

Date et heure	Action	Lieu	Pour qui ?
Mecredi 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



**PLATFORME
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. Réserve 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.

Gratuit sur inscription au : 02 41 36 04 44 ou aidants.49@udaf49.fr

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.*