



# Programmation **JUILLET**

2024

**RÉSEAU DES AIDANTS NORD 71**

**75, RUE JOUFFROY**

**71200 LE CREUSOT**

**03 85 77 04 20**

[www.reseau-aidants71.fr](http://www.reseau-aidants71.fr)

[f @ReseaudesAidantsnord71](https://www.facebook.com/ReseaudesAidantsnord71)

Un programme d'actions pour chaque secteur  
d'intervention du Réseau des Aidants.

Autunois Morvan

Communauté  
Urbaine  
Creusot  
Montceau

Grand Chalon

Bresse Bourguignonne

## Entr'Aidants

Un temps pour sortir, se rencontrer, échanger entre aidants

### Sortie Déjeuner à l'Auberge "La croix Messire Jean" à Uchon

Inscription  
Préalable  
Obligatoire

*Suivi d'une promenade digestive*

**Rendez-vous Mardi 2 Juillet 12h00 sur place**

**Renseignements et Inscriptions 03 85 77 04 20**

**Tarif : 5,25€ / Pers. (à régler de préférence par chèque à l'ordre du Trésor Public)**  
Solution de répit possible, pour l'Aidé dans les locaux du Pôle d'Activités et  
de Soins Adaptés (PASA) - Rue du canada - de 10h à 18h  
Contactez-nous 03 85 77 04 20

Binôme Aidant /Aidé : (Re)découvrir et partager une activité à deux

Inscription  
Préalable  
Obligatoire

### Repas Barbecue en Musique Animé par Gis Animation

**Rendez-vous Mardi 23 Juillet 12h**

Rendez-vous dans les locaux du Pôle d'Activités et de Soins Adaptés  
(PASA )  
8, rue du canada 71200 Le Creusot

**Renseignements et Inscriptions 03 85 77 04 20**

**Tarif : 5,25€ / Pers. (à régler de préférence par chèque à l'ordre du Trésor Public)**

Possibilité de vous proposer un transport pour participer. Contactez-nous

Communauté  
Urbaine  
Creusot  
Montceau

## Temps Libre Aidants

Libérer l'aidant une demi-journée proposant un accueil du proche Aidé.

### Les Jeudis 4, 11, 18, 25 Juillet

Dans les locaux de Harpe 8, rue du Canada 71200 Le Creusot  
De 14h à 17h

[GRATUIT]

Inscription préalable obligatoire 03 85 77 04 20

[GRATUIT]

### Les Mardis 2 et 30 Juillet

Dans les locaux du Pôle D'Activités et de Soins Adaptés  
PASA horizon (8, Rue du Canada - 71200 Le Creusot)  
De 14h à 17h

Inscription préalable obligatoire 03 85 77 04 20

## Entr'Aidants

Un temps pour sortir, se rencontrer, échanger entre aidants

## Sortie Déjeuner à l'Auberge "La croix Messire Jean" à Uchon

*Suivi d'une promenade digestive*

Inscription  
Préalable  
Obligatoire

### Rendez-vous Mardi 2 Juillet 12h00 sur place

- Pour ceux qui sont accompagnés par nos soins depuis leur domicile rdv à partir de 11h00.
- Pour ceux qui sont accompagnés par nos soins depuis le Réseau des aidants rdv à 11h30.

Renseignements et Inscriptions 03 85 77 04 20

**Tarif : 5,25€ / Pers. (à régler de préférence par chèque à l'ordre du Trésor Public)**

Solution de répit possible, pour l'Aidé dans les locaux du Pôle d'Activités et de Soins adaptés (PASA Horizon – 8 Rue du Canada) de 10h à 18h

Contactez-nous 03 85 77 04 20

## Ensemble

Binôme Aidant /Aidé : (Re)découvrir et partager une activité à deux

Inscription  
Préalable  
Obligatoire

### Repas barbecue en Musique Animé par Gis Animation

Mardi 23 Juillet 12h

- Pour ceux qui sont accompagnés par nos soins depuis leur domicile rdv à partir de 11h15.

Rendez-vous dans les locaux du PASA  
8, rue du Canada 71200 Le Creusot

Renseignements et Inscriptions 03 85 77 04 20

**Tarif : 5,25€ / Pers. (à régler de préférence par chèque à l'ordre du Trésor Public)**

## Entr'Aidants

Un temps pour sortir, se rencontrer, échanger entre aidants

### Sortie Culturelle : Visite de la Chocolaterie "Maison Dufoux" à Charolles

Inscription  
Préalable  
Obligatoire

Rendez-vous Mercredi 31 Juillet 14h30 sur place  
ZA du Champ du Village, 71120 Charolles

- Pour ceux qui sont accompagnés par nos soins depuis leur domicile rdv à partir de 12h45.
- Pour ceux qui sont accompagnés par nos soins depuis le Réseau des aidants rdv à 13h15.

Renseignements et Inscriptions 03 85 77 04 20

Tarif : 5,25€ / Pers. (à régler de préférence par chèque à l'ordre du Trésor Public)

Solution de répit possible, pour l'Aidé dans les locaux du Réseau des Aidants (75, Rue Jouffroy) de 14h à 18h Contactez-nous 03 85 77 04 20

## Médiations à Visée Thérapeutique

Un temps d'échanges, d'écoute et de conseils

### GROUPES DE PAROLE

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

Inscription  
Préalable  
Obligatoire

#### LE CREUSOT

Judis 6 Juin, 5 Septembre  
3 Octobre, 7 Novembre, 05 Décembre

De 14h15 à 16h15

Dans les locaux du réseau des aidants Nord 71

75, Rue Jouffroy – 71200 Le Creusot

Inscription préalable Obligatoire 06 43 18 68 90

Solution de répit possible, pour l'Aidé dans les locaux Harpe. (8, Rue de canada 71200 Le Creusot)



### MONTCEAU LES MINES

Vendredi 20 Septembre, 18 Octobre, 22 Novembre, 20 Décembre  
De 14h30 à 16h30

**Pôle Santé** 7, Rue des Ecoles – Bois du Verne 71300 Montceau les Mines

Inscription préalable Obligatoire 06 43 18 68 90

### Montceau les Mines : Formation autour de maladie Neuro évolutive

France Alzheimer71 organise une formation à destination des Aidants accompagnant quotidiennement un proche atteint d'une maladie Neuro évolutive.



De 14h15 à 17h15



Cycle de 6 rencontres : Mercredis 4, 11 16, Septembre  
2, 9 Octobre / 11 Décembre

Maison de quartier du Bois du verne 19, Rue Anatole France  
71300 Montceau les Mines

Renseignements et inscriptions 06 43 18 68 90

## Entr'Aidants

Un temps pour sortir, se rencontrer, échanger entre aidants

### Sortie Déjeuner à l'Auberge "La Croix Messire Jean" à Uchon

Inscription  
Préalable  
Obligatoire

*Suivi d'une promenade digestive*

**Rendez-vous Mardi 2 Juillet 12h00 sur place**

La Croix Messire Jean, 71190 Uchon

**Renseignements et Inscriptions 03 85 77 04 20**

**Tarif : 5,25€ / Pers. (à régler de préférence par chèque à l'ordre du Trésor Public)**

Solution de répit possible, pour l'Aidé dans les locaux du Pôle d'Activités  
et de Soins adaptés (PASA Horizon) - Rue du Canada - de 10h à 18h

Contactez-nous 03 85 77 04 20

Possibilité de vous proposer un transport pour participer. Contactez-nous

## Ensemble

Binôme Aidant /Aidé : (Re)découvrir et partager une activité à deux

### Mardi 23 Juillet 12h Repas Barbecue en Musique Animé par Gis Animation

Inscription  
Préalable  
Obligatoire

Rendez-vous dans les locaux du Pôle d'Activités et de  
Soins Adaptés PASA Horizon 8, rue du Canada 71200 Le Creusot

**Renseignements et Inscriptions 03 85 77 04 20**

**Tarif : 5,25€ / Pers. (à régler de préférence par chèque à l'ordre du Trésor Public)**

Possibilité de vous proposer un transport pour participer. Contactez-nous

## BISTROT AIDANTS

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

**L'Espace Santé Prévention vous propose un temps d'échange.**

1 Vendredi Après-Midi par mois de 14h30 à 16h

**Vendredi 27 Septembre**

1, Place Saint Marie 71100 Chalon sur Saône

**Pour en Savoir plus et vous inscrire 03 85 46 14 57**

Solution de répit possible en accompagnant votre proche aidé sur place  
par les professionnels du Réseau des Aidants (Gratuit)

**Renseignements au 03 85 77 04 20**

**Réseau des Aidants** Permanence sur Rendez-vous

En partenariat avec



**Tous les Vendredis**

**Espace Santé Prévention**

1 Pl. Sainte-Marie, 71100 Chalon-sur-Saône

Pour plus d'informations, contactez-nous **03 85 77 04 20**



# Réseau des Aidants Permanence sur Rendez-vous

En partenariat avec



Maison Locale de l'Autonomie

3 Rue des Bordes, 71(00 Louhans

Pour plus d'informations, contactez-nous 03 85 77 04 20



## Répit à Domicile

Remplacer l'Aidant en accompagnant l'Aidé à domicile par un professionnel

### Relayage

Remplacer l'Aidant au moins 7 heures dans la limite de 72h / an  
Reste à charge : 2,08 € /heure

Renseignements au 03 85 77 04 20



**Nouveau!**

En Partenariat avec  
Le Réseau des Aidants

## Centre Ressources Territorial (CRT)

*Une alternative à l'EHPAD et une équipe ressources pour la Prévention et la Formation*

La Mutualité Française Saône-et-Loire le DRAD 71 a offert un soutien spécialisé aux personnes âgées dans la Bresse du Nord. Depuis janvier 2024, le CRT prend le relais et élargit son champ d'action en renforçant ses partenariats pour offrir un accompagnement encore plus complet avec une collaboration étroite entre les partenaires locaux.

Le CRT facilite aux personnes de vieillir chez elles le plus longtemps possible grâce à un accompagnement renforcé à domicile, lorsque l'accompagnement classique déjà assuré par un service proposant de l'aide ou des soins à domicile n'est plus suffisant pour leur permettre de continuer de vivre chez elles. (Intervention à domicile sur 94 communes)

**Ce Centre de Ressources Territorial (CRT) se décompose en deux volets :**

- Mission d'appui aux professionnels du territoire intervenant auprès des personnes âgées par des actions de formation des professionnels
- Actions de prévention à destination des habitants / aidants du territoire

Volet 1



- Mission d'accompagnement renforcé pour des personnes âgées en perte d'autonomie en niveau de GIR 1 à 4 nécessitant un suivi à domicile plus intensif, en alternative à l'EHPAD

Uniquement sur Orientation par un professionnel du secteur

Volet 2



### Renseignements :

**22 rue du vieux bourg  
71310 Mervans**

[crt-bressechalon@mutualite-71.fr](mailto:crt-bressechalon@mutualite-71.fr)



[mutualite-71.fr/centre-de-ressources-territorial/](http://mutualite-71.fr/centre-de-ressources-territorial/)



# SOLUTIONS DE REPIT

## Hors Domicile

### TEMPS LIBRE AIDANT

## À Domicile

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

Libérer l'Aidant(e) 3 heures en proposant un accompagnement de l'aidé(e) en groupe. Animé par un professionnel dans un espace dédié près de chez vous.

*Se référer à la programmation mensuelle.*

### 2 MODES D'INTERVENTION

#### 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 au moins 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



## CANICULE, FORTES CHALEURS

### ADOPTEZ LES BONS RÉFLEXES



MOILLER SON CORPS  
 ET SE VENTILER



DONNER ET PRENDRE  
 DES NOUVELLES  
 DE SES PROCHES



NE PAS BOIRE  
 D'ALCOOL

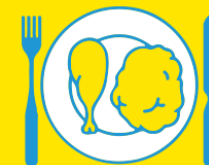


BOIRE  
 RÉGULIÈREMENT  
 DE L'EAU

EN CAS D'URGENCE,  
**APPELEZ LE 15**



MAINTENIR SA MAISON  
 AU FRAIS : FERMER  
 LES VOILETS LE JOUR



MANGER EN QUANTITÉ  
 SUFFISANTE



ÉVITER LES EFFORTS  
 PHYSIQUES

# Espace Santé Prévention Chalon sur Saône

Les  
des **Rendez-vous**  
**proches aidants**



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

Toute la programmation sur  
[www.legrandchalon.fr](http://www.legrandchalon.fr)  [www.facebook.com/santehandicapGrandchalon](https://www.facebook.com/santehandicapGrandchalon)  
**Direction des Solidarités et de la Santé**  
Service Santé et Handicap  
**Tél. : 03 85 46 14 57**



Centre Intercommunal  
d'Action Sociale

**CIAS**

le Grand Autunois Morvan

**ça bouge**  
*chez les seniors*  
**2024**

LES  
PRÉVENTION  
ÉCHANGES

**CIAS DU GRAND AUTUNOIS MORVAN**

Espace St-Jean 22 rue Naudin à Autun 03 85 86 98 50

*Animations à destination  
des personnes retraitées du territoire  
Sur inscription - Nombre de places limité*

 Rejoignez-nous sur  
Facebook [legrandautunoismorvan](https://www.facebook.com/legrandautunoismorvan)



Téléchargez l'application Citykomi®

**CIAS**

le Grand Autunois Morvan

**m**

le Grand Autunois Morvan

**Conférence**  
des financeurs  
**Autonomie 71**

