

PROGRAMME FEVRIER 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

Temps Libre Aidants

LE CREUSOT

14H / 17H

JEUDIS 5, 12, 19, 26 FÉVRIER

Rendez-vous à **HARPE** (Accueil de Jour)
8, Rue du Canada 71200 Le Creusot

GRATUIT

MARDI 10 FÉVRIER 14H / 17H

Rendez-vous au **PASA** (Pôle d' Activités et de Soins Adaptés)
8, Rue du Canada 71200 Le Creusot

CHALON SUR SAÔNE 14H / 17H

MERCREDI 11 FÉVRIER

Rendez-vous à l' **ESP** (Espace Santé Prévention)
1, Place Sainte Marie 71100 Chalon sur Saône

Renseignements & Inscriptions 03 85 77 04 20

Entr'Aidants

Sortie Visite Culturelle Château de Sully

Visite Guidée à 14h30 suivi d'une pause Gourmande

Jeudi 12 Février



Départ depuis le Réseau des Aidants 13h30

Ou Rendez-vous sur place à 14h30

Lieu : Château de Sully - Rue du Château, 71360 Sully

Pour vous inscrire, contactez le **03 85 77 04 20**

Tarif : 5€25 /pers (Règlement de préférence par chèque à l'ordre de l'EHPAD Départemental du Creusot)

SOLUTION DE REPIT : Pour permettre à l'aidant de participer, nous vous proposons l'accompagnement de votre proche aidé sur place (dans une pièce à côté) par un professionnel du Réseau des aidants autour d'activités ludiques.



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

➤ LOUHANS-CHÂTEAURENAUD

(Maison Locale de l'Autonomie – 3, Rue des Bordes)

Un Vendredi par mois

Une association à but non lucratif loi 1901
d'intérêt général à vocation sociale.

Étoilés &
Solidaires

"Inviter
un Aidant et un Aidé
à Déjeuner"

Le Réseau des Aidants Nord 71 en partenariat avec Etoilés & Solidaires proposeront à des binômes Aidants et Aidés des moments de partage gastronomiques / bistronomiques et conviviaux dans un restaurant d'un chef...

RÉSEAU DES AIDANTS

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 27 Février de 14h30 à 16h

ESPACE FRANCE SERVICES - 45b Grande Rue - 71590 GERGY,
mais prendre le 41 pour le gps (mairie)

Pour en Savoir plus et vous Incrire 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 Incrire votre proche aidé au répit 03 85 77 04 20

LES ACTIONS DES PARTENAIRES



FRANCE
ALZHEIMER
& MALADIES APPARENTÉES
71 SAÔNE-ET-LOIRE

FORMATION DES AIDANTS

14h -17h Session de 5 Séances :
12, 26 Mars, 9, 16, 30 Avril 2026

LE CREUSOT

Salle Séniors – Les Arcades
7 Boulevard Henri-Paul Schneider
71200 Le Creusot

La formation des aidants animée par un binôme psychologue/bénévole formé, a pour objectif d'apporter des informations sur la maladie d'Alzheimer et maladies apparentées et des outils concrets pour comprendre la personne malade et adapter son accompagnement au quotidien.

Avec le Soutien
de la



Inscription Obligatoire au 5 Séances :
07 88 41 36 88

GROUPES DE PAROLE

En petit groupe, apprendre à faire face au mieux
à la maladie, au handicap...
Pour adopter au quotidien les bons comportements.



LE CREUSOT 14h15 à 16h15

Jeudis 5 Février, 5 Mars, 2 Avril, 7 Mai, 4 Juin, 2 Juillet,

3 Septembre, 1 Octobre, 5 Novembre, 3 Décembre

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

MONTCEAU LES MINES 14h15 à 16h15

Vendredis 6 février, 6 Mars, 3 avril, 24 Avril, 5 Juin, 3 Juillet, 11 Septembre, 9
Octobre, 6 Novembre, 11 Décembre

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

**Pour vous inscrire contactez France Alzheimer 71
06 43 18 68 90**

Nouveauté 2026



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.

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

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

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

**24 Février, 31 Mars, 27 Avril, 19 Mai,
23 Juin, 29 Sept., 27 Oct., 24 Nov.**

Montceau les Mines
Lieu communiqué ultérieurement

Mercredis 14h15 à 16h30

**25 Février, 25 Mars, 22 Avril, 27 Mai,
17 Juin, 23 Sept., 21 Oct., 18 Nov.**

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

Lundis 14h15 à 16h30

**02 Mars, 30 Mars, 20 Avril, 18 Mai,
15 Juin, 14 Sept., 19 Oct., 16 Nov.**

Frontenaud
CRT - 495 Rte du Château des Crozes
71580 Frontenaud

Vendredis 14h00 à 16h00

**27 Février, 20 Mars, 24 Avril, 29 Mai,
26 Juin, 25 Sept., 30 Oct., 27 Nov.**

LES ACTIONS DES PARTENAIRES



Le soutien aux proches aidants est une priorité des politiques de solidarité du Département en faveur des personnes âgées et des personnes en situation de handicap.

Les aidants non professionnels jouent un rôle essentiel auprès des personnes fragilisées par la perte d'autonomie ou le handicap, en apportant un soutien quotidien indispensable.

Dans ce cadre, le Département de Saône-et-Loire et la CFPPA (Commission des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie) ont conventionné avec la Plateforme d'Accompagnement et de Répit Nord, reconnue par l'Agence Régionale de Santé comme coordinatrice du soutien aux proches aidants sur ce secteur.

Ce partenariat vise à développer tout au long de l'année, des actions en faveur des aidants, en répondant à la diversité des besoins et en couvrant les zones insuffisamment pourvues.

Le Réseau des Aidants Nord 71 remercie le Département de Saône-et-Loire pour la confiance accordée et le soutien apporté au déploiement de ces actions.



PROGRAMMATION
1^{er} trimestre 2026

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



Calendrier

JANVIER

1^{er} trimestre 2026

Lundi 12	▶ Sophrologie	Chalon
Mardi 13	▶ Répit	Chalon
Mardi 20	▶ Yoga	Chalon
Vendredi 23	▶ Home Tech	Chalon
Lundi 26	▶ Sophrologie	Chalon
Jeudi 29	▶ Qi Gong	Chalon
Vendredi 30	▶ Bistrot des aidants	Lans

FÉVRIER

Mardi 3	▶ Yoga	Chalon
Lundi 9	▶ Sophrologie	Chalon
Mardi 10	▶ Répit	Chalon
Jeudi 12	▶ Qi Gong	Chalon
Jeudi 12	▶ Information UDAF	Chalon
Mardi 17	▶ Yoga	Chalon
Vendredi 20	▶ Home Tech	Chalon
Lundi 23	▶ Sophrologie	Chalon
Jeudi 26	▶ Qi Gong	Chalon
Vendredi 27	▶ Bistrot des Aidants	Gergy

MARS

Lundi 9	▶ Sophrologie	Chalon
Mardi 10	▶ Yoga	Chalon
Mardi 10	▶ Mars Bleu	Saint Rémy
Jeudi 12	▶ Qi Gong	Chalon
Mardi 18	▶ Répit	Chalon
Lundi 23	▶ Sophrologie	Chalon
Mardi 24	▶ Yoga doux	Chalon
Jeudi 26	▶ Qi Gong	Chalon
Vendredi 27	▶ Bistrot des aidants	Champforgeul

LES ACTIONS DES PARTENAIRES



Une Offre de Répit Alternative

Hébergement de Nuit Programmé

Portée par l'Agence Régionale de Santé BFC et le Conseil Départemental 71, cette expérimentation qui s'étend du 1^{er} Juin 2025 au 1^{er} Juin 2026 propose une offre supplémentaire de maintien à domicile et une dynamique de répit au proche aidant.

L'Hébergement de Nuit Programmée est un accompagnement adapté à toute personne de plus de 60 ans en recherche d'un environnement sécurisé la nuit par des professionnels du soin et répondant à leur besoin de réassurance (notamment en cas de désorientation).

Ce dispositif n'est pas un hébergement d'accueil d'urgence

Possibilité d'envisager un accompagnement de votre proche pendant 24h en associant un relayage proposé par le Réseau des Aidants et l'Hébergement de nuit Programmé.

(Démarche et organisation à anticiper)

Renseignements
03 85 77 04 20




EHPAD
DÉPARTEMENTAL
DU CREUSOT

75, rue Jouffroy
71200 Le Creusot
03 85 77 04 00





ehpad-dep71.fr

