

Date et heure	Action	Lieu	Pour qui ?
Mercredi 7 janvier 18h30 - 19h30	Do In automassage	Udaf 49	Aidants
Samedi 10 janvier 10h30 - 12h	Café des aidants	Udaf 49	Aidants
Samedi 31 janvier 9h - 12h	« Comprendre pour agir »	EBVRR 16 bis av. Jean XXIII Angers	Aidants
Mercredi 4 février 18h30 - 19h30	Do In automassage	Udaf 49	Aidants
Samedi 7 février 10h30 - 12h	Café des aidants	Udaf 49	Aidants
Samedi 7 février 9h - 12h	« Comprendre pour agir »	EBVRR 16 bis av. Jean XXIII Angers	Aidants
Samedi 14 février 9h - 12h	« Comprendre pour agir »	EBVRR 16 bis av. Jean XXIII Angers	Aidants
Samedi 28 février 9h - 12h	« Comprendre pour agir »	EBVRR 16 bis av. Jean XXIII Angers	Aidants
Mercredi 4 mars 18h30 - 19h30	Do In automassage	Udaf 49	Aidants
Samedi 7 mars 10h30 - 12h	Café des aidants	Udaf 49	Aidants
Samedi 14 mars 9h - 12h	« Comprendre pour agir »	EBVRR 16 bis av. Jean XXIII Angers	Aidants
Vendredi 27 mars au dimanche 29 mars	Week-end Ressourcement	Oasis des 7 cercles, Jarzé	Aidants
Mercredi 1er avril 18h30 - 19h30	Do In automassage	Udaf 49	Aidants
Samedi 11 avril 10h - 16h30	Café des aidants	Udaf 49	Aidants
Mercredi 22 avril 14h - 16h30	Cani-randonnée	Chênehutte-Trèves-Cunault Gennes Val de Loire	Aidants - Aidés
Mercredi 6 mai 18h30 - 19h30	Do In automassage	Udaf 49	Aidants
Mercredi 3 juin 18h30 - 19h30	Do In automassage	Udaf 49	Aidants
Vendredi 5 juin au dimanche 7 juin	Week-end Ressourcement	Oasis des 7 cercles, Jarzé	Aidants
Samedi 6 juin 10h30-12h	Café des aidants	Udaf 49	Aidants
Mercredi 1er juillet 18h30-19h30	Do In automassage	Udaf 49	Aidants
Samedi 4 juillet 10h30-12h	Café des aidants	Udaf 49	Aidants
Samedi 4 juillet 12h30-15h	Pique-nique partagé	Parc à Angers	Aidants-aidés



**PLATEFORME  
D'ACCOMPAGNEMENT ET DE  
RÉPIT DES AIDANTS DE PERSONNES  
EN SITUATION DE HANDICAP**

**ANGERS**

**PROGRAMME  
DE JANVIER À JUILLET 2026**

## Angers - programme de janvier à juillet 2026


**Se rencontrer**

- Café des aidants®

 Udaf 49, 17 rue Bouché Thomas, Angers

 Un samedi par mois de 10h à 12h

*10 janvier, 7 février, 7 mars, 11 avril, 6 juin et 4 juillet.*

Temps d'échange pour les parents d'enfants en situation de handicap

 Espace Bellevue, 10 A Chemin de Bellevue, Mûrs-Érigné

 Le 1er lundi de chaque mois sauf en avril de 17h à 19h

*5 janvier, 2 février, 2 mars, 4 mai et le 1er juin.*

- Nouveau : pique-nique estival partagé

Moment de convivialité aidants-aidés pour fêter l'arrivée des beaux jours en partenariat avec la Fédération Française du Sport Adapté.

 Dans un parc à Angers

 Le samedi 4 juillet de 12h30 à 15h.


**Accéder à du répit**

- Samedi à la ferme

Découverte de la ferme, nourrissage des animaux, balade avec les ânes...

Réservé aux adultes en situation de handicap accompagnés de leurs aidants. Pique-nique à apporter.

 Ferme de Nat, La Morchouanière, Broc

 Samedi 11 avril de 10h à 16h30

 Transport possible au départ d'Angers.

- Cani-randonnée partagée

Présentation et préparation des chiens, balade en binôme parents/enfants. Réservé en priorité aux enfants (0-20 ans) en situation de handicap accompagnés de leurs aidants.

 Lieu dit Les Loges, Chênehutte Trèves-Cunault, Gennes-Val-de-Loire

 Mercredi 22 avril après-midi de 14h à 16h30

 Covoiturage possible

- Week-end ressourcement

Week-end détente pour les aidants à l'Oasis des 7 cercles à Jarzé. Programme adaptable : repos, balades en nature, massage...

 Du vendredi 27 mars soir au dimanche 29 mars en fin d'après-midi

 Du vendredi 5 juin soir au dimanche 7 juin en fin d'après-midi

 Si besoin de transport, le préciser à l'inscription.


**Se détendre, se ressourcer**

- Séances collectives de DO IN automassage

 Udaf 49, 17 rue Bouché Thomas, Angers

 Un mercredi par mois de 18h30 à 19h30

*7 janvier, 4 février, 4 mars, 1er avril, 6 mai, 3 juin et 1er juillet.*


**Se former, s'informer**

- Atelier « Comprendre pour agir »\*

Parcours de 6 séances collectives de 3h pour questionner son rôle d'aidant, sa relation à son proche, aux professionnels. Gratuit sur inscription pour les 6 séances.

 Espace du Bien Vieillir Robert Robin, 16 bis avenue Jean XXIII, Angers

 Lignes A ou C arrêt Jean XXIII

 Des samedis de 9h à 12h

*31 janvier, 7 février, 14 février, 28 février, 7 mars et 14 mars*

\*En partenariat avec Cap Seniors & Aidants CCAS Angers.