Si personne ne regardait les chaînes d'info, celles-ci travailleraient pour rien.

*Olivier M.*

*UNE QUESTION ? UNE RÉPONSE ?*

*ÉCRIVEZ-NOUS À [CONTACT.GEMPANTIN@GMAIL.COM](mailto:CONTACT.GEMPANTIN@GMAIL.COM)*



Nous allons commencer en étant sincère avec vous. Nous osons vous le dire, à la lecture du sujet nous étions pas très inspiré...Nadine elle l'était pour nous tous et a écrit un pertinent, émouvant et chouette texte pour commencer :

***Mais je suis là !***

Je suis cérébrolésée à la suite d'un AVC. Mais...pas seulement.. Je suis aussi dyspraxique, dyscalculique, dysgraphique..et TDAH...eh oui.

Je suis cérébrolésée depuis 2009...Les autres troubles, je les ai découvert au début de ma scolarité..c'est-à dire il y a un certain temps....Au départ, les adultes croyaient que j'étais paresseuse...négligente...J'étais celle qui se tachait, qui salissait, qui perdait tout quand elle ne se perdait pas elle même dans les couloirs...Et comme je n'évaluais pas les distances je me cognais partout...Bref..Et j'avais toujours l'air de « faire exprès »...

Jusqu'au jour où, alors que j'étais en dernière année de maternelle une institutrice s'en est alarmée...en a parlé à mes proches et c'est ainsi que j'ai subi une batterie de test...Les résultats ont révélé que oui, quelque chose n'allait pas...Mais à cette époque, (1967) on ne savait pas ou peu ce qu'était la dyspraxie...Plus tard on a su qu'elle était du type visuo-spatio-temporel...Non je ne faisais pas exprès de me tacher, de me cogner, de perdre mes objets, de me perdre...Non je n'étais pas paresseuse....

J'ai été rééduquée, au CMPP de Saint-Brieuc. Excellente rééducation mais pas suffisamment ciblée puisqu'on ne savait pas ce qu'était la dyspraxie...Mes proches m'ont aidé...j'ai fini non sans mal par faire ma scolarité (j'ai passé quelques années en classe spécialisée) et obtenir mon baccalauréat..à 21 ans bien sûr...Puis je me suis inscrite en fac de droit (un an) et en fac de psycho, mais après la licence, j'ai arrêté mes études.

Je suis entrée dans l'administration par le biais d'un examen réservé aux travailleurs handicapés (j'avais ma RTQH)...Ensuite j'ai suivi mon ptit bonhomme de chemin...sans trop de mal...mais un jour je me suis mise à avoir des crises d'angoisse..ça devenait épuisant. J'ai suivi une thérapie comportementale et cognitive...et le médecin qui s'occupait de moi a découvert que je n'étais pas seulement dyspraxique mais que je souffrais d'un TDAH...j'ai reçu un traitement qui m'a aidée ...et un jour...paf ! Retour à la case départ....AVC, lésion cérébrale et comme de bien entendu, retour des troubles, au grand galop !!!

Chose étonnante, j'ai très bien vécu ma rééducation à l'hôpital...Eh oui, pour moi c'était du déjà-vu ! Je savais grosso-modo m'y prendre et les choses avaient évolué depuis 1967 !!

Lorsque j'étais enfant, je vivais constamment dans l'anxiété..Je m'endormais avec mes soucis, je me réveillais avec mes soucis...j'avais de gros troubles du sommeil..et sans cesse je pensais à ce que je n'avais pas fait, pas dit ou mal dit ou mal fait....Un enfant dyspraxique, ça n'est certainement pas un cadeau pour les parents...Plus d'une fois j'ai entendu se plaindre des parents, disant qu'ils en avaient assez de gérer...Je leur expliquais mon ressenti et souvent, ils ont été très étonnés devant mes mots...Très étonnés de voir que leur enfant ressassait encore et toujours...Beaucoup de papa et de maman m'ont dit que ça leur avait fait du bien d'entendre mes mots...

La lésion cérébrale, non, ça n'est pas non plus un cadeau...J'appréhendais la sortie d'hôpital de toutes mes forces...D'ailleurs la phrase que je répète le plus souvent dans les transports, ou au restau c'est « pardon, excusez-moi »...et hélas souvent, je ne suis ni pardonnée, ni excusée...

Lorsque j'ai repris mon travail, au bout de trois ans d'arrêt, j'ai compris que rien ne serait plus pareil...J'ai travaillé deux ans et ensuite je me suis retrouvée placardisée....par bonheur je ne suis pas seule j'ai un compagnon que j'ai rencontré lors d'une sortie associative...Nous sommes retraités tous les deux, nous faisons partie de l'AFTC et du GEM La Boussole....Et croyez-le ou non ça vous donne une force terrible !!

Nadine C.

\*  
\*\*

Mais nous les autres du gem la Boussole, nous nous sommes dits que nous pouvions aussi y participer tout de même...

Alors osez le dire mais quoi ? Nous allons donc vous proposer un fourre tout, un cabinet de curiosité de ce qui nous passe par la tête...enfin pas tout nous vous rassurons...par contre sûrement avec des fautes, on a osé, ou pas !

La suite .....à la prochaine page

***Donc on ose dire que :***

...Que la société est trop souvent injuste, que l'humain fait n'importe quoi avec la planète, qu'on vit dans trop de plastique (reportage sur LCP <https://lcp.fr/programmes/cher-plastique-une-histoire-d-amour-toxique-137706> ) et pourtant on aime jouer au Lego (en photo le véhicule improbable symbole de l'absurdité humaine par Zitoun)



...Que moi le sport ça me passionne...j'aimais en faire beaucoup et maintenant, bin j'en fait plus du tout. Il y a la danse mais il faut s'entraîner beaucoup pour que ça rentre...sinon en fait j'aime les directs...je les suis par tout les moyens, internet, télévision... les scores et matchs. Mais surtout ceux des français et quel que soit le sport. Et bien sur quand je dis français j'inclus aussi les françaises. Je peux me lever très tôt et me coucher très tard pour suivre tout ça...

...Que cela serait bien que l'amour règne parmi les hommes mais que ce n'est pas le cas...que la femme est l'égale de l'homme, ce qui était le cas au début (article issu d'un reportage visionné <https://information.tv5monde.com/terriennes/le-role-des-femmes-la-prehistoire-chasseuses-peintres-guerrieres-382233> )...mais maintenant ???

...Que fait Sheila ici ?



Comme elle est ma chanteuse préférée, elle est là..elle chante bien, elle danse bien avec ses danseurs, elle fait des albums, des dvd...et j'ose le dire j'aurais bien été au restaurant avec elle et croyez le ou non rien de plus. Ça a failli se faire, si si c'est vrai, vous n'avez qu'à demander à Papa...mais elle a eu empêchement au dernier moment.

...Que le superficiel est trop prépondérant, que l'argent mène le monde, qu'on avait peut être un traitement pour le covid mais qu'il fallait sûrement lancer les vaccins plus lucratif (mais pour qui?) (reportage sur ARTE <https://www.youtube.com/watch?v=QRw2hEW2rO0> ),

...Qu'un mois d'octobre chaud et beau c'est quant même très agréable. Se balader en tee-shirt en cette saison c'est ouf...mais aussi ouf pour la planète qui se réchauffe grâce à nous (résumé en 3 fiches du rapport du GIEC : <https://pour-un-reveil-ecologique.org/fr/articles/10-points-cles-giec-ar6-wg3/> ). On aurait tout ce qu'il faut pour être tous bien mais que pas assez de « grand-chose » n'est fait.

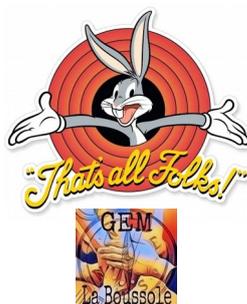
...Et que puisqu'on est laïc, on peut s'intéresser à l'épopée de Gilgamesh. Rédigé en akkadien dans la Babylonie du XVIIIe au XVIIe siècle av. J.-C. , cette histoire est écrite en caractères cunéiformes sur des tablettes d'argile. L'*Épopée* est un récit sur la condition humaine et ses limites, la vie, la mort, l'amitié, et plus largement un récit d'apprentissage sur l'éveil de son héros à la sagesse.

On peut y voir quelques inspirations pour l'écriture d'un livre très connu, nous vous laissons trouver lequel...

(l'histoire, traduite, est téléchargeable ici : [https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwig\\_YuqpL7AhUI5hoKHXsgDhEQFnoECA0QAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.kedistan.net%2Fwp-content%2Fuploads%2F2017%2F11%2Fepopee-de-gilgamesh-abad-azrie.pdf&usg=AOvVaw1eIL-GyXUhmYSFvuU32hX5](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwig_YuqpL7AhUI5hoKHXsgDhEQFnoECA0QAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.kedistan.net%2Fwp-content%2Fuploads%2F2017%2F11%2Fepopee-de-gilgamesh-abad-azrie.pdf&usg=AOvVaw1eIL-GyXUhmYSFvuU32hX5) )

...Et que l'on aurait encore pleins de choses à dire mais comme on est pas en avance on va s'arrêter là...ah le temps, on en a pas encore assez, on en a pas encore percé les secrets...

On a osé vous dire tout ça nous, les gémos du GEM La Boussole



# CONTACTS

## *GEM TC / CL Ile-de-France*

### **GEM Loisirs et Progrès**

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 des Remparts**

9 rue Longperrier – 77100 Meaux  
Tél : 06 98 19 64 76

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

### **GEM Le Cap**

20 rue Vieille Forge – 92170 Vanves  
Tél : 09 53 96 32 00 – 07 67 64 59 99

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

### **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 Les Colibris de Rungis**

7 rue Walter Gropius – 94150 Rungis  
Tél : 01 82 96 00 35 - 06 49 87 23 24

[gem.colibris@simondecyrene.org](mailto:gem.colibris@simondecyrene.org)

### **GEM O'Pluriel**

18 boulevard de la Paix – 95800 Cergy  
Tél : 06 23 89 36 39

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

### **GEM La Boussole**

10 rue Erard – 75012 Paris

Tél : 01 53 44 70 35

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

### **GEM La Brie**

10 rue Marceline Leloup -77176 Savigny-le-Temple

Tél : 06 56 82 89 12

[gemlabrie77@gmail.com](mailto:gemlabrie77@gmail.com)

### **GEM Versailles Yvelines**

24 rue du Maréchal Joffre -78000 Versailles

Tél : 06 80 44 74 99

[animationgvy78@gmail.com](mailto:animationgvy78@gmail.com)

### **GEM sur Seine**

5 allée Jean-Baptiste Lamarck - 92000 Nanterre

Tél : 07 69 26 86 25

[contact.gemnanterre@gmail.com](mailto:contact.gemnanterre@gmail.com)

### **GEM Le Canal**

5 avenue Anatole France – 93500 Pantin

Tél : 06 51 50 33 25

[contact.gempantin@gmail.com](mailto:contact.gempantin@gmail.com)

### **GEM Chez Godot**

62 rue Pierre Brossolette – 95200 Sarcelles

Tél : 07 88 37 48 02

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



AFTC IdF / Paris



Gem Versailles Yvelines

