

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	vendredi
		1 Férié	2	3
6 Séance « Do'in » Avec Diane adhérente aux Possibles de 9h45 à 10h45 Espace rencontres aux Possibles de 14 à 17h (Belote, scrabble, autres et échanges sur l'actualité)	7 14 h – Réunion d'information « La vie en rose : comment gérer son stress et ses émotions » Avec Promotion santé – atelier sénior.	8 Séance « Do'in » aux Possibles de 10h15 à 11h15	9 Le Jeudi du BrEAK A Brossolette de 14h à 16h Avec Noémie	10 Atelier solidaire à l'association Les Possibles de 9h à 12h Rencontre J'handi+ A 17h30 aux possibles Samedi 11 janvier 2025 Galette des rois de l'association A 14h s'inscrire
13 Séance « Do'in » Avec Diane adhérente aux Possibles de 10h à 11h Espace rencontres aux Possibles de 14 à 17h (Belote, scrabble, autres et échanges sur l'actualité)	14 Rendez-vous à 18h45 devant le théâtre Rencontre programmée au Théâtre de Mayenne à partir de 19h « Prendre soin de sa santé mentale au quotidien » S'inscrire auprès d'Isabelle	15 Séance « Do'in » de 10h15 à 11h15 Permanence Escale de 9h à 11h30 Aux Possibles	16 Atelier P(r)ose tes mots à 10h aux Possibles Le Jeudi du BrEAK à Brossolette de 14h à 16h	17 Atelier solidaire à l'association Les Possibles de 9h à 12h
20 Séance « Do'in » Avec Diane de 10h à 11h Espace rencontres aux Possibles de 14 à 17h (Belote, scrabble, autres et échanges sur l'actualité)	21 1 ^{er} Atelier « La vie en rose : comment gérer son stress et ses émotions ? » A 14h aux Possibles Atelier sénior - sur inscription	22 Séance « Do'in » de 10h15 à 11h15 Permanence Escale de 9h à 11h30	23 Le Jeudi du BrEAK à Brossolette de 14h à 16h	24 Atelier solidaire à l'association Les Possibles de 9h à 12h
27 Séance « Do'in » Avec Diane de 9h45h à 10h45 Espace rencontres aux Possibles de 14 à 17h (Belote, scrabble, autres et échanges sur l'actualité)	28 2 ^{ème} Atelier « La vie en rose : comment gérer son stress et ses émotions ? » A 14h aux Possibles Atelier sénior - sur inscription	29 Séance « Do'in » de 10h15 à 11h15 Permanence Escale de 9h à 11h00 Aux Possibles	30 Vagabondage autour du livre au café le Rendez-vous à 10h Le Jeudi du BrEAK A Brossolette de 14h à 16h	31 Atelier solidaire à l'association Les Possibles de 9h à 12h

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 :



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

Très bonne année à chacun de vous.

Une nouvelle année, des ateliers qui se maintiennent, d'autres qui apparaîtront en fonction des opportunités qui nous seront offertes.

Une année qui sera aussi marquée par l'écriture du projet social 2026-2030 de l'association Les Possibles auquel vous serez associés.

Une année que je l'espère sera sous la bannière de la possibilité d'agir sur ce qui est important pour chacun de nous, nos proches, avec du vivre ensemble, de la solidarité, une pointe de créativité, d'innovation et d'intelligence collective.



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.

Sophie