

4/12/25 - 10/12/25 -  
16/12/25 - 22/12/25  
08/01/26 - 14/01/26-  
20/01/26 - 26/01/26

05/12/25 - 11/12/25 -  
17/12/25 - 23/12/25 -  
29/12/25  
9/01/26- 15/01/26 - 21/01/26 -  
27/01/26



2/12/25 - 8/12/25 - 19/12/25 -  
25/12/25 - 31/12/2025  
6/01/26 - 12/01/26- 23/01/26 -

3/12/25 - 9/12/25 - 15/12/25 -  
26/12/25  
07/01/26- 13/01/26 - 19/01/26  
- 30/01/26

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 10 h30 à 16 h



# Planning

## Laigné - Saint-Gervais

Point de rendez-vous:  
Rue des Frères Bailleul  
Laigné-Saint-Gervais

Décembre 2025/  
Janvier 2026

**Aidants bus 72**  
RENDE UN  
SOURIRE À CEUX  
QUI LE DONNENT

# Laigné - Saint-Gervais

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 D'UN CAFE** de 14h à 15h30 collectif:

Invitation à partager un moment propice à l'échange: Autour du chant ou autour de thématiques proposées par nos partenaires (information et formation)

## **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 Mairie, notre socio-esthéticienne.

### **Atelier « Ressourcement » individuel:**

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

## DECEMBRE 2025

	JEUDI 4/12	MERCREDI 10/12	MARDI 16/12	LUNDI 22/12
10H30 / 12H30				Accompagnement psychologique 
13H30 / 16H00				Accompagnement psychologique 

## Janvier 2026

	JEUDI 08/01	MERCREDI 14/01	MARDI 20/01	LUNDI 26/01
10H30 / 12H30				Accompagnement psychologique 
13H30 / 16H00				Accompagnement psychologique 

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