

PROGRAMME



OCTOBRE-NOVEMBRE-DÉCEMBRE 2026

CULTURE ET LOISIRS

DÉJEUNER CONCERT MYSTÈRE – Marché gare

Profitez de la pause du midi pour découvrir un concert mystère. **Prévoir son pique-nique !**

[Rendez-vous directement au Marché Gare.](#)

Mardi 06 octobre à 12h15

Mardi 24 novembre à 12h15



DANS LES COULISSES DES CONCERTS –

Périscopes

Venez découvrir les coulisses d'un concert au Périscopes suivi d'un repas partagé puis d'un concert offert.

[Rendez-vous à l'Escale du 2.](#)

Mercredi 28 octobre à 17h15



ART THÉRAPIE

Exprimez votre créativité en réalisant diverses créations à partir de matériaux de récupération. Animé par l'artiste plasticien Hermann Seko YAKPEY.

Mercredi 21 octobre de 14h à 16h

Mercredi 25 novembre de 14h à 16h

Mercredi 16 décembre de 14h à 16h



ATELIER CROCHET

Que vous soyez débutant.es ou expert.es, venez découvrir le crochet avec Claire !

[Sans inscription !](#)

Les mercredis à 14h15

CRÉATION DE KAMISHIBAI

Venez fabriquer un kamishibai pour décorer l'Escale au cours de 3 matinées.

[Présence aux 3 matinées obligatoire !](#)

Jeudi 03 décembre de 10h à 11h30

Jeudi 10 décembre de 10h à 11h30

Jeudi 17 décembre de 10h à 11h30

VIE QUOTIDIENNE

APPRENDRE L'INSCRIPTION SYNAIO EN AUTONOMIE

Apprendre à utiliser notre plateforme d'inscription aux ateliers et repas de façon autonome.

Mercredi 11 novembre de 10h30 à 11h30

BALADES

SENTIER DES CABORNES

Balade sur le sentier des cabornes, 7km, quelques montées sans difficulté.

Ne pas oublier votre pique-nique et de l'eau !!

[Rdv à 9h30 à l'Escale du 2 retour vers 15h.](#)

Vendredi 09 octobre à 9h30



BALADE URBAINE

Balade urbaine à Villeurbanne, de parc en parc.

[Rdv à 9h à Mairie de Villeurbanne.](#)

Vendredi 20 novembre à 9h

BALADE DE NOËL

Balade surprise concoctée par Bernard.

Ne pas oublier votre pique-nique et de l'eau !!

[RDV à l'Escale du 2 à 9h30.](#)

Vendredi 11 décembre à 9h30



SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

PODOLOGUE

Soin et beauté des pieds assurés par les étudiants de l'école de podologie-pédicure Rockefeller.

Jeudi 12 novembre de 14h à 17h

Jeudi 26 novembre de 14h à 17h

Jeudi 10 décembre de 14h à 17h



Ateliers et petits-déjeuners gratuits – Repas à 2€

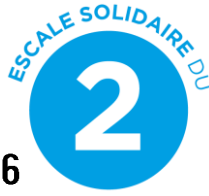
Ateliers et repas sur inscription, ouverts à toutes et tous ! Atelier annulé si moins de 2 participant.e.s.

Inscriptions : sur place, par mail escalesolidaire@habitat-humanisme.org ou par téléphone

les lundis matins de 9h30 à 12h ou 09 82 81 35 90

Escale Solidaire du 2 – 25 rue Delandine 69002 LYON – Métro Perrache / Tram Place des Archives

PROGRAMME



OCTOBRE-NOVEMBRE-DÉCEMBRE 2026

ALIMENTATION

ATELIER PÂTISSERIE

Venez cuisiner et déguster des pâtisseries !



Jeudi 08 octobre 14h30 à 16h30

Jeudi 22 octobre 14h30 à 16h30

Mercredi 18 novembre 14h30 - 16h30 (La Cloche)

CUISINE PARTAGÉE*

Mise à disposition de la cuisine de l'Escale Solidaire pour venir préparer vos repas avec vos propres denrées et partager un moment de convivialité.

***Inscription auprès de l'équipe alimentation au 07.61.89.46.10**

Les mardis de 10h à 14h

Réservé aux personnes n'ayant pas accès à une cuisine individuelle

TABLE D'HÔTES ET ACCUEIL

Petit-déjeuner : les mercredis, jeudis, vendredis de 8h30 à 10h30

Déjeuner : les mercredis et jeudis de 12h15 à 14h

Dîner : les jeudis de 19h15 à 21h

Accueil convivial : les jeudis de 14h à 19h

Dîner jeunes (-30 ans) : les mercredis de 19h15 à 21h - repas gratuit

CRÉNEAUX JEUNES (-30 ans)

FOCUS GROUPE SANTE MENTALE DES JEUNES (18-30 ans)

Participez à un diagnostic sur la santé mentale des jeunes. Animé par le Translab Azimut d'Ocellia.

Mercredi 18 novembre de 17h à 19h

DINERS PARTAGÉS ENTRE JEUNES (-30 ans)

Viens discuter, jouer et rencontrer d'autres jeunes, autour d'un repas partagé de 19h30 à 20h45

Inscription via : <https://www.billetweb.fr/repas-etudiants-jeunes>

Les mercredis de 19h15 à 21h - Gratuit

Ateliers et petits-déjeuners gratuits - Repas à 2€

Ateliers et repas sur inscription, ouverts à toutes et tous ! Atelier annulé si moins de 2 participant.e.s.

Inscriptions : sur place, par mail escalesolidaire@habitat-humanisme.org ou par téléphone

les lundis matins de 9h30 à 12h au 09 82 81 35 90

Escale Solidaire du 2 - 25 rue Delandine 69002 LYON - Métro Perrache / Tram Place des Archives

PROGRAMME

OCTOBRE - NOVEMBRE - DÉCEMBRE 2026



CULTURE ET LOISIRS

PRATIQUE ARTISTIQUE

Exprimez votre créativité et passez un moment convivial autour d'un atelier artistique proposé par KOMMET, en lien avec les expositions du centre d'art.

Mercredi 7 octobre de 14h30 à 16h

Mercredi 25 novembre de 14h30 à 16h

Mercredi 16 décembre de 14h30 à 16h



VISITE D'EXPOSITION

Après les ateliers artistiques, poursuivez l'expérience en visitant l'exposition associée au centre d'art KOMMET, en compagnie des animateurs pour une immersion dans les œuvres réalisées.

Mercredi 7 octobre de 16h à 17h

Mercredi 25 novembre de 16h à 17h

Mercredi 16 décembre de 16h à 17h



ÉCRITURE

En petit groupe, venez expérimenter l'écriture, à partir d'un thème ou d'une phrase d'auteur, Pas de niveau demandé. Animé par Annie.

Mardi 6 et 13 octobre de 15h45 à 17h45

Mardi 3 et 17 novembre de 15h45 à 17h45

Mardi 1^{er} et 15 décembre de 15h45 à 17h45



ATELIERS ET VISITE AVEC LA BIENNALE D'ART CONTEMPORAIN

Les ateliers sont portés par l'Artiste Rose Frigière :

- Atelier collage et cartes postales : « Les rêves du quartier »

Mercredi 14 octobre de 14h à 15h30

- Atelier d'écriture-performance

Mercredi 21 octobre de 14h à 15h30



- Visite guidée de la biennale d'art contemporain aux Grandes Locos. **Rendez-vous à 14h à l'Escale du 3 pour y aller avec les accompagnantes !**

Attention, les titres de transport TCL ne seront pas pris en charge.

Mercredi 28 octobre de 14h à 16h

ATELIERS DESSIN ET ORIGAMI

Venez découvrir l'origami, cet art du pliage du papier originaire du Japon, ainsi que le dessin aux côtés de Camille dans une ambiance conviviale !

Mercredi 4, 11 et 18 novembre de 14h30 à 16h

Mercredi 2 et 9 décembre de 14h30 à 16h



TRICOT

Partagez un moment convivial en découvrant le tricot aux côtés de Christine et Denise, dans une ambiance joyeuse !

Mardi 6 et 20 octobre de 14h à 16h

Mardi 17 novembre de 14h à 16h

Mardi 1^{er} et 15 décembre de 14h à 16h



CHANTONS ENSEMBLE !

Lors de cet atelier de pratique vocale, Anne propose de chanter ensemble, découvrir des chants du monde, en associant différentes pratiques, de la chorale à l'improvisation vocale et corporelle. Peu importe la voix, l'important c'est de chanter, et surtout à plusieurs, laissant place à la créativité dans un moment de partage joyeux et accessible à toutes et tous !

Lundi 12 et 19 octobre de 18h30 à 20h

Lundi 23 et 30 novembre de 18h30 à 20h

Lundi 7 et 14 décembre de 18h30 à 20h



ACCÈS AUX DROITS

ATELIER « TOUCHE PAS À MES DROITS »

Animé par le PIMMS médiation, l'objectif est de sensibiliser aux droits et aux enjeux de non recours au droits. L'atelier permet d'identifier les démarches existantes et les administrations porteuses des droits. Les participant.e.s ont ainsi la possibilité de recevoir des conseils individualisés et adaptés à leur situation.

Mercredi 28 octobre de 14h à 15h

Mercredi 18 novembre de 14h à 15h

Mercredi 16 décembre de 14h à 15h



Ateliers, accueils et petits-déjeuners gratuits - Repas à 2€

Ateliers et repas sur inscription, ouverts à toutes et tous ! Atelier annulé si moins de 2 participant.e.s.

Inscriptions : sur place, par mail escalesolidaire@habitat-humanisme.org ou par téléphone les lundis matin de 9h30 à 12h au 04 81 09 16 93.

Escale Solidaire du 3 - 252 rue Duguesclin, 69003 LYON - Métro B arrêt Place Guichard

PROGRAMME

OCTOBRE - NOVEMBRE - DÉCEMBRE



VIE QUOTIDIENNE

VISITE BIBLIOTHÈQUE ET EXPOSITION

Visite rapide de 30 minutes de la bibliothèque du 3ème à côté de l'Escale du 3, avec Evelyne la médiatrice culturelle. Elle vous fera découvrir les différents espaces, les différentes offres et livres de la bibliothèque ainsi que l'exposition de peinture en cours de Robinson Haas.

Rendez-vous directement devant la Bibliothèque au 246 rue Duguesclin.

Mardi 24 novembre de 15h à 15h30



FORMATION SYNAIO

Venez apprendre à utiliser notre plateforme d'inscription aux ateliers de façon autonome. Nous vous expliquerons comment s'inscrire, étape par étape, depuis votre propre appareil !

Mardi 20 octobre de 10h30 à 12h

Mardi 10 novembre de 15h à 16h30



PRENONS SOIN DE NOTRE ESCALE !

Un temps collectif pour prendre soin de notre Escale et la terrasse : trier, ranger, embellir... Chacun.e participe selon ses envies et ses possibilités. Cette initiative vient en complément de l'entretien quotidien du lieu et est avant tout l'occasion de contribuer ensemble à la vie de l'Escale et décider de notre aménagement !

Jeudi 5 novembre de 9h à 12h



INSERTION PROFESSIONNELLE

CAFÉ FLE

Venez pratiquer le français, échanger, rencontrer d'autres personnes et prendre confiance à l'oral autour de thèmes de conversation, dans une ambiance conviviale et chaleureuse. Inscriptions par mail :

d.gkouskos@habitat-humanisme.org

Tous les jeudis de 14h à 15h30



SANTÉ ET BIEN ÊTRE

YOGA SUR CHAISE ENTRE FEMMES

Réservé aux femmes

Une séance d'1h de yoga sur chaise pour retrouver de la souplesse, bouger en douceur et relâcher les tensions dans une atmosphère de détente.

Les vendredis 1 semaine sur 2 de 14h15 à 15h15

Du vendredi 2 octobre au vendredi 11 décembre inclus.



ATELIER YOGA AVEC MARION

Initiez-vous au Yoga avec Marion, professeure qualifiée dans son studio *Yoga Citta* à deux pas de l'Escale du 3. Elle vous accueillera dans une ambiance calme et bienveillante, pour un moment de déconnexion, peu importe votre niveau. Venir directement au studio de Yoga [204 Rue de Créqui, 69003] avec une tenue confortable et décontractée.

Mercredi 14 octobre de 16h à 17h

Mercredi 4 novembre de 16h à 17h

Mercredi 9 décembre de 16h à 17h



TABLE D'HÔTES ET ACCUEIL

Petit-déjeuner : les mardis et mercredis de 8h à 10h

Déjeuner : les mardis et mercredis de 12h15 à 14h

Accueil convivial : les mardis et mercredis de 14h à 17h

Dîner : les mardis et mercredis de 19h15 à 20h30

Café convivial entre femmes

Réservé aux femmes

un vendredi par mois de 10h à 12h

Déjeuner entre femmes

Réservé aux femmes

un vendredi par mois de 12h15 à 14h

Possibilité de venir avec ses enfants.

Vendredi 2 octobre de 12h à 14h

Vendredi 13 novembre de 12h à 14h

Vendredi 11 décembre de 12h à 14h



Ateliers, accueils conviviaux et petits-déjeuners gratuits - Repas à 2€

Ateliers et repas sur inscription, ouverts à toutes et tous ! Atelier annulé si moins de 2 participant.e.s.

Inscriptions : sur place, par mail escalesolidaire@habitat-humanisme.org ou par téléphone les lundis matin de 9h30 à 12h au 04 81 09 16 93.

Escale Solidaire du 3 - 252 rue Duguesclin, 69003 LYON - Métro B arrêt Place Guichard

PROGRAMME

OCTOBRE - NOVEMBRE - DÉCEMBRE 2026

SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

BOOSTEZ VOS NEURONES

Réservé aux séniors

En jouant, venez stimuler votre mémoire, vos capacités d'attention et de raisonnement et découvrir des conseils pour prendre soin de votre cerveau au quotidien ! Cycle d'ateliers afin d'obtenir des résultats et de progresser.

Les jeudis 1, 8, 15, 22, 29 octobre de 9h15 à 10h15

Les jeudis 5, 12, 19, 26 novembre de 9h15 à 10h15

Les jeudis 3, 10, 17 décembre de 9h15 à 10h15



YOGA SUR CHAISE

Réservé aux séniors

Un temps entre seniors pour se reconnecter à son corps grâce au souffle. Tenue souple souhaitée pour la pratique des postures. Avec Martine.

Les jeudis 1 et 8 octobre de 10h45 à 11h45

Les jeudis 5 et 26 novembre de 10h45 à 11h45

Jeudi 17 décembre de 10h45 à 11h45



TEMPS D'ÉCOUTE

Un temps d'écoute de 30 minutes en toute bienveillance, en partenariat avec l'association Écoute Lyon Bellecour, pour échanger et partager dans un cadre apaisant.

Vendredi 30 octobre de 9h30 à 11h30

Vendredi 27 novembre de 9h30 à 11h30

Vendredi 18 décembre de 9h30 à 11h30

YOGA DU RIRE

Réservé aux séniors

Un moment de convivialité entre seniors pour cultiver sa bonne humeur et son énergie grâce au rire ! Des exercices simples et accessibles pour relâcher les tensions. Avec Néosilver.

Les jeudis 12, 19 et 26 novembre de 16h30 à 17h30

Les jeudis 3, 10 et 17 décembre de 16h30 à 17h30



PODOLOGUE

Soin et beauté des pieds assurés par les étudiants de l'école de podologie-pédicure Rockefeller.

Le vendredi 6 novembre de 9h à 10h

Les Vendredis 13 et 27 novembre de 8h30 à 10h30

Les vendredis 4 et 11 décembre de 8h30 à 10h30



SOINS SOCIO-ESTHÉTIQUES

Réservé aux séniors

Un atelier de soin pour se sentir bien, reprendre confiance en soi et être apaisé, tant physiquement que psychiquement. Atelier qui peut varier : soin du visage, du corps, des cheveux... Avec Néosilver.

Les jeudis 1, 8, 15, 22 et 29 octobre, de 16h30 à 17h30

Jeudi 5 novembre de 16h30 à 17h30



CULTURE ET LOISIRS

COUTURE

Coudre, raccommoder mais aussi créer avec l'aide de Marie-Odile. Convivialité et efficacité réunies ! Merci de vous inscrire sur un créneau de 1h, soit à 14h30, soit à 15h30.

Lundi 12 octobre de 14h30 à 16h30

Tous les lundis de novembre de 14h30 à 16h30

Les lundis 7 et 14 décembre de 14h30 à 16h30

ATELIER CROCHET

Venez apprendre ou vous perfectionner au crochet aux côtés de Clémentine.

Les mardis 6 et 20 octobre de 14h à 16h

Les mardis 10 et 24 novembre de 14h à 16h

Dates pour décembre à venir.

ATELIER PINCEAUX CISEAUX

Peinture, déco, « récup », en compagnie de Blandine.

Mardi 13 octobre de 14 à 16h

Mardi 10 novembre de 14 à 16h

Mardi 8 décembre de 14 à 16h



PARTAGE DE LECTURES

Réservé aux séniors

Dans un lieu convivial, venez échanger vos coups de cœur de lectures ;

Les jeudis 15, 22 et 29 octobre de 10h15 à 11h

Le Jeudi 12 novembre de 10h15 à 11h

Les jeudis 3 et 10 décembre de 10h15 à 11h



Gratuit, sur inscription et ouvert à toutes et tous ! Atelier annulé si moins de 2 participant.e.s.

Inscriptions : sur place, au 09 74 19 03 47 le lundi de 9h30 à 12h

ou par mail escalesolidaire@habitat-humanisme.org

Escale Solidaire du 6 - 78 rue Tronchet 69006 LYON - Métro Massena

PROGRAMME

OCTOBRE - NOVEMBRE - DÉCEMBRE 2026

VIE QUOTIDIENNE

ACCOMPAGNEMENT NUMÉRIQUE

Tout savoir sur l'utilisation de votre smartphone ou ordinateur, du mot de passe à la boîte mail, en passant par les réseaux sociaux.

Mardi 6 octobre de 14h à 17h

Les mardis 3 et 17 novembre de 14h à 17h



FORMATION SYNAIO AVEC LAURA ET MELANIE

Venez apprendre et vous former à Synaio pour vous inscrire en autonomie aux ateliers et repas des Escales. Pensez à prendre votre ordinateur ou votre téléphone !

Mardi 3 novembre de 14h à 16h

CAFÉ FUNÉRAIRE

Réservé aux seniors

Café décalé pour mieux comprendre le déroulement des obsèques, les divers éléments obligatoires et facultatifs et le champ des possibles pour des obsèques personnalisées. Discussion sans tabou autour des questions sur la mort et les obsèques ! Avec la Coopérative funéraire de Lyon.

Jeudi 19 novembre de 10h30 à 12h



SESSIONS INFORMATIQUES SENIORS

Sous forme de cycle, l'association Maintenir vous apprend à vous servir efficacement de votre informatique. Inscription directement au 04 78 58 06 68 ou à prevention@maintenir.asso.fr.

Tous les jeudis, du 1er octobre au 26 novembre, de 14h à 16h

Réservé aux seniors



PROJET LPO

SORTIE NATURE- AVEC LA LPO

La Ligue de Protection des Oiseaux vous propose une sortie au parc de la Tête d'Or pour observer les espèces présentes sur le site. Avec la MJC du 6 et la Maison de l'Hospitalité. Départ devant l'Escale du 6.

Jeudi 22 octobre de 14h à 16h30



habitat & humanisme
RHÔNE



CRÉATION DE MANGEOIRE EN COURGE - AVEC LA LPO

Création de mangeoires pour oiseaux en courge et réalisation d'une pâte à tartiner courge-chocolat à déguster à la fin de l'atelier ! **À la MJC du 6.**

Le jeudi 12 novembre, de 14h à 16h30

APÉRO BIODIVERSITÉ POUR LA FIN DU PROJET LPO

Apéro pour fêter la fin du projet avec la LPO ! Création de cartes de vœux et retours d'expérience sur le projet. Réservé aux passagers ayant participé à au moins 1 atelier LPO. **À la MJC du 6.**

Le jeudi 3 décembre de 18h à 20h

INSERTION PROFESSIONNELLE

CAFÉ FLE

Venez pratiquer votre français autour de conversations et de jeux.

Inscriptions par mail : p.lauzol@habitat-humanisme.org

Tous les lundis de 14h à 15h30

SEMAINE BLEUE

CONFÉRENCE : BOOSTEZ VOTRE VITALITÉ COGNITIVE

Réservé aux seniors

Dans le cadre de la Semaine Bleue, Sylvie, de l'entreprise ILO, vous propose une conférence sur le thème de la vitalité cognitive et de la meilleure manière de la cultiver.

Mercredi 7 octobre de 14h30 à 16h



TABLE D'HÔTES ET ACCUEIL

Petit-déjeuner : les mardis et vendredis de 8h à 10h

Déjeuner : les mardis et vendredis de 12h15 à 14h

Dîner : les lundis et mardis de 19h15 à 21h

Accueil convivial : les mardis de 14h à 17h

Accueil Spot Seniors : les jeudis de 9h à 11h et mardi de 14h à 17h

Gratuit, sur inscription et ouvert à toutes et tous ! *Atelier annulé si moins de 2 participant.e.s.*

Inscriptions : sur place, au 09 74 19 03 47 le lundi de 9h30 à 12h,

ou par mail escalesolidaire@habitat-humanisme.org

Escale Solidaire du 6 - 78 rue Tronchet 69006 LYON - Métro Massena

PROGRAMME



OCTOBRE - NOVEMBRE - DECEMBRE 2026

SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

PODOLOGUE

Soin et beauté des pieds assurés par les étudiants de l'école de podologie-pédicure Rockefeller.

Jeudis 05 et 19 novembre de 14h à 17h

Jeudis 3 et 17 décembre de 14h à 17h

ATELIER BUCCO-DENTAIRE

Un atelier ludique où l'on découvre, en s'amusant, les bons gestes pour prendre soin de son sourire : jeux, démonstrations, astuces surprises... Tout pour rendre l'hygiène dentaire simple, cool et éclatante !

Jeudi 19 novembre de 10h à 12h

COIFFEUR

Coupe uniquement, par les étudiants du Lycée des Métiers des Arts de la Coiffure. RDV d'une heure par personne. ***Veillez laver vos cheveux le jour du rendez-vous.*** . Limité à une date par trimestre et par personne.

Vendredis 2 octobre de 8h15 à 12h

Vendredi 13 novembre de 8h15 à 12h

BIEN MANGER, BIEN DORMIR, BIEN BOUGER

Ces trois habitudes pas toujours si simples à mettre en place sont la clé d'une bonne santé au quotidien. Venez échanger et découvrir des conseils pratiques et faciles lors de notre atelier prévention santé

Jeudi 10 décembre de 10h à 11h30

VIE QUOTIDIENNE

VIDE DRESSING DINO

Un moment pour soi afin de découvrir notre chromo-dressing coloré et repartir avec une tenue coup de cœur.

Jeudi 22 octobre de 15h à 17h

ACCOMPAGNEMENT NUMÉRIQUE

Tout savoir sur l'utilisation de votre smartphone ou ordinateur, du mot de passe à la boîte mail en passant par les réseaux sociaux.

Jeudis 1 et 15 octobre de 9h à 12h

Jeudis 12 et 26 novembre de 9h à 12h

ALIMENTATION

CUISINE PARTAGÉE

Mise à disposition de la cuisine de l'Escale Solidaire pour venir préparer vos repas avec vos propres denrées et partager un moment de convivialité avec d'autres personnes. ***Inscription auprès de l'équipe alimentation au 06 69 49 20 28**

Tous les mercredis de 10h à 17h



Ateliers et petits-déjeuners gratuits - Repas à 2€

Ateliers et repas sur inscription et ouverts à toutes et tous ! *Atelier annulé si moins de 2 participant.e.s.*

Inscriptions : sur place, par mail escalesolidaire@habitat-humanisme.org

ou par téléphone les lundis matins de 9H30 à 12H au 09 82 81 49 72

Escale Solidaire du 9 - 2 place Dumas De Loire, 69009 LYON

PROGRAMME



OCTOBRE - NOVEMBRE - DECEMBRE 2026

INSERTION PROFESSIONNELLE

CAFE FLE

Tous les mardis de 14h à 15h30

Venez pratiquer le français autour de conversations et de jeux. **Inscriptions par mail :**

d.gkouskos@habitat-humanisme.org

SE REMOBILISER EN CONFIANCE VERS L'EMPLOI

Cette petite voix intérieure qui freine mon accès à l'emploi:

Lundi 23 Novembre de 14h à 16h

CULTURE ET LOISIRS

VISITE DE LA BIENNALE D'ART CONTEMPORAIN

Participez à une visite guidée de la biennale d'art contemporain. **Atelier en collaboration avec La Biennale d'Art Contemporain.** **Point de rencontre:**

Escale du 9

Jeudi 29 octobre de 14h à 15h30

ATELIER TAPISSERIE

Découvrez les bases du métier de tapissier avec Agathe et Charlène des Ateliers Jouffre. Réalisez de petits objets décoratifs en tissu et en cuir à partir de chutes de matériaux. Un atelier ouvert à tous, sans prérequis.

Vendredi 30 octobre de 14h à 17h

ATELIER DE TEINTURE VEGETALE

Découvrez comment transformer des pelures d'oignon, des peaux d'avocat, du marc de café et d'autres déchets alimentaires en colorant naturels pour teindre la laine. **Atelier en collaboration avec La Biennale d'Art Contemporain.**

Jeudi 12 novembre de 14h30 à 17h

TABLE D'HÔTES ET ACCUEILS

Petit-déjeuner: les jeudis de 8h à 10h

Déjeuner: les jeudis de 12h à 14h



NOUVEAU !!!!

A PARTIR DE NOVEMBRE

Dîner

le 1^{er} jeudi du mois de 19h15 à 21H

Accueil convivial: les jeudis de 14h à 17h

Ateliers et petits-déjeuners gratuits - Repas à 2€

Ateliers et repas sur inscription et ouverts à toutes et tous ! *Atelier annulé si moins de 2 participant.e.s.*

Inscriptions : sur place, par mail escalesolidaire@habitat-humanisme.org

ou par téléphone les lundis matins de 9H30 à 12H au 09 82 81 49 72

Escale Solidaire du 9 - 2 place Dumas De Loire, 69009 LYON

PROGRAMME

OCTOBRE-NOVEMBRE-DÉCEMBRE 2026



SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

CONSULTATIONS PSYCHOLOGUES

Espace individuel d'accueil et de soutien sécurisant et bienveillant pour parler de soi en toute confiance.

Si l'escalier est fermé, merci d'attendre votre rendez-vous à l'extérieur.

Avec Daniel:

De 14h30 à 17h30 :

Mercredi 7 et 21 octobre

Mercredi 4 et 18 novembre

Mercredi 2 et 16 décembre

Avec Frédéric : CONSULTATIONS LIMITEES A 2 FOIS PAR MOIS

Tous les vendredis de 9h à 13h

PERMANENCE SANTÉ

Vous avez besoin de faire le point sur un problème de santé ? D'être orienté pour accéder à des soins ? De soutien ?

Un infirmier peut vous recevoir. Avec Denis. Sans inscription.

De 14h à 17h :

Mercredis 7, 14, 21, et 28 octobre

Mercredis 4, 18 et 25 novembre

Mercredis 2, 9 et 16 décembre

TAI CHI CHUAN

Enchaînements de mouvements lents qui visent à se détendre, améliorer sa posture et sa respiration, se sentir mieux dans sa tête et son corps.

Tous les lundis de 16h15 à 17h30 jusqu'au 14 décembre compris

MÉDITATION EN MOUVEMENT

Libérer l'énergie dans son corps et plonger dans le silence intérieur.

Tenue souple recommandée. Avec Martine.

De 15h à 16h :

Lundi 5 et 12 octobre

Lundi 2 et 16 novembre

Lundi 14 décembre



YOGA SUR TAPIS

Un temps pour se reconnecter à son corps grâce au souffle.

Tenue souple recommandée. Avec Martine.

De 10h30 à 12h:

Mercredi 14 octobre

Mercredi 4 et 18 novembre

Mercredi 16 décembre

OSTÉOPATHE

Une visite chez l'ostéopathe soulage les douleurs aiguës ou persistantes. Séance d'une heure offerte par des étudiants de l'école d'ostéopathie ATSA.

De 9h à 13h :

Vendredi 23 octobre

Vendredi 20 novembre

CONSULTATIONS PSYCHOLOGIQUE AVEC UN MÉDECIN GÉNÉRALISTE

Consultations psychologiques avec un médecin généraliste spécialisé dans l'écoute. Avec Philippe.

De 9h à 12h :

Vendredis 9 et 23 octobre

Vendredis 6 et 20 novembre

Vendredi 4 et 18 décembre

STAGE DE YOGA

Inscriptions auprès de Martine 06 74 95 01 33

Dimanche 15 novembre de 10h à 16h

CULTURE ET LOISIRS

ÉCRITURE

Participez à un atelier d'écriture animé par ATD Quart Monde.

De 17h30 à 19h :

Mercredi 14 et 28 octobre

Mercredi 4 et 18 novembre

Mercredi 2, 16 et 30 décembre



DANSE

Venez vivre un moment de partage, de plaisir, et de bien-être à travers le mouvement et la musique. Avec Cécile de Momentum.

Mercredi 7 et 14 octobre de 14h à 15h30

Lundi 9 novembre 14h à 15h30

Vendredi 20 novembre de 10h30 à 12h00

Vendredi 4 et 18 décembre de 10h30 à 12h00

PERCUSSIONS AFRO-BRÉS ILIENNES

Découverte des instruments de la batucada avec Alain-Pierre. Pas besoin d'être musicien, il suffit d'aimer le rythme et la convivialité !

De 14h à 15h :

Vendredis 2, 9 et 16 octobre

Vendredis 6, 13, 20 et 27 novembre

Vendredis 4 et 11 décembre



COMÉDIE MUSICALE

Débutant ou non, venez découvrir l'univers fabuleux et libérateur de la comédie musicale avec Camille.

De 10h30 à 12h

Vendredis 2, 9 et 16 octobre

Vendredi 6, 13 et 27 novembre

Vendredi 11 décembre

Ateliers et petits-déjeuners gratuits - Repas à 2€

Ateliers et repas sur inscription et ouverts à toutes et tous ! Atelier annulé si moins de 2 participant.e.s.

Inscriptions : sur place, par mail escalesolidaire@habitat-humanisme.org ou au 09 74 13 73 23 le lundi de 9h30 à 12h

Escalier Solidaire Wilson - 5 rue Hector Berlioz 69 100 Villeurbanne - Métro Charpennes

PROGRAMME

OCTOBRE - NOVEMBRE - DECEMBRE 2026



VIE QUOTIDIENNE

FORMATION SYNAIO

Venez apprendre à vous servir de l'application SYNAIO pour vous inscrire en autonomie aux ateliers et repas des escales.

Pensez à prendre votre ordinateur ou téléphone.

Avec Mélanie et Laura.

Mercredi 18 novembre de 14h à 16h.

PROJETS PASSAGERS ET PASSAGERES

Viens participer à un groupe de partage et de réflexion autour du lieu, de ses activités et de ses règles de fonctionnement. Un moment pour échanger, proposer des idées et imaginer ensemble l'Escale Solidaire Wilson.

Mercredi 11 novembre de 14h30 à 16h.

INSERTION PROFESSIONNELLE

Pour tous les ateliers insertion professionnelle, informations et inscriptions auprès d'Amélie DUMENIL au 06 73 67 57 61.

ATELIERS DE PRÉPARATION À L'EMPLOI*

Ma stratégie de recherche d'emploi :

Jeudi 1^{er} octobre de 9h à 12h

Préparation aux entretiens d'embauche :

Jeudi 8 octobre de 9h30 à 11h30

Présentation des métiers d'agent de production chez Vantive Meyzieu (Randstad) :

Jeudi 19 novembre de 9h à 11h

Devenir autonome dans ses candidatures :

Mardi 24 novembre de 14h à 16h

Faire un CV qui passe les filtres de l'IA :

Jeudi 3 décembre de 9h30 à 11h30

Se familiariser avec l'espace France travail :

Mardi 15 décembre de 14h à 16h



PERMANENCE EMPLOI*

Création et actualisation de CV, aide à la recherche d'emploi/formation, préparation aux entretiens d'embauche.... Sans inscription.

Tous les jeudis de 14h à 17h



SE REMOBILISER EN CONFIANCE VERS L'EMPLOI *

Sophrologie : détente, équilibre et énergie positive :

Mardi 6 octobre de 14h à 15h30

Assertivité : Poser mes limites dans le respect des autres :

Mardi 13 octobre de 14h à 17h

Libérer son corps et sa voix, révéler sa confiance : un atout pour l'emploi :

Jeudi 15 octobre de 9h30 à 11h30

Libérer son corps et sa voix, révéler sa confiance : un atout pour l'emploi :

Jeudi 5 novembre de 9h30 à 11h30

Sophrologie : détente, équilibre et énergie positive :

Mardi 10 novembre de 14h à 15h30

Libérer son corps et sa voix, révéler sa confiance : un atout pour l'emploi :

Mardi 1^{er} décembre de 14h à 16h

JOB DATING *

De 9h à 12h :

Jeudi 29 octobre

Jeudi 26 novembre

Jeudi 17 décembre

ALIMENTATION

CUISINE PARTAGÉE

Réservé aux personnes n'ayant pas accès à une cuisine individuelle. Mise à disposition de la cuisine de l'Escale Solidaire pour venir préparer vos repas avec vos propres denrées et partager un moment de convivialité avec d'autres personnes.

Tous les jeudis de 13h30 à 17h

Inscription auprès de Leda au 06.69.49.20.28



TABLE D'HÔTES ET ACCUEIL

Petit-déjeuner : les mercredis et vendredis de 8h à 10h

Déjeuner : les mercredis et vendredis de 12h15 à 14h

Dîner : les mercredis de 19h15 à 21h

Accueil convivial : le mercredi de 14h à 19h

Ateliers et petits-déjeuners gratuits - Repas à 2€

Ateliers et repas sur inscription et ouverts à toutes et tous ! Atelier annulé si moins de 2 participant.e.s.

Inscriptions : sur place, par mail escalesolidaire@habitat-humanisme.org ou au 09 74 13 73 23 le lundi de 9h30 à 12h

Escale Solidaire Wilson - 5 rue Hector Berlioz 69 100 Villeurbanne - Métro Charpennes

PROGRAMME

OCTOBRE - NOVEMBRE - DECEMBRE 2026



SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

QI GONG

Prendre soin de son corps et de son esprit, avec des mouvements simples et lents, proposés par Bertrand.

Les mercredis de 16h à 17h15, sauf le 21 et 28 octol novembre, 23 et 30 décembre.



RELAXATION GUIDÉE

Philippe vous invite à un atelier de relaxation guidée : une parenthèse pour relâcher les tensions grâce à des auto-massages, quelques mouvements simples inspirés notamment du Tai Chi Chuan et du Qi Gong, et une méditation pour terminer en douceur.

Les jeudis de 10h à 11h, sauf les 24 et 31 décembre



YIN YOGA

Carmen propose un cours de Yin Yoga qui s'adresse à toutes et tous. Les postures s'adaptent aux personnes grâce à l'utilisation d'accessoires : coussins, briques... C'est une pratique passive, qui joue sur l'immobilité et la durée ; une posture est tenue de 2 à 5 minutes. *Les tapis sont fournis. Vous pouvez venir avec votre coussin ou brique de yoga.*

Les vendredis de 10h à 11h, sauf les 13, 20, 27 novembre, 4 et 25 décembre.

CULTURE ET LOISIRS

TRICOT ET PAPOTAGE



Marie et Gaïana proposent un temps convivial pour tricoter, papoter et partager ses savoir-faire autour d'une boisson chaude. Chacun.e peut montrer ses techniques et apprendre des autres pour créer ensemble. *La laine et les aiguilles sont fournies !*

Les vendredis de 14h à 16h, sauf les 24 et 31 décembre

ATELIER ÉCRITURE POUR TOUTES ET TOUS

Marie-Christine vous propose un atelier guidé pour apprendre à exprimer sa créativité à l'écrit. Tout le monde est le bienvenu pour ce temps d'échange et de création !

Vendredi 20 novembre de 10h15 à 12h15



CRÉATION ET PARTAGE

Partagez un moment créatif avec Françoise : créations en tout genre, adaptées selon les envies de chacun.e. Une belle occasion de découvrir, d'apprendre et de créer ensemble ! *Le matériel est fourni.*

Un jeudi sur deux de 14h à 16h à partir de novembre

Jeudi 5 novembre : collage de serviettes papier sur miroir

Jeudi 19 novembre : boîtes de sardines décorées

Jeudi 3 décembre : carte de vœux

Jeudi 19 novembre : décoration de Noël



JEUX LUDIQUES AVEC LA BIBLIOTHÈQUE LACASSAGNE / LA MÉDIATHÈQUE BACHUT

Venez participer à une après-midi jeux de société, avec la présence de la Bibliothèque Lacassagne et la Médiathèque du Bachut qui présenteront leurs activités.

N'hésitez pas à amener vos jeux pour les proposer !

Jeudi 8 octobre de 14h à 16h

Jeudi 10 décembre de 14h à 16h



SPECTACLES À LA MAISON DE LA DANSE

Découvrons ensemble un spectacle à la Maison de la Danse. *Limité à une date par trimestre et par personne. Merci de venir au guichet 30 min avant le début du spectacle pour récupérer sa place nominative.*

Samedi 14 novembre à 19h30 : Thomas Lebrun



ALIMENTATION

CUISINONS ENSEMBLE !



Par le Secours Catholique

Venez cuisiner avec d'autres à partir d'une recette proposée par l'un.e des participant.e.s puis déguster ensemble les bons petits plats préparés. *Limité à une inscription par mois et par personne. Les inscriptions ouvrent en début de chaque mois et sont possibles jusqu'au vendredi à 15h de la semaine précédant l'atelier.*

Les lundis de 9h15 à 13h30 :

5, 19 octobre, 2, 9, 30 novembre et 7, 14 décembre

Ateliers et petits-déjeuners gratuits - Repas à 2€

Ateliers et repas sur inscription, ouverts à toutes et tous ! Atelier annulé si moins de 2 participant.e.s.

Inscriptions : sur place, par mail escalesolidaire@habitat-humanisme.org ou par téléphone le lundi de 9h30 à 12h au 04 81 09 34 95

Escale Solidaire Grange Blanche - 31 rue Professeur Rochaix, 69003 LYON - Métro D, arrêt Grange Blanche

PROGRAMME

OCTOBRE - NOVEMBRE - DECEMBRE 2026



VIE QUOTIDIENNE

PRENONS SOIN DE NOTRE ESCALE !

Un temps collectif pour prendre soin de l'Escale : trier, ranger, embellir, jardiner... Chacun.e participe selon ses envies et ses possibilités. En complément de l'entretien quotidien du lieu, c'est l'occasion de contribuer ensemble à la vie du lieu et son aménagement !

Mercredi 4 novembre de 9h à 12h



ACTIONS COLLECTIVES

Par le Secours Catholique



Vous avez envie d'agir pour les autres et pour vous ? Venez partager vos idées, les réaliser avec d'autres. Visites, activités artistiques, culturelles et ludiques...

Informations et inscriptions sur place.

Les lundis de 14h à 16h, sauf les 19, 26 octobre et 21, 28 décembre.

Lundi 5 octobre : Atelier nutrition

Lundi 12 octobre : Atelier Activité physique adaptée

Lundi 2 novembre : Confection de petits gâteaux

Lundi 9 novembre : Atelier nutrition

Lundi 16 novembre : Atelier Activité physique Adaptée

Lundi 23 novembre : Mandala-musique / Jeux Loto

Lundi 30 novembre : Film Cinéma

Lundi 7 décembre : Sortie culturelle - Visite crèche Santons

Lundi 14 décembre : Goûter- Karaoké Fête Noël

APPRENTISSAGE DU FRANÇAIS

Par le Secours Catholique



Venez progresser en français, à l'oral comme à l'écrit, pour faciliter vos échanges et votre vie quotidienne dans une ambiance conviviale. Cours non adapté aux débutants.

Sans inscription.

Les vendredis de 14h à 16h, sauf les 30 octobre, 6 novembre et 25 décembre.

CONVERSATION EN FRANÇAIS

Par le Secours Catholique



Venez pratiquer le français dans une ambiance conviviale et chaleureuse. Sans inscription.

Les mardis de 14h30 à 16h, sauf les 20, 27 octobre et 22, 29 décembre

PERMANENCE ECRIVAIN PUBLIC

Par le Secours Catholique



Vous avez besoin d'une écoute, d'un conseil, d'une information ? Venez nous rencontrer pour un soutien à toute démarche administrative. Sans inscription.

Les mardis de 9h30 à 11h30, sauf les 13, 20, 27 octobre, 24 novembre et 22, 29 décembre.

AIDE AU NUMERIQUE

Par le Secours Catholique



Vous rencontrez un souci dans l'utilisation de votre téléphone, tablette ou ordinateur ? Vous voulez apprendre à les manier avec plus de facilité ? Patrick se tient disponible pour vous aider de façon personnalisée. Si vous êtes intéressé.e, laissez un message au 07.72.30.81.59 ou à l'adresse : equipe.grangeblanche.690@secours-catholique.org. Patrick vous contactera pour prendre rendez-vous.

GROUPE DE PARTICIPATION DES PASSAGERS ET PASSAGERES A L'ESCALE

Envie de vous impliquer un peu plus dans la vie de l'Escale ? Rejoignez notre groupe de travail en intelligence collective consacré à la participation. Un espace ouvert à toutes et tous pour échanger simplement sur vos idées et besoins d'amélioration à l'Escale ! Le mieux est de pouvoir venir aux deux dates, mais faites comme vous pouvez !

Jeudis 22 et 29 octobre de 14h à 16h



APPRENDRE L'INSCRIPTION SUR SYNAIO

Avec Eva, venez apprendre à utiliser notre plateforme d'inscription aux ateliers et repas de façon autonome. Nous vous expliquerons comment s'inscrire, étape par étape, depuis votre propre appareil.

Jeudi 15 octobre de 14h30 à 15h30

Jeudi 26 novembre de 11h à 12h



TABLE D'HÔTES ET ACCUEIL

Petit-déjeuner : les jeudis et vendredis de 8h à 10h

Déjeuner : les jeudis et vendredis de 12h15 à 14h

Dîner : les jeudis de 19h15 à 21h

Accueil convivial : les jeudis et vendredis de 14h à 17h



Ateliers et petits-déjeuners gratuits - Repas à 2€

Ateliers et repas sur inscription, ouverts à toutes et tous ! Atelier annulé si moins de 2 participant.e.s.

Inscriptions : sur place, par mail escalesolidaire@habitat-humanisme.org ou par téléphone le lundi de 9h30 à 12h au 04 81 09 34 95

Escale Solidaire Grange Blanche - 31 rue Professeur Rochemais, 69003 LYON - Métro D, arrêt Grange Blanche

PROGRAMME

OCTOBRE NOVEMBRE DECEMBRE 2026



SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

PILATES ET DÉTENTE CORPORELLE

Avec Milène (Entrez en Mouvement)

Cette discipline s'adresse à celles et ceux qui souhaitent gagner en tonicité, travailler les muscles profonds, adopter une meilleure posture et prendre le temps de se détendre.

Mardis 13 et 20 octobre de 17h à 18h

Mardis 10 et 24 novembre de 17h à 18h

Mardis 8 et 22 décembre de 17h à 18h



Nouveau créneau !

YOGA

Avec Joëlle (bénévole)

Un moment pour soi à la découverte du yoga (à la portée de tous et toutes) : techniques de respiration, mouvement et postures de base, méditation et relaxation.

Mercredis 14 et 28 octobre de 10h à 11h15

Mercredis 4 et 18 novembre de 10h à 11h15

Mercredi 2 et 16 décembre de 10h à 11h15



Nouveau créneau !

YOGA SUR CHAISE

Avec Joëlle (bénévole)

Un temps pour se reconnecter à son corps lors d'une séance de yoga adaptée.

Mercredis 14 et 28 octobre de 11h30 à 12h30

Mercredis 4 et 18 novembre de 11h30 à 12h30

Mercredi 2 et 16 décembre de 11h30 à 12h30



BOOSTEZ VOS NEURONES

Avec Valérie (ILO) Réservé aux seniors

Venez booster vos neurones avec des activités simples et amusantes pour entraîner mémoire, attention et concentration.

Vendredis 2 et 16 octobre de 9h15 à 10h15

Vendredis 13 et 20 novembre de 9h15 à 10h15

Vendredis 4 et 18 décembre de 9h15 à 10h15



DÉPISTAGES : JE M'INFORME, JE PRENDS SOIN

DE MOI Réservé aux plus de 50 ans

Avec la CPAM et le CRCDC AuRA

Venez découvrir les dépistages organisés des cancers et échanger autour de votre santé dans un cadre convivial. Cet atelier permettra de mieux comprendre les examens proposés, de savoir qui est concerné, de poser vos questions et d'être accompagné dans vos démarches de santé.

Mercredi 28 octobre de 14h à 16h

Nouveauté !



ACCUEIL CONVIVAL ET CRÉATION DE LIENS

Dans le cadre des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) 2026

Parce que prendre soin de sa santé mentale passe aussi par les rencontres, le soutien social et les moments de détente, rejoignez-nous à l'Escale pour partager un thé ou un café, jouer ensemble et profiter d'un temps convivial dans une ambiance chaleureuse et bienveillante.

Sans inscription.

Jeudis 8 et 15 octobre de 14h à 17h



ALIMENTATION

CUISINE ET PAPILLES

Avec Olivier, Olivier et Guy (bénévoles)

Un temps d'échanges puis un moment de cuisine pour réaliser des recettes variées, gourmandes et équilibrées faciles à refaire chez vous.

Mercredi 18 novembre de 14h à 17h

La magie des courges



CUISINE EN FAMILLE

Avec Thiphaine (Banque Alimentaire du Rhône)

Venez cuisiner en famille, partager un moment convivial avec vos enfants et rencontrer d'autres familles autour de recettes gourmandes et faciles à reproduire à la maison.

Mercredi 2 décembre de 14h à 17h

Recettes de fêtes de fin d'année

INSERTION PROFESSIONNELLE

PERMANENCE EMPLOI

Avec l'équipe bénévole Insertion Professionnelle

Accueil, conseils et orientation pour rechercher un emploi et postuler. Sans inscription.

Mardi 13 octobre de 14h à 17h

Mardi 10 novembre de 14h à 17h

Mardi 8 décembre de 14h à 17h



TABLE D'HÔTES ET ACCUEIL

Petit-déjeuner : les mardis et les jeudis de 8h à 10h

Déjeuner : les mardis et jeudis de 12h15 à 14h

Accueil convivial : les mardis et jeudis de 14h à 17h

Dîner : pas de dîner jusqu'à la fin d'année 2026

Ateliers et petits-déjeuners gratuits - Repas à 2€

Ateliers et repas sur inscription, ouverts à toutes et tous ! Atelier annulé si moins de 2 participant.e.s.

Inscriptions : sur place, par mail escalesolidaire@habitat-humanisme.org ou par téléphone le lundi de 9H30 à 12H au 09 82 81 49 24

Escale Solidaire Caladoise - 56 rue Henri Dunant 69400 Villefranche-sur-Saône

PROGRAMME

OCTOBRE NOVEMBRE DECEMBRE 2026



CULTURE ET LOISIRS

CORRESPONDANCES INTERGÉNÉRATIONNELLES

Avec Chloé (Pontem) et la Mission Locale Réservé aux seniors

Venez découvrir des lettres échangées entre générations et partager un moment de lecture convivial ! Discutez ensemble de ces témoignages et profitez d'un atelier ouvert et chaleureux.

Vendredi 16 octobre de 10h30 à 12h

Vendredi 20 novembre de 10h30 à 12h

Vendredi 18 décembre de 10h30 à 12h



AQUARELLE

Avec Isabelle (bénévole)

Venez découvrir la technique de l'aquarelle en toute simplicité et convivialité.

Mardis 13 et 27 octobre de 14h à 16h15

Mardis 10 et 24 novembre de 14h à 16h15

Mardis 8 et 22 décembre de 14h à 16h15



TRICOT

Avec Anne-Marie (bénévole)

Venez tricoter ensemble dans une ambiance conviviale et participez à un projet collectif de tricot urbain ! Les créations seront réalisés tout au long de l'année avant de rejoindre une œuvre collective installée dans les quartiers de Villefranche-sur-Saône à l'été 2027.

Jeudis 8 et 22 octobre de 14h à 16h

Jeudis 5 et 19 novembre de 14h à 16h

Jeudi 3 et 17 décembre de 14h à 16h

Nouveauté !



JEUX DE SOCIÉTÉ

Avec Pascal (bénévole)

Venez partager un moment convivial autour de jeux de société, découvrir de nouveaux jeux ou simplement retrouver le plaisir de jouer ensemble. Bonne humeur et rires garantis ! Sans inscription.

Tous les jeudis de 14h à 17h



KARAOKÉ

Avec Pascal (bénévole)

Envie de chanter, de découvrir ou redécouvrir vos chansons préférées et surtout de passer un bon moment ensemble ? Venez donner de la voix dans une ambiance conviviale et décontractée !

Jeudi 26 novembre de 14h à 17h

VIE QUOTIDIENNE

PERMANENCE DU POLE DE RESSOURCES ET D'APPUI HANDICAP

Avec Charlotte (Une Souris Verte)



Vous êtes parent ou proche d'un enfant en situation de handicap, vous vous questionnez sur une situation ou vous êtes professionnel.le de l'accueil ? Une Souris Verte vous écoute, vous informe et vous accompagne, en vous apportant des ressources et des réponses adaptées à vos besoins.

Mardi 20 octobre de 10h à 12h puis de 14h à 17h

Mardi 17 novembre de 10h à 12h puis de 14h à 17h

PARLONS RETRAITE !

Avec la CARSAT



La meilleure manière d'aborder la retraite, c'est de s'y préparer. Et ça commence maintenant : découvrez comment demander votre retraite rapidement et en toute simplicité et sérénité.

Vendredi 9 octobre

Nouveauté !

- 9h30 à 10h30 : petit-déjeuner convivial
- 10h30-12h : temps d'échanges et d'information

APPRENDRE L'INSCRIPTION SYNAIO EN AUTONOMIE

Avec Perrine (responsable)



Apprendre à utiliser notre plateforme d'inscription aux ateliers et repas de façon autonome. Nous vous expliquerons comment s'inscrire, étape par étape, depuis votre appareil.

Jeudi 15 octobre de 14h30 à 16h

Ateliers et petits-déjeuners gratuits - Repas à 2€

Ateliers et repas sur inscription, ouverts à toutes et tous ! Atelier annulé si moins de 2 participant.e.s.

Inscriptions : sur place, par mail escalesolidaire@habitat-humanisme.org ou par téléphone le lundi de 9H30 à 12H au 09 82 81 49 24

Escalade Solidaire Caladoise - 56 rue Henri Dunant 69400 Villefranche-sur-Saône