



Lundi

5
Espace rencontres de
14 à 17h

12
Espace rencontres de
14 à 17h

19
Espace rencontres de
14 à 17h

26
Espace rencontres de
14 à 17h

Mardi

6
Permanence
de 14 h à 16h

13
Permanence
de 14 h à 16h

20
Permanence
de 14 h à 16h

27
Permanence
de 14 h à 16h

Mercredi

7
Atelier P(R)Ose tes mots
A partir de 9h30 aux possibles

14
Atelier
A vos marques, santé,
motivé
Rendez vous à 9h00
Sur inscription et priorité aux
35-50ans

21
Atelier P(R)Ose tes mots
A partir de 9h30 aux possibles

28
Alimentaire mon cher
Watson !
à 9h00
(le contenu de la séance sera
diffusé ultérieurement)

Jeudi

1
Férialé

8
Atelier autour du livre
A 10h à l'association Les Possibles

Présence sur le Jeudi du BREAK
à Brossolette de 14h à 16h

15
Atelier Chant au conservatoire
9h15 aux Possibles ou 9h30 sur place

Présence sur le Jeudi du BREAK
à Brossolette de 14h à 16h

22
Place aux palabres
A 10h dans le Hall des Possibles
Thème Le Smartphone, Un ami qui
vous veut du bien ?

Présence sur le Jeudi du BREAK
à Brossolette de 14h à 16h

29
Atelier Chant au conservatoire
9h15 aux Possibles ou 9h30 sur place

Présence sur le Jeudi du BREAK
à Brossolette de 14h à 16h

Vendredi

2
Congés

9
« Le sport autrement »
Séance de 9h à 10 h pour les personnes
inscrites sur une formation et/ou à la
recherche d'un emploi (Il reste des places,
vous avez toujours la possibilité de vous inscrire)
Séance de 10h à 11h30 pour le groupe déjà
constitué/ complet

16
« Le sport autrement »
Séance de 9h à 10h
Séance de 10h à 11h30

23
« Le sport autrement »
Séance de 9h à 10h
Séance de 10h à 11h30

30
« Le sport autrement »
Séance de 9h à 10h
Séance de 10h à 11h30
Inter EDI écriture à Ernée (Info ultérieurement)

WEEK-END

Une permanence d'accueil est assurée tous les
samedis matin de 10h à 12h, en dehors des
congés scolaires, par les professionnels de
l'association « Les possibles ».



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 toutes les actions qu'elle mène dont 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 celle-ci.

Tarifs de la carte d'adhésion (valable du 1er septembre 2018 au 31 août 2019) : Renseignement à l'Association « Les possibles »

Site internet

www.lespossibles.org

Contact

Sophie Charrier, chargée d'insertion sociale

☎ 02 43 04 22 93 / 06 08 02 26 33

mail : s.charrier@lespossibles.org

Association **Les possibles**, 44 place Gambetta,
53100 Mayenne

L'atelier le sport autrement avec l'UFOLEP

Les séances de sport ont repris le 14 septembre

- Une première séance de 9h à 10h est réservée aux personnes inscrites sur une formation et/ou à la recherche d'un emploi et ne pratiquant pas d'activité sportive par ailleurs.
Il reste des places.
Pour information, pour participer à ces ateliers, il faut être adhérent à l'association et prévoir 12 € pour la licence UFOLEP
- La deuxième de 10h à 11h30 est proposée au groupe déjà constitué et complet

Un atelier sur **les bienfaits de l'activité physique** est programmé le mercredi 14 novembre à l'association les Possibles. Des étudiants infirmiers doivent dans le cadre de leurs études mener des actions en direction de différents publics. Cet atelier s'adressera plus particulièrement aux personnes dont l'âge oscille entre de 35 et 50 ans. Merci de vous inscrire rapidement auprès d'Isabelle (Places limitées).

L'atelier P(r)ose tes mots

Cet atelier est un atelier expression par l'écriture, co-porté avec les participants avec une première partie autour de jeux de mots et une deuxième sur de l'écriture.

Un Inter-Edi écriture est prévu sur la journée du 30 novembre à l'EDI de Ernée, plus d'informations ultérieurement.

Chaque mois le programme de l'association Les Possibles est à disposition de chacun à l'accueil, n'hésitez pas à le feuilleter.

Je reste à disposition de chacun de vous pour plus d'informations
Sophie