

LES RENDEZ-VOUS

escale répit

Du temps
pour les aidant.e.s

MARS
▶ JUIN
2024

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

Suis-je un AIDANT ?

Chaque situation est particulière et singulière ; il n'y a pas une sorte d'aïdants 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'aïdant : écoute, soutien, loisir et répit.

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'escale répit propose d'accueillir les personnes aidées afin de soulager l'aïdant pour une parenthèse qui fait du bien ; cette halte répit est proposée en partenariat avec la plateforme de répit drômoise Lieux d'Être.

Certaines activités se font sur inscription afin de prévoir les transports, les courses...

L'année 2024 aura pour fil conducteur le BIEN ETRE : retrouvez dans ce document l'ensemble des activités proposées au fil des mois.



MARS 2024

Lundi 4 - à partir de 13h30 ▶ Yoga avec Anne Buguet

Mardi 5 - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 6 - à partir de 13h30 ▶ La parenthèse qui fait du bien-halte répit

Jeudi 7 - à partir de 13h30 ▶ Massages Bienveillants avec Bernadette Barral Baron

Lundi 11 - à partir de 13h30 ▶ Musicothérapie avec Sarah Raynaud-Godefroy

Mardi 12 - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 13 - à partir de 13h30 ▶ La parenthèse qui fait du bien-halte répit médiation animale avec Céline Roche

Jeudi 14 - à partir de 13h30 ▶ Atelier couture super héros avec Elodie
Ouvert à tous

Lundi 18 - à partir de 13h30 ▶ « Corps é mouvants » avec Géraldine Thiersault

Mardi 19 - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 20 - à partir de 13h30 ▶ La parenthèse qui fait du bien-halte répit avec la bibliothèque de Tain

SORTIE SUR INSCRIPTION
Jeudi 21 ▶ À la rencontre du collectif Kanlaréla et du café des aidants de St Félicien
• Départ à 13h30

Lundi 25 - à partir de 13h30 ▶ Réalité virtuelle avec Socialdream

Mardi 26 - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 27 - à partir de 13h30 ▶ La parenthèse qui fait du bien-halte répit

Jeudi 28 - à partir de 9h ▶ Atelier cuisine avec Virginie Ferlay
MERCI DE VOUS INSCRIRE

Jeudi 28 - à partir de 13h30 ▶ Atelier couture super héros avec Elodie
Ouvert à tous

Accueil individuel

Prendre rendez-vous avec l'animatrice

06 60 87 74 11

DU TEMPS

pour s'informer

- En rendez-vous individuel avec l'animatrice
- En groupe lors des formations des aidants et autour de tables rondes

pour s'exprimer

- En groupe ou en individuel
- Durant les activités afin d'exprimer et reconnaître ses émotions

pour partager

- Lors des sorties,
- Pendant les ateliers,
- En animation...

de répit

- Tous les mercredis après-midi
- Collaboration avec la plateforme d'accompagnement et de répit des aidants familiaux «**Lieu d'être**» : accueil délocalisé à l'Escale répit

HORAIRES D'OUVERTURE

lundi de 13h30 à 17h

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



AVRIL 2024

Fermeture le 01/04/2024

- Mardi 2** - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu
- Mercredi 3** - à partir de 13h30 ▶ La parenthèse qui fait du bien-halte répit
- Jeudi 4** - à partir de 13h30 ▶ Massages Bienveillants avec Bernadette Barral Baron
- Lundi 8** - à partir de 13h30 ▶ Musicothérapie avec Sarah Raynaud-Godefroy
- Mardi 9** - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu
- Mercredi 10** - à partir de 13h30 ▶ La parenthèse qui fait du bien-halte répit avec la bibliothèque de Tain
- ACTIVITÉ SUR INSCRIPTION**
Jeudi 11 - à 14h30 ▶ Séance de cinéma à Tournon : en partenariat avec les animatrices des établissements d'hébergement pour personnes âgées ainsi que le ciné théâtre Jacques Bodoïn

Fermeture du 15/04/2024 au 19/04/2024

- Lundi 22** - à partir de 13h30 ▶ Réalité virtuelle avec Socialdream
- Mardi 23** - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 24 - à partir de 13h30 ▶ La parenthèse qui fait du bien-halte répit médiation animale avec Céline Roche

Jeudi 25 - à partir de 9h ▶ Atelier cuisine avec Virginie Ferlay
MERCI DE VOUS INSCRIRE

Jeudi 25 - à partir de 13h30 ▶ Couture super héros
Atelier ouvert à tous

Samedi 27 - après midi ▶ CARNAVAL Tain Tournon en partenariat avec le CST et la MJC

Fermeture du 29/04/2024 au 03/05/2024

Accueil individuel

Prendre rendez-vous avec l'animatrice

06 60 87 74 11

MAI 2024

Lundi 6 - à partir de 13h30 ▶ Yoga avec Anne Buguet

Mardi 7 - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Fermeture le 09/05/2024

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

Mardi 14 - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 15 - à partir de 13h30 ▶ La parenthèse qui fait du bien-halte
répit avec la bibliothèque de Tain

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

Fermeture le 20/05/2024

Mardi 21 - à partir de 13h30 ▶ Activité physique adaptée avec Siel Bleu

Mercredi 22 - à partir de 13h30 ▶ La parenthèse qui fait du bien-halte répit
médiation animale avec Céline Roche

SORTIE SUR INSCRIPTION
Jeudi 23 ▶ Pic Nique à Mauves : en partenariat avec
les établissements d'hébergement pour
personnes âgées

Lundi 27 - à partir de 13h30 ▶ Réalité virtuelle avec Socialdream

Mardi 28 - à partir de 13h30 ▶ Atelier avec Élodie

Mercredi 29 - à partir de 13h30 ▶ La parenthèse qui fait
du bien-halte répit

Jeudi 30 - à partir de 9h ▶ Atelier cuisine avec Virginie Ferlay
MERCI DE VOUS INSCRIRE

Jeudi 30 - à partir de 13h30 ▶ Atelier avec Élodie

Vendredi 31
Transport sur demande ▶ Journée événementielle le printemps
des aidants au chalutier à la Beaume
d'Hostun en collaboration
avec le Département de la Drôme

Accueil individuel

Prendre rendez-vous avec l'animatrice

06 60 87 74 11

JUIN 2024

Lundi 3 - à partir de 13h30

▶ Yoga avec Anne Buguet

Mardi 4 - à partir de 13h30

▶ Massages Bienveillants
avec Bernadette Barral Baron

Mercredi 5 - à partir de 13h30

▶ La parenthèse qui fait
du bien-halte répit

ACTIVITÉ SUR INSCRIPTION

Jeudi 6 - à 14h30

▶ Séance de cinéma à Tournon : en
partenariat avec les animatrices des
établissements d'hébergement pour
personnes âgées ainsi que le ciné
théâtre Jacques Bodoïn

Lundi 10 - à partir de 13h30

▶ Musicothérapie
avec Sarah Raynaud-Godefroy

Mardi 11 - à partir de 13h30

▶ Atelier avec Elodie

Mercredi 12 - à partir de 13h30

▶ La parenthèse qui fait du bien-halte
répit avec la bibliothèque de Tain

Jeudi 13 - à partir de 13h30

▶ Atelier avec Élodie

Lundi 17 - à partir de 13h30

▶ « Corps é'mouvants »
avec Géraldine Thiersault

Mardi 18 - à partir de 13h30

▶ Massages Bienveillants
avec Bernadette Barral Baron

Mercredi 19 - à partir de 13h30

▶ La parenthèse qui fait du bien-halte répit
médiation animale avec Céline Roche

Jeudi 20 - à partir de 13h30

▶ Atelier avec Élodie

▶ **Fermeture du 24/06/2024 au 28/06/2024**

Accueil individuel

Prendre rendez-vous avec l'animatrice

06 60 87 74 11