

# PROGRAMME Janvier 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](http://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 8, 15, 22, 29 JANVIER

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

8, Rue du Canada 71200 Le Creusot

**GRATUIT**

## MARDI 13 JANVIER 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 14 JANVIER

Rendez-vous à l' **ESP** (Espace Santé Prévention)

1, Place Sainte Marie 71100 Chalon sur Saône

## AUTUN

14H / 17H

### JEUDI 22 JANVIER

L' Inter-Actif

90, Avenue de la République, 71400 Autun

Renseignements & Inscriptions 03 85 77 04 20

**Ensemble** Aidants et Aidés



**CABARET**  
& GALETTE DES ROIS

14h45 Dimanche 25 Janvier

Renseignements & Inscriptions  
au 03 85 77 04 20

*Solution de transport possible  
depuis le domicile (15kms autour du Creusot)  
à partir de 13h45*

**Résidence Demi Lune**  
75, Rue Jouffroy – 71200 Le Creusot

## Instant Bien Être

Être Aidant et s'accorder un moment de détente en prenant soin de soi

### Séances de Massage (assis-habillé)

**Dos, Voûte plantaire ... proposés par Jean François Tillier  
de l'Instant Zen à Chalon sur Saône**



**Jeudi 22 Janvier de 14h à 17h**

Lieu : Espace l'Inter -Actif - 90, Avenue de la République 71400 Autun

Pour prendre Rendez-vous contactez le **03 85 77 04 20**

Créneaux massage de 30 Min à réserver :

14h30 – 15h00 – 15h30- 16h – 16h30

**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 Muriens)  
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...



## 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 30 Janvier de 14h30 à 16h**

**Mairie de Lans – salle de la Mairie – 33, Grande Rue- 71380 Lans**

**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**

### 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 8 Janvier, 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 9 Janvier, 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**

# Nouveautés 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 lieux, des temps et des espaces d'information, de rencontres et d'échanges, animés par un travailleur social et un psychologue ayant une expertise sur la question des aidants. Ils sont ouverts à tous les proches aidants, quels que soient l'âge et la pathologie de la personne accompagnée. Le label Café des Aidants est initié par l'Association Française des Aidants et proposé partout en France.

**Le Réseau des Aidants Nord 71 va proposer à partir de Mars 2026 un Café des Aidants Itinérant sur les 4 bassins de vie du Nord de la Saône et Loire : CUCM, Autunois Morvan, Grand Chalon, Bresse Bourguignonne.**

Nous vous invitons d'ores et déjà à nous solliciter pour ces rencontres ou à nous faire part de vos suggestions de thèmes à aborder lors de ces temps d'échange.

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

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



**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.**



BONNE ANNÉE

2026

L'aïdant marche, humble, sur le chemin des jours, portant la chaleur là où tout semble lourd. Chaque geste, une flamme qui soutient, chaque regard, chaque mot offert un souffle de lumière...

# 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<sup>er</sup> Juin 2025 au 1<sup>er</sup> 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**

