


Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	vendredi
<p>1 Férial</p>	<p>2 Permanence Escale De 14h à 16h aux Possibles</p> <p>Atelier « Tricote ta ville » de 14h à 16h au Grand Nord</p>	<p>3 Séance Do'in-Gym douce- Méditation Avec Diane adhérente aux Possibles à 10h15 Présence sur le salon de l'autisme à Mayenne</p>	<p>4 Atelier P(r)ose tes mots à 10h aux Possibles</p> <p>Le Jeudi du BREAK A Brossolette de 14h à 16h</p> <p>Atelier « Tricote ta ville » de 16h30 à 18h30 au Grand Nord</p>	<p>5</p>  <p>Atelier « Projets solidaires » à l'association Les Possibles de 9h à 12h</p>
<p>8</p> <p>Séance « Do'in-Gym douce- Méditation » Avec Diane adhérente aux Possibles de 10h à 11h15</p> <p>Espace rencontres aux Possibles de 14 à 17h (Belote, scrabble, autres et échanges sur l'actualité)</p>	<p>9 Permanence Escale De 14h à 16h aux Possibles</p> <p>Atelier « Tricote ta ville » de 14h à 16h au Grand Nord</p>	<p>10</p> <p>Séance Do'in-Gym douce- Méditation aux Possibles à 10h15</p> <p>Sophie Absente</p>	<p>11</p> <p>Le Jeudi du BREAK Maison des familles de Brossolette de 14h à 16h</p>	<p>12</p> <p>Atelier « Projets solidaires » à l'association Les Possibles de 9h à 12h</p>
<p>15</p> <p>Séance Do'in-Gym douce- Méditation aux Possibles de 10h à 11h15</p> <p>Espace rencontres aux Possibles de 14 à 17h (Belote, scrabble ...et échanges sur l'actualité)</p>	<p>16</p> <p>Permanence Escale De 14h à 16h aux Possibles</p>	<p>17</p> <p>Séance Do'in-Gym douce- Méditation aux Possibles à 10h15</p> <p>Assemblée générale Association les Possibles</p>	<p>18</p> <p>Vagabondage autour du livre au café le <u>Rendez vous</u> à 10h</p> <p>Le Jeudi du BREAK Maison des familles de Brossolette de 14h à 16h</p>	<p>19</p> <p>Atelier « Projets solidaires » à l'association Les Possibles de 9h à 12h</p>
<p>22</p> <p>Séance Do'in-Gym douce- Méditation aux Possibles de 10h à 11h15</p> <p>Espace rencontres aux Possibles de 14 à 17h (Belote, scrabble...)</p>	<p>23</p> <p>Permanence Escale De 14h à 16h aux Possibles</p>	<p>24</p> <p>Séance Do'in-Gym douce- Méditation aux Possibles à 10h15</p>	<p>25 Atelier CPIE*, Salle <u>Coluche</u> de 9h30 à 11h30</p> <p>Le Jeudi du BREAK Maison des familles de Brossolette de 14h à 16h</p>	<p>26</p> <p>Atelier « Projets solidaires » à l'association Les Possibles de 9h à 12h</p>
<p>29 Séance Do'in-Gym douce Méditation aux Possibles de 10h à 11h15</p> <p>Espace rencontres aux Possibles de 14 à 17h</p>	<p>30</p> <p>Permanence Escale De 14h à 16h aux Possibles</p>			

L'Escale



Espace de découvertes et d'initiatives

C'est un lieu d'échanges, ouvert à tous afin de faciliter une ouverture sur la vie locale et valoriser les capacités de chacun.

Informations

Comme pour toute association, **la carte d'adhésion est obligatoire** pour participer à toute activité de l'association Les Possibles y compris pour l'Escale. Elle garantit une assurance civile et elle affirme un acte citoyen et de soutien au projet social de l'association. C'est aussi la possibilité de participer à l'Assemblée Générale et de contribuer au fonctionnement de l'association.

Association « Les possibles »

44 place Gambetta, 53100 Mayenne

Contact

Sophie Charrier, chargée d'insertion sociale

☎ 02 43 04 22 93 / 06 08 02 26 33

s.charrier@lespossibles.org

www.lespossibles.org

<https://www.facebook.com/lespossibles53>

Soutenu financièrement par :



Atelier proposé par le CPIE

de 9h30 à 11h30.

Inscription à l'accueil des Possibles.

Limité à 9 personnes

Une deuxième séance de Do'in- gym douce-méditation est proposée le mercredi à 10h15 salle Coluche. L'idée est de permettre à de nouvelles personnes de bénéficier de ces séances. Si vous êtes intéressés, il faudra prendre rendez-vous au préalable avec Laurie, Marie- Hélène ou moi avant de venir assister à une première séance. Liste d'attente en cours.

Projet « **Tricote ta Ville** » **Automne /hiver 2024**, l'objectif est d'embellir notre ville en recouvrant les arbres grâce à l'assemblage de morceaux de laine aux couleurs variées et lumineuses. Tout le monde peut participer. Amateur de tricot ou débutant. Rendez-vous chaque mois au Grand Nord le premier mardi de 15h à 17h et le jeudi de 16h30 à 18h30 pour tricoter. Des pelotes de laine sont laissées à disposition dans le hall de l'association les Possibles, au Grand Nord et à la mairie de Mayenne.

Les ateliers « solidaires » Il s'agit de confectionner des objets avec des matériaux récupérés pour les vendre afin de constituer une cagnotte solidaire, ou pour les donner au profit d'une association. C'est aussi participer à la réflexion solidaire, pour ceux qui sont, pas ou moins manuels.

Pensez à consulter le programme mensuel de l'association à l'accueil des Possibles.

Si vous avez besoin qu'on le parcourt ensemble, n'hésitez pas à me faire appel.

Sophie