

# Laigné en Belin

A VOS AGENDAS !

## ÊTRE ÉCOUTÉ, SOUTENU ET ORIENTÉ

Entretiens de soutien et suivi psychologique sur rendez-vous avec notre Psychologue le mercredi.

Des partenaires vous proposent de l'information ou de la formation.

## ÉCHANGER ET PARTAGER

 **AUTOUR DU CHANT** de 14h à 15h30 collectif:

Thierry, Art-thérapeute vous invitent à partager un moment propice à l'échange autour du chant.

 **PERMANENCE**

Nous vous proposons des temps d'écoute et d'information. Sans inscription préalable

## PRENEZ SOIN DE VOUS

 **Atelier GYM SANTE collectif:**

Inscription à l'accueil ou par téléphone.

 **Atelier « BIEN-ETRE » individuel:**

réparti en module de 4 séances sur RDV avec Marie, notre socio-esthéticienne.

 **Atelier « Ressourcement » individuel:**

réparti en module de 4 séances sur RDV avec Guillaume, notre sophrologue.

## FEVRIER

	LUNDI 6/02	VENDREDI 17/02	JEUDI 23/02
10H30 / 12H30			
13H30 / 16H00			

## MARS 2023

	MERCREDI 1/03	MARDI 7/03	LUNDI 13/03	VENDREDI 24/03	JEUDI 30/03
10H30 / 12H30					
13H30 / 16H00					

Rencontres et activités  
**GRATUITES**

En cas de besoin, une solution d'accompagnement peut être proposée à la personne aidée durant vos activités. Veuillez nous contacter pour les modalités.

6/02/23 - 17/02/23 -  
23/02/23

1/03/23 - 7/03/23 -  
13/03/23 - 24/03/23 -  
30/03/23

1/02/23-7/02/23 - 13/02/23 -  
24/02/23

2/03/23 - 8/02/23 - 14/02/23 -  
20/03/23 - 31/03/23

2/02/23 - 8/02/23 -  
14/02/23 - 20/02/23

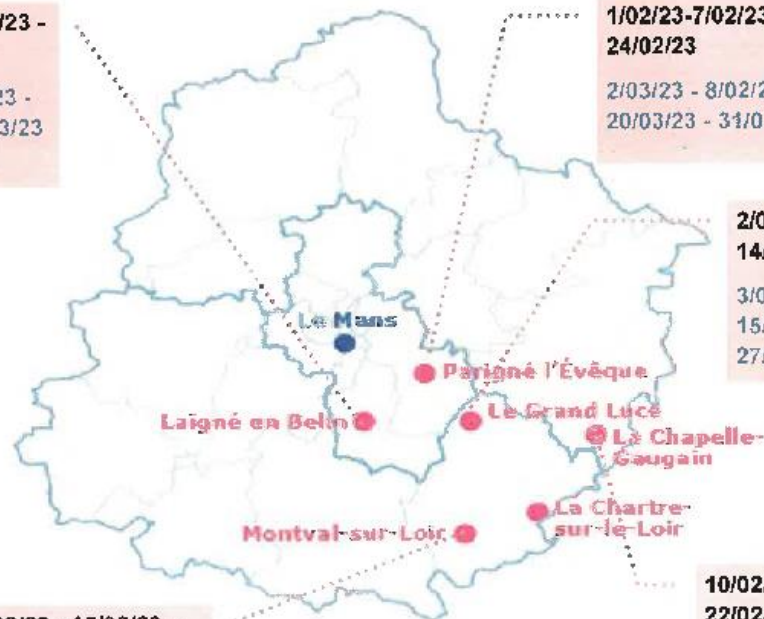
3/03/23 - 9/03/23 -  
15/02/23 - 21/03/23 -  
27/03/23

10/02/23 - 16/02/23 -  
22/02/23 - 28/02/23

13/03/23 - 17/03/23 -  
23/03/23 - 29/03/23

3/02/23 - 9/02/23 - 15/02/23 -  
21/02/23 - 27/02/23

1/0/03/23 - 16/03/23 - 22/03/23  
- 28/03/23



28 rue de la Solitude  
72000 Le MANS

Tél. : 07 89 21 35 17

accueilaidantbus@lareposance.net

<https://www.soutenirlesaidants.fr/plateforme-d-accompagnement-et-de-repit-itinerante-aidant-bus-72/le-mans>

Horaires d'accueil:

Une fois par semaine  
de 10h30 à 16h



# Planning

## Laigné en Belin

### Février / Mars

### 2023

**Ajdants**  
bus72  
RENDRE UN  
SOUSRIE À CEUX  
QU'ILS DONNENT