

Plateforme de Répit et d'Accompagnement

EHPAD Albert TROTTÉ
9, rue Trotté-Hatton
72160 Thorigné / Dué

Les Escales répit et les Journées Relais sont réalisées par les professionnelles de santé de Cap'Aidants.

Pour l'organisation du transport, il sera possible de vous rapprocher d'un lieu de covoiturage ou de vous rendre directement sur le lieu de visite.

La participation financière est à régler directement à l'organisme, au restaurant ou au lieu de visite.

Afin de faciliter l'organisation, n'hésitez pas à vous positionner sur la ou les sortie (s) de votre choix dès la diffusion de la communication.

Une réponse définitive vous sera communiquée sous réserve des places disponibles.

Ces actions sont financées par:

Programme d'Activités Collectives

Novembre et Décembre 2026

Pour tout renseignement et inscription, prendre contact avec Aurélie, Coordinatrice PFR
07 84 02 12 68

a.pourmarin-jardin@ehpadalberttrotte.fr

NOVEMBRE

Mardi 3 — 14h00 - 16h00 — Saint Calais — *Gratuit*
Atelier de Sophrologie — *Animé par Elise POUPEE*

Jeudi 12 — 10h30 - 16h30 — Dollon, — *30 euros*
Restaurant + Musée de la Musique — *Organisé par Élina, Sandra et Virginie*

Jeudi 19 — 14h00 - 16h30 — Val d'Étangson, La Buissonnière
Atelier Arts plastiques — *Gratuit* — *Animé par J. CAULET et C. THEIN*

Mercredi 25 — 10h30 - 16h30 — La Ferté Bernard — *25 euros*
Restaurant + bowling — *Organisé par Elina, Sandra et Virginie*

Les Escales Répit
Pour vous et votre proche

Les journées Relais
Vous permettre de souffler

Activités Aidants
Vous informer, vous ressourcer

DECEMBRE

Mardi 1 — 14h00 - 16h00 — Saint Calais — *Gratuit*
Atelier de sophrologie — *Animé par Éloïse POUPEE*

Jeudi 3 — 10h30 - 16h30 — Le Mans — *25 euros*
Marché de Noel — *Organisé par Élina, Sandra et Virginie*

Jeudi 10 — 14h00 - 16h30 — Val d'Étangson, La Buissonnière
Atelier Arts plastiques — *Gratuit* — *Animé par J. CAULET et C. THEIN*

Jeudi 10 — 10h00 - 12h00 — Ecolde musique Saint Calais
Atelier bienvenue à la retraite — *Gratuit* — *Animé par l 'ASEPT ,et coordinatrice PFR*

Mercredi 16 — Parking face au lycée La Ferté Bernard — *Organisé par A vos soins*
Atelier bien vieillir chez soi — *Gratuit* — *Animé par une ergothérapeute*

Lundi 21 — 10h00 - 16h30 — Arvil — *37 euros*
Visite guidée La commanderie d 'Arvil +Restaurant + Initiation poterie
Organisé par Élina, Sandra et Virginie

Accompagnement de votre personne aidée sur place sous réserve des places disponibles

Aide à la mobilité sous réserve des places disponibles