

LES RENDEZ-VOUS

escale répit

Du temps
pour les aidant.e.s

JUILLET
► DÉCEMBRE
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



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'Escale répit peut vous soutenir.

SUIS-JE UN AIDANT ?

L'Escale répit vous propose une grande diversité d'actions afin de vous soutenir en tant qu'aidant : écoute, soutien, loisir et répit.

Certaines activités peuvent se faire sur inscription.

LES MATINS : sur rendez vous

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

Mercredi accueil des personnes aidées afin de soulager l'aidant pour une parenthèse qui fait du bien ; cette halte répit est proposée en partenariat avec la plateforme de répit drômoise Lieu d'Être.

Au programme de l'année 2025 :

BIEN ETRE & VITALITÉ



JUILLET 2025

Mardi 1 - à partir de 13h30 ► Musicothérapie avec Sarah Raynaud-Godefroy

Mercredi 2 - à partir de 13h30 ► Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 3 - à partir de 13h30 ► Présentation des ateliers de méditation avec Sophie Doll-Boulanger

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

Mardi 8 à partir de 13h30 ► Massages avec Bernadette Darral-Baron

Mercredi 9 à partir de 13h30 ► Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 10 à partir de 13h30 ► Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

Mardi 15 - à partir de 13h30 ► Jeux en Réalité Virtuelle avec Social Dream

Mercredi 16 - à partir de 13h30 ► Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 17 - à partir de 13h30 ► Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

Lundi 21 - à partir de 13h30 ► Nez'sens avec Géraldine Thiersault

Mardi 22 - à partir de 9h ► Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 23 - à partir de 13h30 ► Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme de répit Drômoise

jeudi 24 - à partir de 9h ► Cuisine avec Virginie Ferlay-Rouveure sur inscription

jeudi 24 - à partir de 13h ► Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

Lundi 28 - à partir de 13h30 ► Un livre/un café avec les bénévoles de la bibliothèque de Tain l'Hermitage

Mardi 29 - à partir de 13h30 ► Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 30 - à partir de 13h30 ► Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 31 - à partir de 13h30 ► Sortie en vélos adaptés avec les cyclotouristes Annonéen- Sur inscription

► **Fermeture en Août 2025**

Accueil individuel

Prendre rendez-vous avec l'animatrice

06 60 87 74 11

SEPTEMBRE 2025

Du lundi 1er au jeudi 4 ▶ Séjour ressourçant organisé par le Centre Socioculturel de Tournon- Sur inscription

Lundi 8 - à partir de 13h30 ▶ Yoga avec Anne Buguet

Mardi 9 - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 10 - à partir de 13h30 ▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 11 - à partir de 13h30 ▶ Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

Lundi 15 - à partir de 13h30 ▶ Jeux en réalité Virtuelle avec Social Dream

Mardi 16 - à partir de 13h30 ▶ Musicothérapie avec Sarah Raynaud-Godefroy

Mercredi 17 - à partir de 13h30 ▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 18 - à partir de 09h00 ▶ Cuisine avec Virginie Ferlay-Rouveure sur inscription

Jeudi 18 - à partir de 13h30 ▶ Atelier Chauffe Citron

Jeudi 18 - à partir de 15h00 ▶ Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

Lundi 22 - à partir de 13h30 ▶ Atelier bien manger avec Virginie Ferlay-Rouveure

Mardi 23 - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 24 - à partir de 13h30 ▶ halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 25 - à partir de 13h30 ▶ Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

Lundi 29 - à partir de 13h30 ▶ Massages avec Bernadette Barral-Baron

Mardi 30 - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

OCTOBRE 2025

Mercredi 1 - à partir de 13h30

▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien »
avec Lieu d'Etre, plateforme
de répit Drômoise

Jeudi 2 - à partir de 13h30

▶ Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

Lundi 6 - toute la journée

▶ Journée Nationale des Aidants Action
en partenariat avec les acteurs de territoire

Mardi 7 - à partir de 13h30

▶ Musicothérapie avec Sarah Raynaud-Godefroy

Mercredi 8 - à partir de 13h30

▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien »
avec Lieu d'Etre, plateforme
de répit Drômoise

Jeudi 9 - à partir de 13h30

▶ Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

Lundi 13 - à partir de 13h30

▶ Yoga avec Anne Buguet

Mardi 14 - à partir de 13h30

▶ Jeux en réalité Virtuelle avec Social Dream

Mercredi 15 - à partir de 13h30

▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien »
avec Lieu d'Etre, plateforme
de répit Drômoise

Jeudi 16 - à partir de 13h30

▶ Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

Lundi 20 - à partir de 13h30

▶ Un livre/un café avec les bénévoles de la
bibliothèque de Tain-l'Hermitage. Suivi de
l'atelier Nez Sens avec Géraldine Thiersault

Mardi 21 - à partir de 13h30

▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 22 - à partir de 13h30

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

Jeudi 23 - à partir de 13h30

▶ Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

Lundi 27 - à partir de 9h

▶ Massages avec Bernadette Barral-Baron

Mardi 28 - à partir de 13h30

▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 29 - à partir de 13h30

▶ Halte répit « la parenthèse qui fait
du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme
de répit Drômoise

Jeudi 30 - à partir de 9h0

▶ Atelier cuisine avec Virginie Ferlay-Rouveure
- sur inscription

Jeudi 30 - à partir de 13h30

▶ Atelier bien manger
avec Virginie Ferlay Rouveure

Accueil individuel

Prendre rendez-vous avec l'animatrice

06 60 87 74 11

NOVEMBRE 2025

Lundi 3 - à partir de 13h30 ▶ Jeux en réalité Virtuelle avec Social Dream

Mardi 4 - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 5 - à partir de 13h30 ▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 6 - à partir de 13h30 ▶ Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

▶ Fermeture du 10 novembre au 14 novembre 2025

Lundi 17 - après-midi ▶ Yoga avec Anne Buguet

Mardi 18 - après-midi ▶ Musicothérapie avec Sarah Raynaud-Godefroy

Mercredi 19 - à partir de 13h30 ▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 20 - à partir de 09h00 ▶ Atelier cuisine avec Virginie Ferlay-Rouveure - sur inscription

Jeudi 20 - à partir de 13h30 ▶ Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

Lundi 24 - à partir de 13h30 ▶ Un livre/un café avec les bénévoles de la bibliothèque de Tain-L'Hermitage. Suivi de l'atelier Nez Sens avec Géraldine Thiersault

Mardi 25 - 13h30-17h30 ▶ FORUM du Bien Vieillir animé par ARCHE Agglo et le réseau des acteurs seniors à Tain-l'Hermitage

Mercredi 26 - à partir de 13h30 ▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 27 - à partir de 13h30 ▶ Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

DÉCEMBRE 2025

Lundi 1er - à partir de 13h30 ▶ Un livre/un café avec les bénévoles de la bibliothèque de Tain-l'Hermitage. Suivi de l'atelier massage avec Bernadette Barral-Baron

Mardi 2 - après-midi ▶ Musicothérapie avec Sarah Raynaud-Godefroy

Mercredi 3 - à partir de 13h30 ▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 4 - à partir de 13h30 ▶ Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

Lundi 8 - à partir de 13h30 ▶ Yoga avec Anne Buguet

Mardi 9 - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mardi 9 - de 13h30 à 17h30 ▶ Forum du Bien Vieillir animé par Arche Agglo et le réseau des acteurs seniors à St Félicien

Mercredi 10 - à partir de 13h30 ▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 11 - à partir de 13h30 ▶ Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

Lundi 15 - à partir de 13h30 ▶ Un livre/un café avec les bénévoles de la bibliothèque de Tain-l'Hermitage. Suivi de l'atelier massage avec Bernadette Barral-Baron

Mardi 16 - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 17 - à partir de 13h30 ▶ Halte répit « la parenthèse qui fait du bien » avec Lieu d'Etre, plateforme de répit Drômoise

Jeudi 18 - à partir de 09h00 ▶ Atelier cuisine avec Virginie-Ferlay - sur inscription

Jeudi 18 - à partir de 13h30 ▶ Méditation avec Sophie Doll-Boulanger

▶ Fermeture le 22 décembre. Réouverture le 5 janvier

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 de Tain-l'Hermitage.

HORAIRES D'OUVERTURE

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

D'ARCHE EN HERMITAGE



©DIRECTION DE LA COMMUNICATION
ARCHE AGGLO
ÉDITÉ EN JUILLET 2025
NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

