



Le p'tit RAP PORTEUR

Numéro 51

Mars-Avril 2026

L'association Relais Accueil Proximité est au service de tous sur les ex-cantons de Saint-Julien-de-Vouvantes et Moisdon-la-Rivière.
Un lieu de rencontre, d'échanges, de détente, d'information...
Le R.A.P est à l'écoute de vos attentes et de vos envies

Agenda

MARS

Les 2, 16, 30 : Couture groupes 1 et 2

Le 11 : Dessin et Peinture

Les 3, 10, 17, 24, 31
Marche détente / Rando
LSF groupe 1 Moisdon

Les 4, 18 : Tricot - Art du fil

Les 5, 19 : Couture groupes 3 et 4

Les 5, 12, 19, 26 :
Posture et mouvement Gd Auverné
groupes 1 et 2 / Bouger au féminin
Tablette et smartphone
Posture et mouvement Chapelle Gain
LSF 2 RAP

Les 9, 16, 23, 30: Sophro St Julien

Les 10, 24 : Histoire de, Couture
groupe 5

Le 11 : Temps partagé

Le 12 mars : Ciné débat

Les 12, 26 : Cuisine plaisir

Les 13, 27 : Chant

Les 14, 21, 28 :
Stage Sophro 2 : gestion du sommeil

Le 21 : :Famille/parentalité,
à Châteaubriant

Le 26 mars : soirée sur les écrans

Le 28 : Repair Café Erbray

AVRIL

Les 1, 29 : Tricot - Art du fil

Les 2, 30 : Couture groupes 3 et 4

Les 2, 9, 30 :
Posture et mouvement Gd Auverné
groupes 1 et 2

Les 3, 10 :
Bouger au féminin
Posture et mouvement Chapelle Gain
LSF 2 RAP

Les 6, 27 : Sophro St Julien

Les 7, 28 : Histoire de
Marche détente / Rando
LSF groupe 1 Moisdon / Couture groupe 5

Le 8 :Dessin et Peinture / Temps partagé

Les 9, 30 : Cuisine plaisir

Le 10 : Chant

Le 11 avril : chasse aux œufs

Les 16, 23 : Atelier Jeux

Le 24 avril : Sortie à la journée

Le 27: Couture groupe 1 et 2

Focus sur la Journée Internationale des Droits des Femmes



Le RAP célèbre les droits des femmes

- Le samedi 7 mars de 10h à 13h, salle intercommunale Saint Julien de Vouvantes
10h30 à 11h15 : "Bla Bla" sur la ménopause en présence d'une sage femme
11h30 à 12h30 ateliers :
 - Exposition : Devenir Dragonne
 - Atelier badges : créations inspirées au féminin
 - Camion MarSoins : rendez-vous individuel avec une sage-femme
 - Un autre regard : atelier d'expression et de lecture
 - Bougeons au féminin : reprendre confiance en son corps
- Le jeudi 12 mars à 19h30, auditorium lycée Moquet Lenoir à Châteaubriant.
"La place des femmes dans le sport"
 - Projection du film "ENSEMBLE"
 - Portraits de sportives en milieu rural
 Avec la participation du groupe "Bouger au féminin" du RAP
Possibilité de covoiturage au départ de Petit Auverné

Ateliers-Stages

- Le 14, 21, 28 mars de 14h à 15h15 au RAP :



Stage de sophrologie sur le thème du sommeil.
3 séances, 45€ le stage.

- Le 16 et 23 avril, de 14h à 17h: ateliers du jeudi au RAP .
sur inscription : 1€ par participant.
 - Le 16 "le cycle du jardin" : construction de mini serres.
 - Le 23 "le cycle des plantes" : réalisation de semis.





Enfance / Jeunesse

L'Accueil de Loisirs de Saint Julien de Vouvantes sera ouvert pendant la première semaine des vacances d'avril (du 13 au 17).

- Sur inscription par téléphone au 07 82 83 18 83 ou par mail : alsh.st.julien.de.vouvantes@gmail.com

Sortie à la journée

Le vendredi 24 avril à Angers. Départ à 8h30 du RAP. Retour vers 17h30

- Programme : Visite du Muséum d'Histoire Naturelle
Découverte de la ville d'Angers
Visite du Jardin des Plantes

Tout public. Tarif 5€ (entrée Muséum + transport).

Prévoir pique-nique

Sur inscription au 02 40 55 59 32 ou au 06 15 04 40 27



Famille/Parentalité



- Le samedi 21 mars, de 10h à 12h : sortie à la galerie 29 à Châteaubriant. Sur inscription.
- Le jeudi 26 mars de 18h à 20h à l'espace Saint Jean à Moisdon : soirée parentalité sur les écrans.
- Le samedi 11 avril de 10h à 12h : chasse aux œufs au terrain de sport de Grand Auverné.



Informations diverses

- **Repair café** : Le samedi 28 mars de 9h30 à 12h, , salle du Cosne, à Erbray. Plutôt que de jeter, apportez vos objets en panne ou cassés (petit électro-ménager, matériel informatique, petits travaux de couture). Des réparateurs bénévoles sont là pour vous dépanner.

Pour information, nous sommes toujours à la recherche de réparateurs bénévoles, particulièrement dans le domaine électrique.

- **Arrivée d'Olivier** comme salarié au RAP à partir du 9 mars sur le poste de Peggy.
Un grand MERCI à Peggy pour tout le travail accompli depuis 3 ans.

- **Fermeture exceptionnelle** du RAP les 16 et 17 mars (formation des salarié.e.s)



Relais Accueil Proximité
7, rue Sophie Trébuchet
44670 Petit-Auverné
02 40 55 59 32
rap.relais-accueil-proximite@orange.fr
www.rap-relais-accueil-proximite.fr

L'association fait appel à toute personne désireuse de donner un peu de son temps, notamment pour le soutien scolaire, le transport solidaire, ou tout simplement pour s'investir dans la vie de l'association.

N'hésitez pas à nous contacter !