



**Important : Il est obligatoire de s'inscrire sur les activités**

## Lundi

4

Espace rencontre  
de 14h à 15h15  
ou  
de 15h30 à 16h45

18

Espace rencontre  
de 14h à 15h15  
ou  
de 15h30 à 16h45

25

Espace rencontre  
de 14h à 15h15  
ou  
de 15h30 à 16h45

## Mardi

5

Permanence  
Escale  
De 14 à 16h

19

Permanence  
Escale  
De 14 à 16h

26

Permanence  
Escale  
De 14 à 16h

## Mercredi

6

13

Accueil sur rendez vous de  
9h30 à 11h30 sur la  
maison de quartier de  
l'Angellerie

20

**Atelier avec Margaux**  
L'importance de  
consommer des fruits et  
légumes pour équilibrer  
son alimentation  
De 9h30 à 11h30 à  
l'Angellerie  
Complet

27

**Atelier avec Margaux**  
L'importance de  
consommer des fruits et  
légumes pour équilibrer  
son alimentation  
De 9h30 à 11h30 à  
l'Angellerie  
Complet

## Jeudi

7

14

**Atelier P(r) ose tes mots**  
De 10h à 11h30

**Jeudi du Break**  
De 14h à 15h30

21

**Atelier Vagabondage autour  
du livre**  
De 10h à 11h30

**Jeudi du Break**  
De 14h à 15h30

28

**Atelier P(r) ose tes mots**  
De 10h à 11h30

**Jeudi du Break**  
De 14h à 15h30

## Vendredi

8

15

**Proposition d'une marche**  
Rendez vous aux Possibles à 10h

22

**Atelier couture**  
de 13h30 à 15h30 à Brossolette

29

**Proposition d'une marche**  
Rendez vous aux Possibles à 10h

## WEEK-END

# 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.

**Tarifs de la carte d'adhésion (valable du 1er septembre 2020 au 31 août 2021) : Renseignement à l'Association « Les possibles »**

### Site internet

[www.lespossibles.org](http://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](mailto:s.charrier@lespossibles.org)  
Association **Les possibles**, 44 place Gambetta,  
53100 Mayenne

Bonjour,

Après cette année 2020 unique et singulière, je vous adresse mes meilleurs vœux pour cette nouvelle année.

Les risques sanitaires liés à la Covid étant toujours présents, nous faisons au niveau de l'Association notre possible pour maintenir le lien avec chacun de vous.

Pour ce mois ci, je vous propose un programme conditionné par le protocole suivant :

- L'inscription aux activités est obligatoire, soit directement auprès de moi ou à l'accueil des Possibles.
- Les plages horaires sont réduites
- Le nombre de personnes par activité limité à 5 personnes
- Pour information, personne n'est prioritaire, vous êtes tous légitimes à vous inscrire.

En plus des temps collectifs, je propose à nouveau des temps de permanence le mardi après midi aux Possibles et sur rendez-vous sur le quartier de Brossolette et de l'Angellerie.

L'accueil de l'association reste ouvert de 10h à 12h et de 14h à 16h, du lundi au vendredi.

N'hésitez pas à me joindre

- sur le 06 08 02 26 33 ( si vous tombez sur le répondeur, laissez moi un message et je vous rappellerai)
- ou sur mon adresse mail [s.charrier@lespossibles.org](mailto:s.charrier@lespossibles.org)

Au plaisir de vous croiser prochainement  
Cordialement  
Sophie

En attente de programmation au regard de l'évolution sanitaire :

- une série de 6 ateliers sur « Communiquer Autrement » avec Mme Bondu ( une réunion d'information est programmée le 17 février sous réserve)
- les ateliers Chant
- une reconduite et/ou prolongation de l'action menée par Margaux sur « Comment équilibrer son alimentation ? » en fonction de vos attentes
- la reprogrammation du troc aux plantes et autres en fonction de vos souhaits.