



L'Arc-en-ciel



## 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

La carte d'adhésion est obligatoire pour participer à toute activité de l'association. 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 : Patricia Conan, animatrice sociale**  
02 43 04 22 93 – 06 74 89 91 00  
p.conan@lespossibles.org

[www.lespossibles.org](http://www.lespossibles.org)

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

**Lieu de rencontre: Lundi matin - tous les départs pour déplacement**  
**Maison Chevrier – route de Couterne**  
**53110 Lassay les Châteaux**

**Si vous êtes intéressé.e par une activité et que vous n'avez pas la possibilité de vous y rendre, n'hésitez pas à me contacter.**

**Soutenu financièrement par :**



Bonjour à tous,

Que vous soyez un habitué ou que vous souhaitiez nous rejoindre pour la première fois, votre présence sera très appréciée !

ORGANISÉ PAR LES POSSIBLES ET L'ASSOCIATION ALMA 53

**GRATUIT**

*"Aidez-moi, un peu, beaucoup mais pas trop"*

**JEUDI 03 OCTOBRE 2024**  
Accueil dès 14h au Théâtre de Mayenne

L'association ALMA 53 et Les Possibles en partenariat avec les acteurs du territoire vous proposent un spectacle élaboré à partir de témoignages

Inscriptions auprès des Possibles  
02 43 04 22 93  
44 Place Gambetta, 53100 Mayenne

- 14h30 : un spectacle sur le grand âge et la dépendance par la compagnie Ophélie
- 16h : Echange avec le public et les acteurs du territoire
- 16h à 17h30 : Pot de l'amitié offert en présence des dispositifs existants

clé Ophélie

LA MAYENNE DÉPARTEMENT

La Compagnie Oh l propose








**Les contrées ordinaires #6**  
Festival des arts de la parole

En tournée du 25 sept au 17 oct  
Dans toute la Mayenne

**Le festival**  
18 et 19 oct 2024  
La Chapelle au Ribou

Festival accessible • • • • • Restauration sur place  
Réservation conseillée • Infos : [www.olivertedra.net](http://www.olivertedra.net)

A très bientôt,  
Patricia

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>30/9</p> <p>A Lassay à Chevrier Espace Rencontre de 9h30 à 11h30</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Jeux de connaissance</li> <li>Couture porte-cartes à jouer</li> </ul>	<p>1</p> <p>Départ de Chevrier à 16h45 Retour vers 19h15</p> <p>Atelier déco à la Chapelle au Riboul pour les Contrées Ordinaires </p>	<p>2</p> <p>A la salle Multisport à Lassay 9h15-10h15</p> <p>Sport physique adapté reprise</p>	<p>3</p> <p>Départ de Chevrier à 13h45 Retour vers 18h00</p> <p>Pièce de théâtre "Aidez-moi, un peu, beaucoup, pas trop" </p>	<p>4</p>
<p>7</p> <p>A Lassay à Chevrier Espace Rencontre de 9h30 à 11h30</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Atelier jeux de société</li> <li>Caligraphie 5 €/pers </li> </ul>	<p>8</p> <p>Départ de Chevrier à 16h45 Retour vers 19h15</p> <p>Atelier déco à la Chapelle au Riboul pour les Contrées Ordinaires </p>	<p>9</p> <p>A la salle Multisport à Lassay 9h15-10h15</p> <p>Sport physique adapté</p> <p>Salle du couvent 9h-12h 13h-17h Conduite &amp; Co  10 €/pers</p>	<p>10</p>	<p>11</p>
<p>14</p> <p>A Lassay à Chevrier Espace Rencontre de 9h30 à 11h30</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Atelier jeux de société</li> <li>Caligraphie</li> </ul>	<p>15</p> <p>Départ de Chevrier à 16h45 Retour vers 19h15</p> <p>Atelier déco à la Chapelle au Riboul pour les Contrées Ordinaires </p>	<p>16</p> <p>A la salle Multisport à Lassay 9h15-10h15</p> <p>Sport physique adapté</p> <p>Départ de Chevrier à 13h15 Retour vers 17h00</p> <p>Visite de la safranière A Gesvres </p>	<p>17</p>	<p>18 – 19</p> <p>Festival "LES CONTREES ORDINARES" à la Chapelle au Riboul</p>
<p>21</p> <p>EDI FERME</p>	<p>22</p> <p>EDI FERME</p>	<p>23</p> <p>EDI FERME</p>	<p>24</p> <p>EDI FERME</p>	<p>25-26-27</p> <p>Bourses aux vêtements Mayenne</p>
<p>28</p> <p>EDI FERME</p>	<p>29</p> <p>EDI FERME</p>	<p>30</p> <p>EDI FERME</p>	<p>31</p> <p>EDI FERME</p>	



Ce logo précise qu'il faut vous inscrire pour participer à l'activité une semaine avant