

PROGRAMME AOUT 2026

PLATEFORME D'ACCOMPAGNEMENT & DE RÉPIT
SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS
SUR LE TERRITOIRE NORD SAÔNE ET LOIRE



**Vous Aidez au quotidien
un proche à Domicile**

**Atteint d'une Maladie,
d'un Handicap?**

**Besoin d'aide,
de soutien, de répit?**

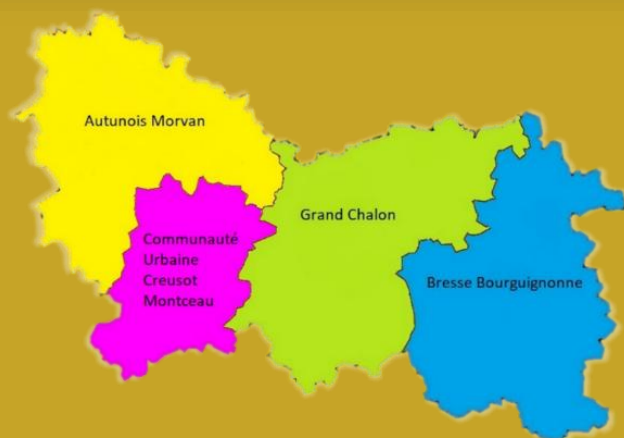
03 85 77 04 20

RÉSEAU DES AIDANTS NORD 71
75, RUE JOUFFROY
71200 LE CREUSOT

www.reseau-aidants71.fr

 @ReseaudesAidantsnord71

 @ Réseau des Aidants Nord Saône et Loire



 **03 85 77 04 20**
contact@reseau-aidants71.fr

2 MODES D'INTERVENTION

À Domicile

Remplacer à Domicile l'aidant(e) par un professionnel en proposant des activités ludiques et stimulantes.

SUPPLÉANCE

Remplacer l'aidant(e) pendant 4h
Dans la limite de 24h/an
Reste à Charge : gratuit
En journée du Lundi au Vendredi

RELAYAGE

Remplacer l'aidant(e) pendant 7h
Dans la limite de 72h/an
Reste à Charge : 2,08€/h
En journée, semaine, week-end, jour férié.
Pas d'intervention de Nuit mais horaire atypique possible.

Hors Domicile

Temps Libre Aidants

Prendre du Temps pour soi.
Libérer l'aidant de 1 à 3 heures en Proposant un accompagnement de l'aidé par des Professionnels.

Entr'Aidants

Un Temps informel pour se rencontrer et échanger entre aidants. Pour vous libérer nous proposons si besoin un accompagnement de l'aidé par des professionnels.

Ensemble

Binôme Aidant/Aidé : (Re) découvrir et partager une activité à deux en participant à des ateliers qui favorisent les échanges, le lien social et la convivialité.

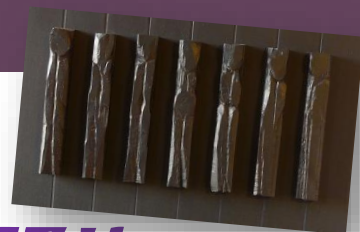
Bien-Être

Prendre le temps de passer un agréable moment de détente et de bien être. Libérer le corps et l'esprit des tensions du quotidien, lâcher prise quelques instants.

Médiations à Visée Thérapeutique

Il ne s'agit pas d'une thérapie, mais d'une écoute et de conseils. Le Psychologue accompagne seul ou en groupe. Cela peut être utile pour mieux communiquer, exprimer ses angoisses, poser des questions, réfléchir sur la maladie

Entr'Aidants



Sortie Visite Expo *Moulin de Chazeu à LAIZY*

Les associations T.RAC (Tourisme. Rencontres Artistiques et Culturelles) et "Les Sept Dormants : une œuvre en partage"

***vous invitent à l'exposition
de Jean-Paul Longin***
(Membre du Réseau des Aidants Nord 71)

Jeudi 27 Aout

Départ depuis le Réseau des Aidants 14h15

Ou Rendez-vous sur place pour la visite à 15h00

Lieu Rencontre : Association TRAC, Moulin de Chazeu 71190 LAIZY

Pour vous Inscrire contactez le **03 85 77 04 20**

Pour pouvoir Participer :

SOLUTION DE REPIT

Pour permettre à l'aidant de participer, nous vous proposons l'accompagnement de votre proche aidé par un professionnel du Réseau des Aidants autour d'activités ludiques.

***Dans les locaux de l'Accueil de Jour HARPE
8, Rue du Canada – 71200 Le Creusot***

Temps Libre Aidants

LE CREUSOT

14H / 17H

JEUDIS 6, 20, 27 AOUT

Rendez-vous à **HARPE** (Accueil de Jour)

8, Rue du Canada 71200 Le Creusot



Renseignements & Inscriptions 03 85 77 04 20



Permanences au plus proche de vous
03 85 77 04 20
sur rendez-vous uniquement

➤ **LE CREUSOT**

(Réseau des Aidants - 75, rue Jouffroy)
Du Lundi au Vendredi
9h30-12h / 13h30 - 17h

➤ **CHALON SUR SAÔNE**

(Espace Santé Prévention
1, Place Sainte Marie)
Tous les Vendredis 9h/17h

➤ **SENNECEY LE GRAND**

(Maison France Service
32, Rue des Muriers)
Tous les Mardis et Jeudis 9h/17h

➤ **AUTUN**

(CIAS – Espace Saint Jean
22, rue Naudin – 71400 Autun)
Sur demande

➤ **LOUHANS-CHÂTEAURENAUD**

(Maison Locale de l'Autonomie
3, Rue des Bordes)
Un Vendredi par mois

LES ACTIONS DES PARTENAIRES

GROUPES DE PAROLE

Pour échanger ses expériences et organiser chaque parcours de vie, construire ensemble de nouvelles pistes de réflexion pour mieux vivre le quotidien. Les groupes de parole sont assurés par des psychologues formés et bénévoles.



LE CREUSOT 14h15 à 16h15

Jeudis 3 Sept., 1 Oct., 5 Nov., 3 Déc.

Espace Répit, Réseau des Aidants (75, Rue Jouffroy 71200 Le Creusot)

MONTCEAU LES MINES 14h15 à 16h15

Vendredis 11 Sept., 9 Oct., 6 Nov., 11 Déc.

Le Trait d'Union (5 rue de Mâcon - 71300 Montceau les Mines)

CHALON SUR SAÔNE 10h à 12h / 16h à 18h

24 Août, 21 Sept., 5 Oct. 16 Nov., 14 Déc.

France Alzheimer 71 (1, Cours Marcel Pagnol - 71100 Chalon sur Saône)

LOUHANS 15h30 à 17h30 18 Sept. / 18h00 à 20h00 13 Nov.

(8 Juin - à l'Auberge de l'Europe - 71500 Louhans)

Pour vous inscrire contactez France Alzheimer 71

06 43 18 68 90 / 07 88 41 36 88

contact71@francealzheimer.org



Café des aidants®

Vous accompagnez un proche malade, en situation de handicap ou dépendant du fait de l'âge ?

Être aidant n'est pas toujours facile à gérer au quotidien, et se retrouver, rencontrer d'autres personnes dans la même situation, recevoir des conseils de professionnels ou tout simplement sortir un peu du quotidien en allant boire un Café peut être une belle occasion de se ressourcer.

Qu'est-ce qu'un Café des Aidants ?

Les Cafés des Aidants sont des temps d'échange et d'information, animés par des professionnels, à destination de tous les proches aidants.

Le Réseau des Aidants Nord 71 vous propose un Café des Aidants sur les 4 bassins de vie du Nord de la Saône et Loire : CUCM, Autunois Morvan, Grand Chalon, Bresse Bourguignonne.

Inscriptions au 03 85 77 04 20 ou par mail contact@reseau-aidants71.fr

Pour vous permettre de participer une solution d'accompagnement de votre proche aidé pourra être proposée gratuitement.

2026 - 8 SEANCES PAR SECTEUR = 8 THEMATIQUES

- 1. Être Aidant**
- 2. Les Relations avec les Professionnels**
- 3. Les limites du rôle d'Aidant**
- 4. Santé et temps pour soi**
- 5. Richesses de la relation d'aide**
- 6. Quand la maladie s'immisce dans la relation**
- 7. Aider seul ou à plusieurs**
- 8. La place de chacun entre choix et limites**



Saisy

*Mairie, le bourg
71360 Saisy*

Mardis 14h15 à 16h30

29 Sept., 27 Oct., 24 Nov.

Montceau les Mines

*AFPA – VILAGE DES SOLUTIONS
(Bâtiment La Rotonde) 1, Rue du Petit Bois
71300 Montceau les Mines*

Mercredis 14h15 à 16h30

23 Sept, 21 Oct., 18 Nov.

Sevrey

*EPSM71 - Centre de documentation
55, Rue Auguste Champion
71100 Sevrey*

Lundis 14h15 à 16h30

14 Sept., 19 Oct., 16 Nov.

Frontenaud

*CRT - 495 Rte du Château des Crozes
71580 Frontenaud*

Vendredis 14h00 à 16h00

25 Sept., 30 Oct., 27 Nov.

LES ACTIONS DES PARTENAIRES

BISTROT DES AIDANTS

Instant pour s'exprimer, s'informer et se former

L'Espace Santé Prévention du Grand Chalon vous propose

Vendredi 25 Septembre de 14h30 à 16h30

Espace Santé Prévention - 1 place Sainte Marie
71100 chalon sur Saône

Pour en Savoir plus et vous Inscrire 03 85 46 14 57

Solution de répit possible, sur place, en accompagnant votre proche aidé
par les professionnels du Réseau des Aidants (Gratuit)
Pour Inscrire votre proche aidé au répit 03 85 77 04 20



Les Rendez-vous des proches aidants

Prendre **soin de soi** pour mieux
prendre **soin de l'autre**



 **aider
& être aidé**
DES ATELIERS DE RÉPIT
POUR LES AIDANTS



Vous accompagnez régulièrement un proche en situation de dépendance ou de handicap et cet accompagnement occupe une large partie de votre temps. Vous n'êtes pas professionnel, vous êtes proche aidant.

Le Grand Chalon et ses partenaires, vous propose ce programme d'actions gratuites.

Renseignements & Inscriptions :

**Espace Santé Prévention
1, Place Sainte Marie
71100 Chalon sur Saône**

08 85 46 14 57

LES ACTIONS DES PARTENAIRES

NOUVEAU

Pré inscriptions ouvertes



**à partir
d'Octobre**

Profiter d'un moment ludique et de bien être entre aidants
autour d'une session de 6 séances de chant.

Intervenante : Louise Chalieux
Chanteuse professionnelle, choriste à l'opéra de Dijon

Lieu : à définir

Nombre de places limité
Pour vous pré inscrire 03 85 77 04 20

Pour pouvoir Participer : SOLUTION DE REPIT

**Pour vous permettre de participer, nous vous proposons
l'accompagnement de votre proche aidé
par un professionnel du Réseau des Aidants
autour d'activités ludiques.**

Renseignements et inscriptions 03 85 77 04 20

Ce projet est Soutenu et financé par le CFPPA et porté par MSA Services et Kalivi.

