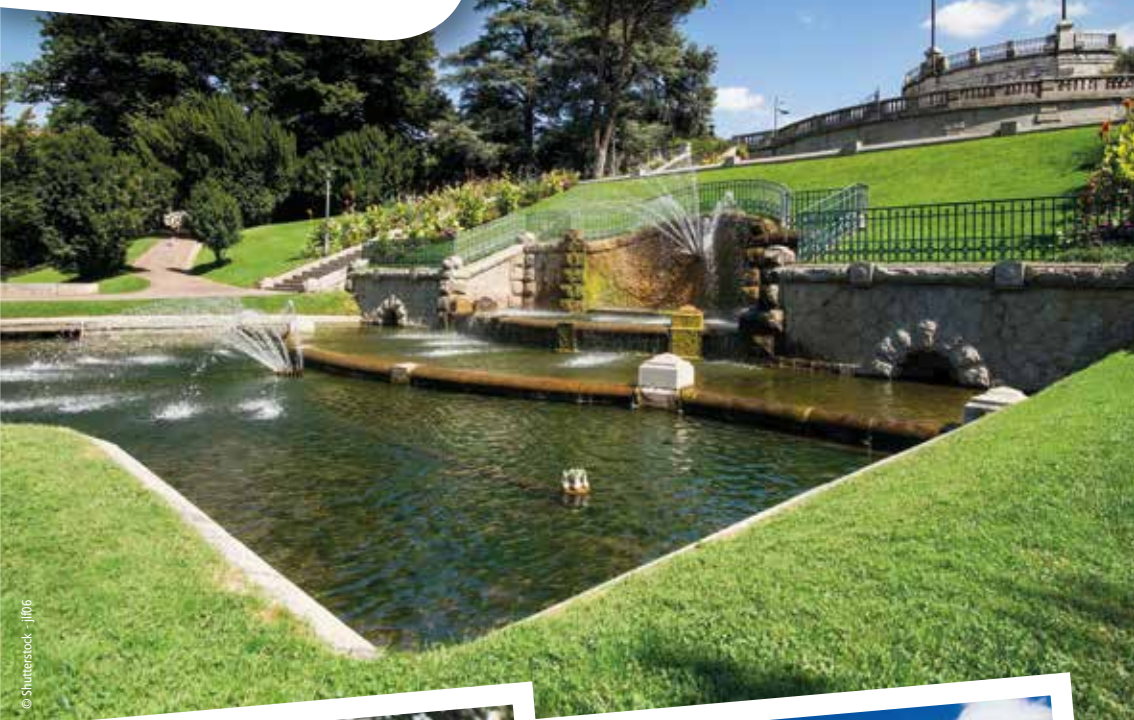




AVF tisseur de liens

2025
2026

2, place Jules Algoud - 26000 VALENCE
Tél. 04 75 40 77 50 - avf26.valence@gmail.com
<https://avf-valence.fr/>



Bibellule
micro-crèches

Bien plus qu'un mode de garde!

Qui sommes nous?
Micro-crèches locales présentes depuis 2016 sur le bassin Valentinien. Nous sommes indépendants et nos 5 établissements portent le même nom pour permettre aux familles de retrouver un seul et même projet d'accueil.

Notre mission principale consiste à prendre soin de votre enfant pour vous permettre de concilier votre vie personnelle et professionnelle sereinement.

Qu'est-ce qu'une micro-crèche?
Un établissement d'accueil en petit collectif de 12 enfants (+2 en accueil d'urgence) âgés de 2 mois 1/2 jusqu'à 6 ans en périscolaire.

Quel encadrement ?
Nous proposons un taux d'encadrement supérieur pour permettre l'accueil individualisé de chaque enfant.

Nos équipes sont composées de 5 professionnelles à temps complet et 100% qualifiées.

Nos fondamentaux :

- Éducation partagée
- Éducation par la nature
- Éducation bienveillante

Par l'autonomie, l'estime de soi, la découverte et la liberté

Où nous trouver?

- **Bibellule Châteauneuf**
14 rue Ste Thérèse
26000 Valence
- **Bibellule Victor Hugo**
11 rue Buffon
26000 Valence
- **Bibellule Briffaut**
44 rue Flobernal
26000 Valence
- **Bibellule La Pallo**
9B rue Stepanakert
Av. des Baumes
26000 Valence
- **Bibellule Saint Marcel**
20 rue des noyers
chemin du bœuf du renard
26320 Saint Marcel Lès Valence

Nos modalités d'accueil :
Du lundi au vendredi de 6H à 20H

- Accueil régulier à temps plein ou partiel
- Accueil occasionnel
- Accueil d'urgence

Ce qui nous démarque :

- Formule "tout compris" nous fournissons les couches, repas, bios et produits d'hygiène.
- Équipes formées au portage physiologique en écharpe
- Ateliers mensuels : médiation animale, éveil musical, yoga, lecture, jeux de société
- Sorties régulières au parc, marché, médiathèque, ferme
- Partenariat intergénérationnel
- Organisation de temps parents-enfants-pros

Bibellule
micro-crèches

Infos / contact
Tél : 06 95 34 90 89
Mail : contact@bibellule.fr
Web : www.bibellule.fr



SOMMAIRE



03
Edito du Maire

04
Edito du Président

05
AVF VALENCE BIENVENUE

Présentation du réseau AVF	p. 6
Présentation de l'AVF Valence	p. 7
Nos bénévoles.....	p. 10
Les membres du bureau.....	p. 11
Nos animations.....	p. 12
Nos sorties et escapades	p. 16



**Optic
St Marcel**

Etienne COTTE
Opticien

**Optique adultes,
enfants**

Solaires

**Lentilles
de contact**

04 75 79 17 49
etienne.cotte@orange.fr
93 avenue de Provence - 26320 St Marcel lès Valence
(en face de la Mairie)

Lundi 14h 19h - Du mardi au samedi de 9h 12h / 14h 19h
Parking gratuit Mairie - Bus CTAV arrêt Mairie
Arrêts brefs sur place. Accessibilité aux personnes à mobilité réduite.

"CHEZ BIOCOOP ON NE TROUVE PAS DE TOUT"



MAIS VOUS NE MANQUEREZ JAMAIS DE RIEN.

biocoop
Victor Hugo

**Il y a ceux qui se font des idées sur Biocoop.
Et ceux qui y sont déjà allés.**

268 av. Victor Hugo - Valence | Tél. 04 75 25 19 58 | www.valence.biocoop.net

Lundi au samedi : 9h00 à 19h30 - Fermé le dimanche



Siège social : 20, rue Pierre Demours - 75017 Paris | Tél. (33) 01 45 72 12 19

Délégation régionale Sud-Est : Immeuble le François 305 route de Nîmes - 34170 Castelnau-le-Lez | Tél. 04 30 96 52 92 | Site : www.france-publishing.com

Reproduction même partielle interdite. Toute contrefaçon ou utilisation de nos modèles à des fins commerciales, publicitaires ou de supports, sans notre autorisation, sera poursuivie (art. 19 de la loi du 11/03/57). Les informations contenues dans ce guide ne sont pas exhaustives et vous sont données à titre indicatif. Malgré les efforts de l'éditeur, elles peuvent être partielles, périmées ou comporter des inexactitudes. France publishing ne garantit pas l'exactitude et l'exhaustivité des informations qu'il contient. Selon une jurisprudence constante, les éditeurs ne sont pas responsables des erreurs ou omissions commises involontairement dans les ouvrages qu'ils publient.

Direction : Mickaël MIMOUNI | **Maquette :** imagein | **Impression :**
Photos : © Shutterstock - © France Publishing - © Freepik

Nous remercions tous les partenaires et annonceurs d'avoir contribué à la réalisation de cette publication. Nous invitons nos lecteurs à aller découvrir leurs produits et services et à s'identifier comme nouvel arrivant ou lecteur du guide afin de pouvoir bénéficier des offres qui figurent sur les publicités.

Nous remercions la Mairie & l'Office du Tourisme pour leur aimable contribution rédactionnelle.

Grandes *marques*,
grandes *démarques*,
toute l'année !

JACK &
JONES

SANDRO

G-STAR

LANCEL
MAISON

Levi's

LACOSTE

RITUALS

Nike ClearanceStore

ONLY

Lindt



OUVERT
LUNDI AU SAMEDI
10H - 19H

 marquesavenueromans

ÉDITO DU MAIRE



BIENVENUE À VALENCE !

S'installer dans une nouvelle ville est toujours une étape marquante, faite d'enthousiasme, de curiosité, mais parfois aussi d'interrogations : « il ne s'agit pas seulement de changer de lieu, mais de s'ouvrir à un nouvel art de vivre. »

À Valence, nous avons à cœur de vous accueillir chaleureusement et de vous offrir un cadre de vie à la hauteur de vos attentes.

Ville de culture, de gourmandise, de patrimoine et d'initiatives, Valence se distingue également par son engagement résolu en faveur du développement durable, pour lequel elle a été récompensée cette année par une Marianne d'Or. Ici, nous croyons qu'un cadre de vie agréable ne peut se construire sans respect de l'environnement. Mobilités douces, aménagements urbains respectueux, végétalisation des espaces publics, sobriété énergétique : tout est pensé pour que bien vivre rime avec bien agir.

La qualité de vie valentinoise s'incarne aussi par la richesse de son lien social. Notre ville est conviviale, dynamique, ouverte. Et c'est dans cet esprit que l'AVF joue un rôle essentiel : en facilitant votre intégration, en vous faisant découvrir les trésors de Valence, en vous aidant à nouer de nouveaux liens. Grâce à ses bénévoles engagés et bienveillants, l'AVF est un véritable trait d'union entre vous et votre nouvelle ville.

Ici, chaque saison est rythmée par des événements festifs, culturels, sportifs, accessibles à toutes et à tous. Ici, nous cultivons le sentiment d'appartenance, parce qu'une ville se vit d'autant mieux quand on s'y sent chez soi.

À tous les nouveaux arrivants, je souhaite une intégration harmonieuse et joyeuse. Que Valence vous devienne rapidement familière et chère, comme elle le fut pour tant d'autres avant vous. Ensemble, faisons grandir cette belle aventure collective.

Nicolas DARAGON

*Maire de Valence
Vice-président de la Région*

ÉDITO DU PRÉSIDENT



Vous venez d'arriver dans notre belle ville de VALENCE, ou dans le bassin valentinois.

Vous êtes Valentinois, après un changement de vie important, vous êtes seul.

Notre association Accueil des Villes Françaises (AVF), forte de son réseau national et de ses bientôt 60 ans d'expérience, vous accueille avec plaisir.

Notre mission est de faciliter l'installation des Nouveaux Arrivants, mais aussi de favoriser la construction et le maintien d'un réseau relationnel.

Pour vous permettre de découvrir votre nouvel environnement et de recréer des liens, nous vous proposons une trentaine d'activités ou animations diversifiées : ludiques, artistiques, culturelles, gastronomiques ou sportives, des balades, des sorties découvertes de votre région. Des moments de convivialité et des petites escapades, vous donneront l'occasion de nous retrouver, ensemble, pour partager de sympathiques moments chaleureux.

Une équipe de bénévoles vous recevra chaleureusement à notre local lors des permanences ou pendant les activités. Dans ce guide, vous trouverez des informations concernant votre AVF et la ville de Valence.

N'hésitez pas à nous rejoindre, nous vous attendons et nous aurons un vrai plaisir de vous accueillir parmi nous, avec convivialité et écoute.

Jean-Luc BERTHON
Président de l'AVF Valence



PRÉSENTATION DU RÉSEAU AVF

LE RÉSEAU AVF EN FRANCE



LE RÉSEAU AVF EN RHÔNE-ALPES

- **01 AIN** : BOURG EN BRESSE
- **07 ARDÈCHE** : PRIVAS
- **26 DRÔME** : MONTÉLIMAR et VALENCE
- **38 ISÈRE** : BOURGOIN JALLIEU, GRENOBLE, MEYLAN et VOIRON
- **42 LOIRE** : SAINT-ÉTIENNE
- **69 RHÔNE** : BRON, CALUIRE ET CUIRE, CHARBONNIÈRES-LES-BAINS, CRAPONNE, DARDILLY, ÉCULLY, FRANCHEVILLE, LYON, SAINT GENIS LAVAL, TARARE et VILLEFRANCHE SUR SAÔNE
- **73 SAVOIE** : AIX LES BAINS, CHAMBÉRY, SAINT JEAN DE MAURIENNE
- **74 HAUTE-SAVOIE** : ANNECY

PRÉSENTATION DE L'AVF VALENCE

L'AVF est un lieu de rencontre où vous trouverez des informations et des adresses utiles. Vous serez accueillis par des bénévoles, des activités vous seront proposées dans un esprit de détente et de convivialité.

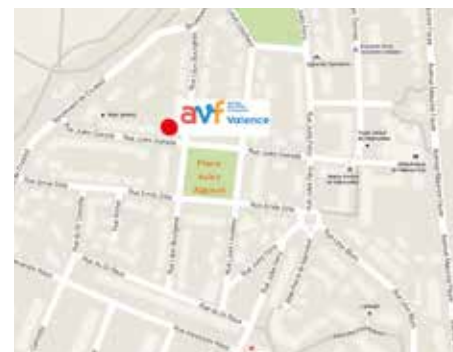
COORDONNÉES :

2, Place Jules Algoud - 26000 Valence
Tél. 04 75 40 77 50 / 06 82 49 42 19
Mail : avf26.valence@gmail.com
Site : <https://avf-valence.fr/>



PERMANENCES ACCUEIL :
mardi de 14h à 16h

OUVERTURE DU LOCAL :
Suivant les horaires des activités



NOS ACCUEILLANT(E)S :

- Josiane BAILLET
- Béatrice BOBINEAU
- Jacqueline BROUSSE
- Michèle CALVEZ
- Frédérique DESSEIN
- Chantal DOMANSKI
- Annette LAROSE
- Françoise JAECK
- Françoise LEMAIRE
- Christiane RAMON
- Patrick SANSANO

INFOS

CONDITIONS D'INSCRIPTION

Pour adhérer à notre association, une cotisation est demandée. Elle couvre les frais généraux et la cotisation à l'URAVF et l'UNAVF.

Cotisation annuelle : 40 € qui donne accès à une trentaine d'activités gratuites pour la plupart.

ASSURANCE

L'AVF Valence a souscrit une assurance pour ses adhérents qui bénéficient des garanties responsabilité civile-Défense et indemnisation des dommages corporels.

LE POT DU MAIRE

Comme tous les ans, Monsieur le Maire de Valence accueillera tous les nouveaux arrivants lors d'un apéritif à la mairie le 6 décembre 2025.



Grandes marques,
grandes démarques,
toute l'année

OUVERT
LUNDI - SAMEDI / 10H - 19H

Les **cartes cadeaux**
sont en vente à l'accueil
et sur notre site internet.
Elles sont acceptées
dans toutes les
boutiques du centre.



Votre **programme
de fidélité** de poche !
Accessible depuis
votre smartphone,
**gagnez des cadeaux
et accédez aux
offres exclusives.**



Triez les vêtements
que vous ne portez
plus et recevez
une carte cadeau
à utiliser dans vos
boutiques préférées !



Votre centre est
sur **Instagram !**
Nous sommes déjà
une jolie communauté,
il ne manque
plus que **vous !**

Rdv sur **@marques
avenueromans**

NOS BÉNÉVOLES



Nos bénévoles vous apporteront, avec leur compétence, leur expérience et leur bonne humeur, toute l'aide nécessaire pour vous permettre de vous intégrer rapidement dans votre nouvel environnement, de faire de belles rencontres et de créer un nouveau réseau relationnel.

**MERCI À TOUS NOS BÉNÉVOLES
« SANS EUX,
AVF VALENCE N'EXISTERAIT PAS »**

De vous accompagner nous permet de :

- Nous rendre utile,
- Prendre du plaisir,
- Transmettre nos connaissances et nos passions,
- Partager de bons moments,

Vous nous trouverez, en fonction de notre choix et de nos disponibilités, dans toutes les fonctions de notre association :

- Accueil des Nouveaux Arrivants,
- Activités,
- Evènements conviviaux,
- Sorties et escapades, voyages organisés,
- Conseil d'Administration

Faites-vous plaisir, profitez de belles rencontres et rendez-vous utile en partageant de bons moments.

**REJOIGNEZ « À VOTRE RYTHME »
NOS BÉNÉVOLES**

LES MEMBRES DU BUREAU



UNE ÉQUIPE DE BÉNÉVOLES SOLIDAIRE, COMPÉTENTE ET ENGAGÉE

- **Président chargé des relations publiques :**
Jean-Luc BERTHON - 06 82 49 42 19
- **Secrétaire générale chargée des relations intérieures :**
Bernadette FOSSIER - 06 10 91 69 20
- **Vice-Présidente chargée de la communication extérieure :**
Agnès CHAPON - 06 62 67 68 52
- **Vice-Présidente chargée des escapades à la journée :**
Maguy LACOSTE - 06 89 94 67 72
- **Trésorier :** Gilbert PERMINGEAT - 06 01 80 52 59
- **Responsable de l'accueil et coordination des accueillantes :**
Chantal DOMANSKI - 06 12 18 48 02
- **Coordinatrice des activités :** Martine DUBOIS - 06 82 69 67 76
- **Secrétaire administrative :** Christine TINSLEY - 06 74 37 98 54
- **Responsable des formations :** Anne CATRIENS - 06 87 62 97 00
- **Responsable des sorties :** Jacky MACLE - 06 82 22 72 88
- **Responsable des sorties :** Frédérique DESSEIN-FOREAU - 06 30 25 55 96

NOS ANIMATIONS

Chaque mois un programme est envoyé par mail aux adhérents. Ce programme est aussi affiché sur le panneau d'affichage du local. Certaines activités font l'objet de mails ponctuels diffusés par les animateurs.



ACTIVITÉS DE PLEIN AIR

Les tableaux des différentes marches sont adressés chaque trimestre aux adhérents. Ils sont également affichés au local.

Plusieurs niveaux de marches sont proposés en fonction de la distance et du niveau de difficulté.

Les marches se font dans les environs de Valence. Elles permettent de découvrir les paysages de la Drôme et de l'Ardèche.

La veille de la marche le responsable avise par mail des modalités de la marche.

MARCHES À LA JOURNÉE :

Niveau le plus élevé

Le lundi à 9h

Responsable :

Andrew Tinsley : 07 71 67 33 08



MARCHES À LA DEMI-JOURNÉE :

Le mercredi à 13h30

Responsable :

Bernard Ramon : 06 09 18 30 43



MARCHES DOUCES :

Le mardi à 14h, environ 2h de marche, chacun à son rythme

Responsable :

Jeanine Durville : 06 30 72 06 64

PÉTANQUE :

le vendredi à 15h en saison, sur les aires de pétanque du parc Marcel Paul, à proximité du local de l'AVF. Apporter ses boules.

Responsables :

Martine Dubois : 06 82 69 67 76

Bernard Cillan : 06 02 73 91 49

JEUX DE SOCIÉTÉ

TAROT :

Le jeudi de 14h30 à 17h.

Responsables :

Roberte Gauthier : 06 52 71 03 76

André Pelletier : 06 89 81 17 10



BELOTE :

Le samedi de 15 h à 17h.

Responsables :

Micheline Penaguin : 06 81 39 53 30

Martine Dubois : 06 82 69 67 76



SCRABBLE :

Le lundi de 14h15 à 17h.

Responsables :

Roberte Gauthier : 06 52 71 03 76

Marie José Marin : 06 99 83 89 20

ÉCHECS :

Le vendredi de 14h30 à 18h.

Responsable :

Jean-Luc Berthon : 06 82 49 42 19

LANGUES

ANGLAIS :

Conversation :

1^{er} et 3^e vendredi du mois de 10h30 à 12h
Occasion de discuter des sujets et thèmes qui vous intéressent

Débutants :

2^e et 4^e vendredis du mois de 10h30 à 12h
Un groupe amical où vous trouverez le soutien et l'encouragement pour améliorer votre anglais

Responsable :

Christine Tinsley : 06 74 37 98 54

ESPAGNOL :

Débutants : le mercredi de 9h à 10h

Conversation : le mercredi de 10h à 11h30

Responsable :

Ana Luisa Esposito : 06 33 48 44 04

La maîtrise de l'oral pour les deux groupes, étayée par les règles grammaticales et l'utilisation de supports vidéo.

Avec aux programmes :

- Pour les débutants, tout le vocabulaire nécessaire au voyage dans un pays hispanophone.
- Pour les confirmés, la culture et les coutumes de pays Hispanophones.

ITALIEN :

Le mardi de 16h40 à 18h10
Responsable : Anne Catriens : 06 87 62 97 00
Un groupe pour découvrir et s'entraîner à la grammaire, au vocabulaire et à la prononciation de cette belle langue.

PEINTURE

Le mardi de 14 h à 16h30
Responsable :
Huguette Voyer : 06 87 10 25 29
Différentes techniques sont abordées (acrylique, huile, pastels, sanguine, etc ...) sur des thèmes proposés.



JEUX D'ÉCRITURE

Les 2^e et 4^e mardi du mois de 9h45 à 11h45
Responsable :
Solange Durand : 06 75 39 67 62
Jeux ludiques et variés à partir de thèmes proposés par l'animatrice.



LECTURE

LA RONDE DES LIVRES :

3^e jeudi du mois de 10h à 12h
Responsable :
Huguette Voyer : 06 87 10 25 29
Discussion autour de livres partagés.

BIBLIOTHÈQUE :

De nombreux livres sont disponibles au local
Responsable : Michèle Calvez : 06 82 79 38 12

CUISINE

ATELIER CUISINE :

Le second jeudi du mois à partir de 9h30
Responsable : Margaret Guibert 06 71 11 33 45
Chaque mois un menu est proposé que les participants vont cuisiner et déguster.



SORTIE RESTAURANT :

3^e jeudi du mois à 12h30
Responsable : Maguy Lacoste : 06 89 94 67 72
Chaque mois Maguy vous propose un restaurant à découvrir dans Valence.



BONHEUR DES DAMES :

2^e samedi du mois de 12h à 15h
Responsable :
Christiane Ramon : 06 80 91 60 88
Chaque mois, les dames se réunissent dans une ambiance conviviale autour d'un repas partagé.

SORTIES, SPECTACLES ET VOYAGES

VOYAGES :

Sur proposition par mail des responsables, affichage au local
Responsables :
Frédérique Dessein : 06 30 25 55 96
Jacky Macle : 06 82 22 72 88

SORTIES À LA JOURNÉE :

Sur proposition par mail des responsables, affichage au local
Responsables : Agnès Chapon : 06 62 67 68 52
Maguy Lacoste : 06 89 94 67 72

RENDEZ-VOUS CULTURELS :

Sur proposition par mail de la responsable
Responsable :
Roselyne Mathieu : 06 50 32 01 51
Visites, concerts, expositions, pièces de théâtre, essentiellement sur l'agglomération valentinoise

CINÉMA :

2^e jeudi du mois
Responsable :
Christiane Ramon : 06 80 91 60 88
Chaque mois, l'animatrice propose par mail un film à voir dans l'un des cinémas de Valence. Le plus souvent, un repas dans une pizzeria à la suite de la séance permet d'échanger sur le film.

AIDES ET ASSISTANCES

COUTURE :

1^{er} jeudi du mois de 10h à 12h
Responsable : Annick Henriot : 07 85 40 48 66
Rendre service en couture ; petits travaux de transformation

UTILISATEURS MAC :

Un mardi par mois de 10h à 12h
Responsable :
Jean Contamine : 06 14 14 50 59
Aide pour optimiser l'utilisation des appareils et logiciels

INFORMATIQUE :

Prendre rendez-vous avec Gilbert
Permingeat : 06 01 80 52 59 disponible pour vous secourir en cas de problèmes informatiques

DÉMARCHES ADMINISTRATIVES :

Prendre rendez-vous avec Hélène Real :
06 10 81 61 40 disponible pour vous secourir en cas de problèmes administratifs

MOMENTS CONVIVIAUX

Différents moments conviviaux vous sont proposés tout au long de l'année :

- en septembre, le **goûter de rentrée** qui marque le début des activités
- en novembre : le **vivarais nouveau** : en début de soirée dégustation de vin nouveau accompagné d'un repas partagé
- début novembre : le **la journée du maire**, accueil des nouveaux arrivants à Valence
- en décembre : **repas de Noël** : journée festive dans un restaurant pouvant accueillir un groupe important
- en janvier : le **galette des rois**
- en février : les **crêpes**
- en juin : **Assemblée générale** suivie d'un apéritif et d'un repas partagé



NOS SORTIES & ESCAPADES

Nous vous présentons quelques-unes des sorties et escapades que nous avons réalisées.

Nous remercions tous nos bénévoles qui se dévouent tout au long de l'année pour assurer ces sorties et événements amicaux, qui sont aussi des moments privilégiés de rencontre entre adhérents.

VISITE DE LA CENTRALE DE CRUAS



VOYAGE À PARIS ET VISITE DU SÉNAT



BAPTÊME MONTGOLFIÈRE



VISITE DE LYON



OCTOBRE 2024 : RALLYE PÉDESTRE DANS VALENCE



DÉCEMBRE 2024 : AUBAGNE - SUR LES TRACES DE MARCEL PAGNOL

FÉVRIER 2025 : FONTAINE DE VAUCLUSE ET MUSÉE DU FRUIT CONFIT

AVRIL 2025 : ROMANS – CITÉ DE LA CHAUSSURE ET MAISON DE LA RAVIOLE

MAI 2025 : MASTROU GORGES DU DOUX ET VÉLORAIL



**BAGELSTEIN
VALENCE**



56 Rue Madier de Montjau 26000 VALENCE
Tél : 04 22 91 56 63
montjau-valence@bagelstein.com

10% de réduction sur présentation de ce livret

Savonnerie
artisanale
à Valence
depuis 2019



SAVONNERIE
KOLIBRI



www.savonnerie-kolibri.com / 07.45.00.81.57
51, rue Faventines à Valence

ÉPICERIE



**LA FERME
MAUBOURG**

70 A, AVENUE DE ROMANS • 26000 VALENCE



Changer de vie,
changer d'adresse,
ce n'est pas juste
déménager

Que vous veniez d'arriver,
que vous prépariez votre départ,
ou que vous soyez encore
en quête de la ville idéale...

mobilitée vous accompagne
à chaque étape.

UNE PLATEFORME
UNIQUE
POUR DÉCOUVRIR
OÙ POSER
VOS VALISES

www.mobilitee.fr



mobilitée,
à chaque vie sa ville

*Dites-nous simplement
qui vous êtes...
et découvrez
ce que la France
a à vous offrir.*

mobilitée