

LES RENDEZ-VOUS

escale répit

Du temps
pour les aidant.e.s

JANVIER
▶ JUIN
2025

ESPACE SIMONE VEIL
55 ALLÉE DU PARC
26600 TAIN L'HERMITAGE
06 60 87 74 11

escale.repit@archeagglo.fr

www.archeagglo.fr

D'ARDÈCHE EN HERMITAGE

ARCHE
Agglo

L'escalade répète vous propose une grande diversité d'actions afin de vous soutenir en tant qu'aïdant : écoute, soutien, loisir et répétition.

LES MATINS : sur rendez-vous

LES APRÈS-MIDI : Les après-midi du **lundi, mardi** et **jeudi** accueil collectif des aidants accompagnés ou non de la personne aidée

Le **mercredi** après-midi, l'escalade répète accueille les personnes aidées afin de soulager l'aïdant pour une parenthèse qui fait du bien ; cette halte répète est proposée en partenariat avec la plateforme de repit drômoise Lieu d'Être.

Certaines activités peuvent se faire sur inscription.

Au programme de l'année 2025 :

BIEN ÊTRE & VITALITÉ

Suis-je un AIDANT ?

Chaque situation est particulière et singulière ; il n'y a pas une sorte d'aidants mais différentes façons d'apporter de l'aide à un proche.

Cependant certaines caractéristiques se retrouvent :

- Vous êtes un proche : famille, ami, voisin
- Vous apportez une aide à une personne âgée en perte d'autonomie pour la gestion de ses papiers ou pour l'entretien de sa maison ou pour les actes de la vie quotidienne ...
- Cette personne vit à domicile ou en établissement.

Si vous vous identifiez à ces caractéristiques vous êtes un aidant et l'Escalade répète peut vous soutenir.

SUIS-JE UN AIDANT ?



JANVIER 2025

Lundi 6 - à partir de 13h30 ▶ Nez sens avec Céraldine Thiersault

Mardi 7 - à partir de 13h30 ▶ Préparation des costumes pour carnaval

Mercredi 8 - à partir de 13h30 ▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Judi 9 - à partir de 13h30 ▶ Présentation ateliers vitalité OUVERT à TOUS avec la MSA : venez-vous inscrire !

Lundi 13 - à partir de 13h30 ▶ Yoga avec Anne Biguet

Mardi 14 - à 11h ▶ Spectacle Dany Coiffure Comédie de Valence - à partir de 13h30 ▶ Musicothérapie avec Sarah Raynaud-Godefroy

Mercredi 15 - à partir de 13h30 ▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Judi 16 - à partir de 13h30 ▶ Massages avec Bernadette Barral-Baron

Lundi 20 - à partir de 13h30 ▶ Jeux en Réalité Virtuelle avec Social Dream

Mardi 21 - à partir de 13h30 ▶ Préparation des costumes pour carnaval

Mercredi 22 - à partir de 13h30 ▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Judi 23 - à partir de 9h ▶ Atelier cuisine avec Virginie Ferlay-Rouveure
MERCI DE VOUS INSCRIRE

Judi 23 - RDV à 14h au ciné-théâtre de Tournon ▶ Film « mémoire de la bergère » sur inscription

Lundi 27 - à partir de 13h30 ▶ Un livre/un café animé par les bénévoles de la bibliothèque de Tain

Mardi 28 - Soirée gastronomique ▶ Rendez vous à 11h45 au lycée hôtelier de Tain - sur inscription

Mercredi 29 - à partir de 13h30 ▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

▶ **Fermeture le 30 janvier 2025**

Accueil individuel
Prendre rendez-vous avec l'animatrice
06 60 87 74 11

FÉVRIER 2025

Lundi 3 - à partir de 13h30

▶ Nez'sens avec Géraldine Thiersault

Mardi 4 - à partir de 13h30

▶ Musicothérapie avec Sarah Raynaud-Godéroy

Mercredi 5 - à partir de 13h30

▶ halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 6 - à partir de 13h30

▶ Massages avec Bernadette Barral-Baron

Lundi 10 - à partir de 13h30

▶ Yoga avec Anne Buguet

Mardi 11 - à partir de 13h30

▶ Résidence artistique compagnie No Man's Land pour atelier NOS BASCULES

Mercredi 12 - à partir de 13h30

▶ halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 13 - à partir de 13h30

▶ Atelier vitalité avec la MSA [sur inscription](#)

Lundi 17 - à partir de 13h30

▶ Atelier bien manger avec Virginie Ferlay-Rouveure

Mardi 18 - à partir de 13h30

▶ Préparation des costumes pour carnaval

Mercredi 19 - à partir de 13h30

▶ halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 20 - à partir de 13h30

▶ Atelier vitalité avec la MSA [sur inscription](#)

Lundi 24 - à partir de 13h30

▶ Jeux en Réalité Virtuelle avec Social Dream

Mardi 25 - à partir de 13h30

▶ Préparation des costumes pour carnaval

Mercredi 26 - à partir de 13h30

▶ halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 27 - à partir de 8h

▶ Atelier cuisine avec Virginie Ferlay-Rouveure - [Sur inscription](#)
▶ Rendez vous à 14h sur la Via Rhôna avec le cyclo tourisme Annoméen
▶ et à partir de 14h

MARS 2025

Lundi 3 - à partir de 13h30 ▶ Résidence artistique compagnie No Man's Land pour atelier NOS BASCULES

Mardi 4 - à partir de 13h30 ▶ Musicothérapie avec Sarah Raynaud-Godefroy

Mercredi 5 - à partir de 13h30 ▶ halte répét « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répétition Drômoise

Jeudi 6 - à partir de 13h30 ▶ Atelier vitalité avec la MSA - *sur inscription*

Lundi 10 - à partir de 13h30 ▶ Nez'sens avec Géraldine Thiersault

Mardi 11 - à partir de 13h30 ▶ Résidence artistique compagnie No Man's Land pour atelier NOS BASCULES

Mercredi 12 - à partir de 13h30 ▶ halte répét « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répétition Drômoise

Jeudi 13 - 20h à 14h au ciné-théâtre de Tournon ▶ Film au Ciné-théâtre de Tournon - *sur inscription*

Lundi 24 - à partir de 13h30 ▶ Massages avec Bernadette Barral-Baron

Mardi 25 - à partir de 13h30 ▶ Résidence artistique compagnie No Man's Land pour atelier NOS BASCULES

Mercredi 26 - à partir de 13h30 ▶ halte répét « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répétition Drômoise

Jeudi 27 - à partir de 13h30 ▶ Atelier vitalité avec la MSA - *sur inscription*
Ferlay-Rouvoire - *sur inscription*

Lundi 31 - à partir de 13h30 ▶ Yoga avec Anne Buguet

Accueil individuel

Prendre rendez-vous avec l'animatrice
06 60 87 74 11

▶ **Fermeture du 17 mars au 20 mars 2025**

AVRIL 2025

Mardi 1er - à partir de 13h30 ▶ Résidence artistique compagnie No Man's Land pour atelier NOS BASCULES

▶ Fermeture du 2 avril au 3 avril 2025

Samedi 5 - à partir de 14h ▶ Retrouvons nous à 14h pour le CARNAVAL !

Lundi 7 - à partir de 13h30 ▶ Yoga avec Anne Buguet

Mardi 8 - après-midi ▶ Musicothérapie avec Sarah Reynaud-Godefroy

Mercredi 9 - à partir de 13h30 ▶ halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Judi 10 - à partir de 13h30 ▶ Atelier vitalité avec la MSA - sur inscription

Lundi 14 - à partir de 13h30 ▶ Nez'sens avec Géraldine Thiersault

Mardi 15 - après-midi ▶ Résidence artistique compagnie No Man's Land pour atelier NOS BASCULES

Mercredi 16 - à partir de 13h30 ▶ halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Judi 17 - après-midi ▶ Atelier vitalité avec la MSA - sur inscription

Mardi 22 - à partir de 13h30 ▶ Résidence artistique compagnie No Man's Land pour atelier NOS BASCULES

Mercredi 23 - à partir de 13h30 ▶ halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Judi 24 - à partir de 9h ▶ Massage avec Bernadette Barral-Baron Ferlay-Rouvière - Sur inscription

▶ Fermeture du 28 avril au 1er mai 2025

Accueil individuel

Prendre rendez-vous avec l'animatrice
06 60 87 74 11

MAI 2025

Lundi 5 - à partir de 13h30 ▶ Résidence artistique compagnie No Man's Land pour atelier NOS BASCULES

Mardi 6 - à partir de 13h30 ▶ Musicothérapie avec Sarah Raynaud-Godefroy

Mercredi 7 - à partir de 13h30 ▶ halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Lundi 12 - à partir de 13h30 ▶ Jeux en Réalité Virtuelle avec Social Dream

Mardi 13 - à partir de 13h30 ▶ Résidence artistique compagnie No Man's Land pour atelier NOS BASCULES

Mercredi 14 - à partir de 13h30 ▶ halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Jeu 15 - Journée ▶ journée avec les établissements d'hébergement : Pique-Nique et bonne humeur !

Vendredi 16 - Journée ▶ 16 Festival des Jardins sur invitation de la compagnie No Man's Land

Lundi 19 - à partir de 13h30 ▶ Yoga avec Anne Buguet

Mardi 20 - à partir de 13h30 ▶ Résidence artistique compagnie No Man's Land pour atelier NOS BASCULES

Mercredi 21 - à partir de 13h30 ▶ halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Jeu 22 - à partir de 9h à partir de 13h30 ▶ Atelier cuisine avec Virginie Ferry-Rouzeur e-Subscription
▶ Massages avec Bernadette Barral-Baron

▶ **Fermeture du 26 mai au 29 mai**

Accueil individuel

Prendre rendez-vous avec l'animatrice

06 60 87 74 11

JUN 2025

Lundi 2 - à partir de 13h30 ▶ Jeux en Réalité Virtuelle avec Social Dream

Mardi 3 - à partir de 13h30 ▶ Musicothérapie avec Sarah Raynaud-Godéroy

Mercredi 4 - à partir de 13h30 ▶ halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 5 - à partir de 9h ▶ Atelier cuisine avec Virginie Ferlay-Rouveure - *Sur inscription*
▶ Atelier bien manger avec Virginie Ferlay-Rouveure

Lundi 23 - à partir de 13h30 ▶ Atelier surprise !

Mardi 24 - à partir de 13h30 ▶ Marche nordique avec Siel Bleu Drome

Mercredi 25 - à partir de 13h30 ▶ halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 26 - à partir de 14h ▶ Rendez vous à 14h sur la Via Rhôna avec le cyclo tourisme Annonéen
Sur inscription

Lundi 30 - à partir de 9h ▶ Yoga avec Anne Buguet

▶ Fermeture du 9 juin au 12 juin 2025

Lundi 16 - à partir de 13h30 ▶ Nez sens avec Géraldine Thiersault

Mardi 17 - à partir de 13h30 ▶ Marche nordique avec Siel Bleu Drome

Mercredi 18 - à partir de 13h30 ▶ halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec lieu d'être, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 19 - à partir de 13h30 ▶ Massages avec Bernadette Barral-Baron

Accueil individuel

Prendre rendez-vous avec l'animatrice

06 60 87 74 11

DU TEMPS

pour s'informer

- En rendez-vous individuel
- En groupe lors des événements, des temps de formation

pour s'exprimer

- Seul ou en groupe
- Lors des animations

pour partager

- Lors des sorties
- Pendant les ateliers

de répit

- tous les mercredis après-midi en collaboration avec la plateforme de répit Lieu d'Être qui se délocalise à L'Escale Répit.

HORAIRES D'OUVERTURE

lundi de 13h30 à 17h
mardi au jeudi 9h à 12h et 13h30 à 17h

