



Planning des ateliers et rencontres

En détail

A chaque mise à jour du planning, nous vous conseillons de vérifier les dates, lieux et horaires. Les informations qui manquent seront communiquées au fur et à mesure et nous irons découvrir de nouvelles communes. 😊

Les informations concernant l'Activité Physique Adaptée sont à suivre.

Rappel : pour les activités dont le nombre de participants est limité, l'inscription est obligatoire sur le **framadata** (cf « comment s'inscrire aux ateliers » en fin de document). Si vous n'y parvenez pas, contactez-nous par mail, sms ou téléphone. Il peut être bon de s'assurer de vos inscriptions en fermant le framadata puis en retournant dessus. Il semble qu'il y ait des couacs.

Et pensez à nous retourner votre **adhésion** si ce n'est pas déjà fait, merci. 😊

Date / horaires	lieu	activité	Infos
Lundi 12 mai 14h à 16h	Oiseau le Petit Centre social rue des Champs Roux	macramé	Avec Jessica Moreno Inscription obligatoire Nombre de participants limité à 10 L'association prévoit le fil de macramé, et d'autres petits matériels. Apporter les pots de fleurs dont vous voulez faire les suspensions ou autres matériels utiles pour réaliser votre projet.
Mercredi 14 mai à 14h	Bourg le Roi Place de la mairie	marCHE	Circuit de 3,9 km, dénivelé 30 m
Jeudi 15 mai		APA	
Dimanche 18 mai 10h à 12h	St Christophe le Jambet Place de la mairie	marCHE	
Mardi 20 mai		APA	
Jeudi 22 mai à 17h30	Piacé Place de la mairie	marCHE	Circuit de 3,59 km, dénivelé 25m Des œuvres d'art à découvrir le long du parcours
Vendredi 23 mai 14h30 à 16h	St Georges le Gaultier Salle des fêtes rue St Anne	Activité d'écriture	Intervenante : Céline Bourgouin (descriptif ci- dessous) Inscription obligatoire Nombre de participants limité à 10
Mardi 27 mai		APA	
Lundi 2 juin 15h à 17h	Sougé le Ganelon Salle des associations 6 rue de Paris	sophrologie	Intervenante : Emilie Rey Y Corral (affiche ci- dessous) Thème : visualiser la guérison Nombre de participants limité à 10 Inscription obligatoire
Jeudi 5 juin		APA	
Mardi 10 juin		APA	
Vendredi 13 juin 14h à 16h	Montreuil le Chétif Salle des associations	macramé	Voir au 12 mai

Lundi 16 juin 14h à 17h	Sougé le Ganelon Salle des associations 6 rue de Paris	Couture / point de croix	Avec Christiane Goupil Inscription obligatoire Nombre de participants limité à 10 Confection de lingettes démaquillantes, étui à lunettes, pochettes ... pour se familiariser avec la machine à coudre. Vous pouvez aussi venir avec un petit projet de couture. Si vous avez, venez avec : • votre machine à coudre, sa notice et ses canettes • une serviette abîmée pour y découper des petits morceaux pour la confection de lingettes • du tissu (à partager ou pas). Pour les lingettes, des chutes peuvent suffire. L'association prévoit le petit matériel de couture (aiguille, ciseaux, fils ...). Pour le point de croix, nous n'aurons aucun matériel. Nous pourrions juste vous apprendre la technique.
Jeudi 19 juin		APA	
Samedi 21 juin 10h30 à 11h30	Fresnay sur Sarthe yourte mimulus – place de la gare	Arts corporels	Intervenante Stéphanie Paul Travail sur le souffle et le mouvement, mouvements de yoga Prévoir une tenue confortable et un tapis si vous en avez un (l'association en a à prêter) Nombre de participants limité à 15 Inscription obligatoire
Mardi 24 juin		APA	
Dimanche 29 juin 10h à 12h	Douillet le Joly Place de la mairie	marche	
Mardi 1^{er} juillet		APA	
Jeudi 3 juillet 14h30 à 16h	Moulins le Carbonnel Salle de la mairie 1 rue du château	Activité d'écriture	Intervenante : Céline Bourguoin (descriptif ci-dessous) Inscription obligatoire Nombre de participants limité à 10
Mardi 8 juillet 14h à 17h	Assé le Boisne	Couture / point de croix	Avec Christiane Goupil Inscription obligatoire Voir les infos au 16 juin Nombre de participants limité à 10
Jeudi 10 juillet		APA	
Jeudi 17 juillet		APA	
Mardi 22 juillet		APA	
Samedi 26 juillet de 10h30 à 11h30	Fresnay sur Sarthe yourte mimulus – place de la gare	Arts corporels	Intervenante Stéphanie Paul Travail sur le souffle et le mouvement, mouvements de yoga Prévoir une tenue confortable et un tapis si vous en avez un (l'association en a à prêter) Nombre de participants limité à 15 Inscription obligatoire
Jeudi 31 juillet		APA	
Mardi 5 août		APA	
Dimanche 10 août A 12h	Sillé le Guillaume lac	Journée conviviale Pique-nique	Pique-nique partagé : chacun apporte un plat salé ou sucré, ses couverts, une table et des chaises pour ceux qui en ont. (précisions le moment venu)

		Marché, jeux ...	
Mardi 12 août		APA	
Jeudi 4 septembre		APA	
Lundi 8 septembre 14h à 16h	Gesnes le Gandelin Salle 39 Grande Rue	Sophro balade	Intervenante : Emilie Rey Y Corral (affiche ci-dessous) Inscription obligatoire Nombre de participants limité à 10
Mardi 9 septembre		APA	
Jeudi 18 septembre		APA	
Mardi 23 septembre		APA	
Jeudi 2 octobre		APA	
Mardi 7 octobre		APA	
Samedi 11 octobre 13h30 à 18h	Fresnay sur Sarthe Salle André Voisin	Octobre Rose	Après-midi organisé par la CPTS et le centre social Escale de Fresnay sur Sarthe pour sensibiliser les habitants à la lutte et à la prévention du cancer du sein
Jeudi 16 octobre		APA	
Mardi 21 octobre A 18h30	St Paul le Gaultier salle associative	Assemblée Générale Le Rep'Air	Venez nombreux !
Jeudi 23 octobre		APA	
Mardi 4 novembre 17h à 19h	Fresnay Sur Sarthe Rue des écoles (ancienne cantine scolaire)	Atelier « Cancer – Comment en parler aux enfants »	Intervenante : Laurence Laurençon, thérapeute familiale Inscription par mail à partir du 11 octobre Nombre de participants limité à 8 Cette intervention s'inscrit dans le cadre d'Octobre Rose à Fresnay sur Sarthe le 11 octobre.
Jeudi 6 novembre		APA	
Vendredi 7 novembre De 14h à 16h		sophrologie	Intervenante : Emilie Rey Y Corral (affiche ci-dessous) Inscription obligatoire Thème : aidants – penser à soi Nombre de participants limité à 10
Jeudi 13 novembre		APA	
Mardi 18 novembre 17h à 19h	Fresnay Sur Sarthe Rue des écoles (ancienne cantine scolaire)	Atelier « Cancer – Comment en parler aux enfants »	Même atelier que le 4 novembre
Jeudi 20 novembre		APA	
Mardi 25 novembre		APA	
Jeudi 4 décembre		APA	
Mardi 9 décembre		APA	
Jeudi 18 décembre		APA	
Mardi 30 décembre		APA	





ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE
avec LEONIE DAVID, enseignante en APA

mardi : 18h à 19h
jeudi : 17h30 à 18h30
Nombre de participants limité à 7
Inscription obligatoire

Prévoir une tenue confortable.

L'association mettra des tapis à votre disposition mais vous pouvez, bien sûr, apporter le vôtre si vous en avez un.

Date	Lieu
Mardi 6 mai	Oisseau le Petit centre social, 17 rue des Champs Roux
Jeudi 15 mai	Ségrie 8 rue Pierreuse 72 130 - salle attenante à la mairie
Mardi 20 mai	Fresnay sur Sarthe yourte mimulus – place de la gare
Mardi 27 mai	Moulins le Carbonnel Salle de la mairie 1 rue du château
Jeudi 5 juin	Fresnay sur Sarthe yourte mimulus – place de la gare
Mardi 10 juin	Juillé salle attenante à la mairie
Jeudi 19 juin	Fresnay sur Sarthe yourte mimulus – place de la gare
Mardi 24 juin	
Mardi 1er juillet	
Jeudi 10 juillet	
Jeudi 17 juillet	Fresnay sur Sarthe yourte mimulus – place de la gare
Mardi 22 juillet	Oisseau le Petit centre social, 17 rue des Champs Roux
Jeudi 31 juillet	Fresnay sur Sarthe yourte mimulus – place de la gare
Mardi 5 août	St Georges le Gaultier Salle des fêtes rue St Anne
Mardi 12 août	Fresnay sur Sarthe yourte mimulus – place de la gare
Jeudi 4 septembre	

Date	Lieu
Mardi 9 septembre	Fresnay sur Sarthe yourte mimulus – place de la gare
Jeudi 18 septembre	Juillé salle attenante à la mairie
Mardi 23 septembre	
Jeudi 2 octobre	
Mardi 7 octobre	
Jeudi 16 octobre	St Georges le Gaultier Salle des fêtes rue St Anne
Jeudi 23 octobre	
Jeudi 6 novembre	
Jeudi 13 novembre	
Jeudi 20 novembre	
Mardi 25 novembre	
Jeudi 4 décembre	
Mardi 9 décembre	
Jeudi 18 décembre	
Mardi 30 décembre	St Paul le Gaultier salle associative

Comment s'inscrire aux ateliers ?

- Vous cliquez sur ce lien <https://framadate.org/C2AwacMmKAQGiq43> quand vous vous inscrivez **pour la première fois uniquement**.
- Vous entrez votre nom et faites vos choix de réponses (pour les couples, merci de ne pas répondre dans le même sondage).
- Vous cliquez sur « enregistrer » sous votre nom.
Avant de fermer cette page, **copiez le lien qui est indiqué dans le cadre vert en haut de la page**. (illustration ci-contre)
- **Gardez ce lien précieusement** (en le collant dans vos favoris, par exemple) : **c'est ce lien que vous devrez désormais utiliser pour revenir à souhait sur votre page d'inscriptions et les compléter, modifier ...**



Si vous n'avez pas conservé ce lien, vous ne pourrez pas revenir sur votre inscription et faire des modifications. Dans ce cas, dites-le-nous pour que nous puissions réinitialiser afin que vous puissiez recommencer sans souci.

Français



Framadate

Sondage - inscription aux ateliers Le Rep'Air

Votre vote a bien été pris en compte, mais faites attention : ce sondage n'autorise l'édition de votre vote qu'avec le lien personnalisé suivant :
conservez-le précieusement !
<https://framadate.org/C2AwacMmKAQGiq43>

inscription aux ateliers Le Rep'Air

Imprimer

Un atelier écriture?

Céline va vous proposer des jeux d'écriture, se servir de photos, de musiques, de mots pour vous donner l'occasion d'imaginer, d'inventer, de raconter, d'écrire.

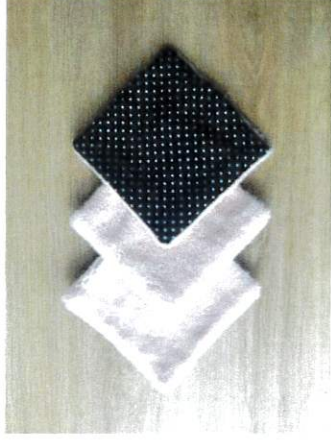
Vos mots sont précieux ; ils sont la clef de votre univers. Lorsque nous lirons nos textes à voix haute, nous voyagerons dans les récits des autres participants. Ils seront comme des livres ouverts, une chanson qu'on écoute à la radio.

C'est l'occasion d'évoquer d'autres sujets que ceux du quotidien pas toujours folichons !

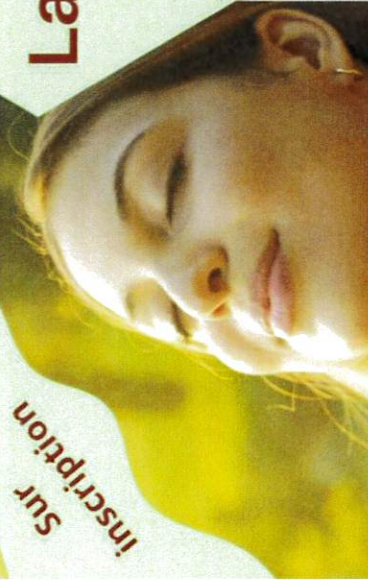
C'est de l'écriture plaisir ! On a le droit de ne pas être sérieux et sage !



Idées de projets en couture ou point de croix :



La Sophrologie avec L'association



Sur
inscription

Vend. 11 avril : sophro balade
Moulin-le-Carbonnel - 14 h à 16h

Lundi 2 juin : Atelier sophro Sougé
"visualiser la guérison" - 15 h   17 h

Lundi 8 sept. : sophro balade
Gesnes le Gandelin - 14 h   16 h

Vend. 7 nov : Atelier sophro
" aidants - penser   soi " - Ancinnes



Le Rep'Air

Si vous n'êtes pas encore adh rent, contactez-nous au 06 08 77 28 59