

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	vendredi
<p><b>2</b></p> <p>Pas de « Do'in »</p> <p><b>Espace rencontres aux Possibles</b> de 14 à 17h (Belote, scrabble, autres et échanges sur l'actualité)</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Permanence de 14h à 16h</b> Aux Possibles</p>	<p><b>4</b></p> <p><b>Séance « Do'in »</b> aux Possibles de 10h15 à 11h15</p>	<p><b>5</b></p> <p><b>Le Jeudi du BREAK</b> A Brossolette de 14h à 16h</p>	<p><b>6</b></p> <p><b>Installation sur le Marché de Noël Mayenne sur le temps des ateliers solidaires</b></p> <p>Présence sur le marché de Noël du 6 au 8 décembre</p>
<p><b>9</b></p> <p><b>Séance « Do'in »</b> Avec Diane adhérente aux Possibles de 10h à 11h</p> <p><b>Espace rencontres aux Possibles</b> de 14 à 17h (Belote, scrabble, autres et échanges sur l'actualité)</p>	<p><b>10</b></p> <p><b>Permanence de 14h à 16h</b> Aux Possibles</p>	<p><b>11</b></p> <p><b>Séance « Do'in »</b> aux Possibles de 10h15 à 11h15</p>	<p><b>12</b></p> <p><b>Atelier P(r)ose tes mots</b> à 10h aux Possibles</p> <p><b>PAS de Jeudi du BREAK</b></p>	<p><b>13</b></p> <p><b>Atelier solidaire</b> à l'association Les Possibles de 9h à 12h en autonomie</p>
<p>• <b>Préparation repas de fin d'année</b></p>				
<p><b>16</b></p> <p><b>Séance « Do'in »</b> Avec Diane de 10h à 11h</p> <p><b>Espace rencontres aux Possibles</b> de 14 à 17h (Belote, scrabble, autres et échanges sur l'actualité)</p>	<p><b>17</b></p> <p><b>Permanence de 14h à 16h</b> Aux Possibles</p>	<p><b>18</b></p> <p><b>Séance « Do'in »</b> aux Possibles de 10h15 à 11h15</p>	<p><b>19</b></p> <p><b>Vagabondage autour du livre</b> au café le <u>Rendez-vous</u> à 10h</p> <p><b>Le Jeudi du BREAK</b> A Brossolette de 14h à 16h</p>	<p><b>20</b></p> <p><b>Atelier solidaire</b> à l'association Les Possibles de 9h à 12h</p>
<p><b>23</b></p> <p><b>Séance « Do'in »</b> Avec Diane de 10h à 11h A confirmer</p>	<p><b>24</b></p>	<p><b>25</b></p> <p><b>Féié</b></p>	<p><b>26</b></p> <p>Fermeture Les Possibles</p>	<p><b>27</b></p> <p>Fermeture Les Possibles</p>
<p><b>Sophie en congés du 23 au 3 janvier 2025 inclus</b></p>				
<p><b>30</b></p> <p>Fermeture Les Possibles</p>	<p><b>31</b></p> <p>Fermeture Les Possibles</p>	<p><b>1<sup>er</sup></b> <b>Janvier</b> <b>2025</b> Féié</p>	<p><b>29</b></p> <p>Fermeture Les Possibles</p>	<p><b>30</b></p> <p>Fermeture Les 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](http://www.lespossibles.org)

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

**Soutenu financièrement par :**



Pour accéder à l'application SILIA :



L'application Silia vous permet d'avoir facilement accès chaque mois au programme de l'association avec mise à jour des nouveautés.

Si besoin d'aide pour l'installer, prendre rendez-vous avec Valentin Robin, conseiller numérique à l'association les Possibles au 07 85 54 43 72

A noter une **réunion de présentation le mardi 7 janvier à 14h aux Possibles**, des futurs ateliers « **La vie en rose : comment Gérer son stress et ses émotions** », ateliers destinés aux seniors, qui demandent un engagement sur 6 séances de 2h, de janvier à mars 2025. Ces ateliers seront animés par Anne Leroyer, professionnelle à l'IREPS (Institut régional d'éducation pour la santé) et en ma présence. Dates : Mardi 21 janvier et 28 janvier, lundi 24 février, mardi 4 mars, lundi 10 mars et mardi 18 mars 2025. Pour plus d'informations demander le flyer et ne pas hésiter à me questionner.

Pensez à consulter le programme mensuel de l'association à l'accueil des Possibles ou sur l'application SILIA. Si vous avez besoin qu'on le parcourt ensemble, n'hésitez pas à me faire appel.

Je vous souhaite à tous de belles fêtes de fin d'année  
Et vous remercie pour tous les bons moments partagés sur cette année 2024.

Sophie