

## OÙ TROUVER NOS CENTRES ?

### Grand Lausanne

Rue de la Borde 25 - CP 6339  
1002 Lausanne  
T: 021 643 16 00  
info@graap.ch

### Le Cybermag

Site de Cery  
1008 Prilly  
T: 021 643 16 85  
info@graap.ch

### La Rive

Rue du Mûrier 1  
1820 Montreux  
T: 021 643 16 40  
info@graap.ch

Dès l'automne 2019

### La Cour

Quai de la Veveyse 4  
1800 Vevey  
T: 021 643 16 40

### La Berge

Route de Divonne 48  
1260 Nyon  
T: 021 643 16 60  
info@graap.ch

### La Roselière

Rue de la Roselière 6  
1400 Yverdon-les-Bains  
T: 021 643 16 70  
info@graap.ch

graphisme: monokini.ch

Pour plus d'infos,  
une adresse:  
[www.graap.ch](http://www.graap.ch)



VOUS VOULEZ CONTRIBUER  
À AMÉLIORER LA SANTÉ MENTALE  
DANS LA SOCIÉTÉ?

VOUS VIVEZ AVEC DES  
TROUBLES PSYCHIQUES  
OU ÊTES PROCHE  
D'UNE PERSONNE  
CONCERNÉE?

VOUS PENSEZ  
QUE L'ENTRAIDE NOUS  
REND PLUS FORTS?

LE GRAAP-FONDATION  
VOUS ACCUEILLE DANS UN ESPRIT  
D'ENTRAIDE, DE SOLIDARITÉ  
ET D'ÉQUIVALENCE



NOUS VOUS PROPOSONS

- Des activités de loisirs favorisant les liens sociaux et les rencontres
- Un soutien et une orientation dans l'élaboration et la concrétisation de votre projet social ou professionnel
- Des interventions à domicile et un accompagnement pour maintenir des liens sociaux
- Des activités donnant la possibilité à chacun d'exercer ses talents et de développer ses compétences, notamment dans le domaine professionnel
- Un programme de formations continues ou personnelles
- Des actions communautaires permettant à chacun de s'investir en tant que citoyen, de promouvoir ses droits et de contribuer à la déstigmatisation de la maladie psychique
- De l'information et de la documentation

DES PERSONNES CONCERNÉES  
ET DES PROFESSIONNELS  
VOUS OFFRENT  
LEURS EXPERTISES

NOS PRESTATIONS

- Un service de conseil social
- Des groupes de parole favorisant l'entraide et l'échange d'expériences
- Des ateliers de travail adaptés et diversifiés
- Des restaurants ouverts au public
- Des animations culturelles, ludiques et sportives
- Des lieux d'accueil en libre accès
- Une garderie d'intégration
- Un congrès, des conférences et des débats
- Un magazine de santé mentale

Témoignage

« Durant vingt ans, j'ai accompagné la souffrance des autres. Et là, c'est moi qui craque. Je dois apprendre à prendre soin de moi-même. Je découvre un don, l'écriture. Mais je m'isole, vivant avec mes personnages. Ma psychiatre m'invite à contacter le Graap. Je prends mon courage à deux mains. Je m'y sens rapidement à l'aise. Après quelques mois, je coanime des activités artistiques, de jeux. Je reprends confiance en moi, me sens à l'aise avec les autres. Je peux m'affirmer en tant qu'individu. Et l'écriture dans tout ça? À ce jour, j'ai publié trois ouvrages pour la jeunesse. C'est ma plus grande fierté. »

M. H.