



Programmation

MAI

2024

RÉSEAU DES AIDANTS NORD 71

75, RUE JOUFFROY

71200 LE CREUSOT

03 85 77 04 20

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

Temps Libre Aidants

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

Autunois Morvan

[GRATUIT]

Espace Saint Jean

22 Rue Naudin, 71400 Autun

Mardi 28 Mai

14h à 17h00

Inscription préalable obligatoire. 03 85 77 04 20

Ensemble

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

Sortie Culturelle : Visite du Château de Couches visite guidée & dégustation

Inscription
Préalable
Obligatoire

Jeudi 23 Mai 14h45 au château

- Pour ceux qui sont accompagnés par nos soins depuis leur domicile rdv à partir de 13h30.

Renseignements et Inscriptions 03 85 77 04 20

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

Entr'Aidants

Un temps pour sortir, se rencontrer, échanger entre aidants

Espace Saint Jean

22 Rue Naudin 71400 Autun

Mardi 28 Mai 10h30

Un moment convivial, de Rencontre et d'échanges entre Aidants autour d'un thé ou café.

Renseignements et Inscription 03 85 77 04 20

Solution de répit possible en accompagnant votre proche aidé sur place.

Contactez-nous 03 85 77 04 20

Réseau des Aidants Permanence sur Rendez-vous

En partenariat avec



Mardi 28 Mai

Espace Saint Jean
22 Rue Naudin, 71400 Autun

Renseignements et prise de Rendez-vous 03 85 77 04 20

Temps Libre Aidants

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

Les Jeudis 2, 16, 23, 30 Mai

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

Les Mardis 7 et 21 Mai

Dans les locaux du PASA

De 14h à 17h

[GRATUIT]

Inscription préalable obligatoire 03 85 77 04 20

Entr'Aidants

Un temps pour sortir, se rencontrer, échanger entre aidants

Sortie Culturelle : Visite du Château de Couches *visite guidée & Dégustation au château*

Inscription
Préalable
Obligatoire

Jeudi 23 Mai 14h45 au château

- Pour ceux qui sont accompagnés par nos soins depuis leur domicile rdv à partir de 13h30.
- Pour ceux qui sont accompagnés par nos soins depuis le Réseau des aidants rdv à 14h00.

Renseignements et Inscriptions 03 85 77 04 20

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

Solution de répit possible, pour l'Aidé dans les locaux du PASA.

Contactez-nous 03 85 77 04 20

Session de Sophrologie

Les Jeudis de 15h à 16h
2, 16, 30 Mai

Réseau des Aidants

75, Rue Jouffoy 71200 Le Creusot

Inscription

03 85 77 04 20

Solution de répit possible gratuitement, pour l'Aidé dans les locaux du PASA.

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

Jeudis 2 Mai, 6 Juin

De 14h15 à 16h15



La rencontre du Jeudi 2 Mai se fera exceptionnellement

**Salle de Pause, Résidence Demi Lune
75, Rue Jouffroy 71200 Le Creusot**

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.

MONTCEAU LES MINES

Vendredis

17 mai, 14 juin

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



Le Creusot : Formation autour de maladie Neuro évolutives



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 : Jeudis 11, 18, 25 Avril
Jeudi 16 Mai, Jeudi 27 Juin**

**Salle Séniors-les Arcades
Boulevard Henri Paul Schneider
71200 Le Creusot**

Renseignements et inscriptions 06 43 18 68 90



Temps Libre Aidants

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

Dans les locaux de l'espace Santé Prévention de 14h à 17h

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

[GRATUIT]

Vendredi 31 Mai

Inscription préalable obligatoire 03 85 77 04 20

Dans les locaux de l'espace Jean Zay de 14h à 17h

4 Rue Jules Ferry, 71100 Chalon-sur-Saône

[GRATUIT]

Mardis 14, 21, 28 Mai

Inscription préalable obligatoire 03 85 77 04 20

Médiations à Visée Thérapeutique

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

[GRATUIT]

Formation des Aidants

Avec les professionnels du Réseau des Aidants

Mieux comprendre la maladie, le handicap, sa posture d'aidant...

Pour mieux communiquer et adapter... (6 Modules de 3heures)

De 14h15 à 17h15 MARDIS 14, 21,28 Mai / 04,11, 18 Juin

Espace Jean Zay, 4 Rue Jules Ferry, 71100 Chalon-sur-Saône

	Salle de Répit Accueil Aidés	Salle de Formation Aidants
14Mai	Bureau de passage 1.17	Heute 3.09
21 Mai	Bureau de passage 2.01	Salle de formation Drh 2.03
28 Mai	Bureau de passage 1.17	Salle Heute 3.09

Renseignements et inscription pour les 6 Modules 03 85 77 04 20

Pour vous libérer, un accompagnement de votre proche aidé est possible gratuitement sur place. Contactez-nous

Modules

- 1 Quand la Maladie, le Handicap s'immisce dans la relation au proche
- 2 Être aidant : une posture, des besoins, des attentes et des limites
- 3 La relation au quotidien avec son proche
- 4 Trouver sa place avec les professionnels
- 5 Comment s'y prendre avec son proche pour les gestes de la vie quotidienne
- 6 Comment concilier sa vie d'aidant avec sa vie personnelle et sociale

Entr'Aidants

Un temps pour sortir, se rencontrer, échanger entre aidants

[GRATUIT]

Espace Santé Prévention

1, Place Saint Marie 71100 Chalon sur Saône

Vendredi 31 Mai 14h30

Un moment convivial, de Rencontre et d'échanges entre Aidants autour d'un thé ou café.

Renseignements et Inscription 03 85 77 04 20

Solution de répit possible en accompagnant votre proche aidé sur place.

Contactez-nous 03 85 77 04 20

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 17 MAI à Saint Léger sur Dheune

Espace France Service - 7 rue Thernaud 71510 Saint-Léger-sur-Dheune

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



Vendredi 17 Mai

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



SOLUTIONS DE REPIT



Hors Domicile

TEMPS LIBRE AIDANT

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.

À Domicile

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

2 MODES D'INTERVENTION

SUPLÉANCE	RELAYAGE
Remplacer l'aidant(e) pendant 4h Dans la limite de 24h/an <u>Reste à charge</u> : Gratuit En journée du Lundi au Vendredi	Remplacer l'aidant(e) pendant au moins 7h Dans la limite de 72h/an <u>Reste à charge</u> : 2,08€/h En journée, semaine, week-end, jour férié. Pas d'intervention de nuit mais horaire atypique possible



BIEN VIEILLIR.

CHEZ VOUS !

Atelier

PLUS D'HUMAIN POUR SE SENTIR BIEN

PRÉVENIR LA PERTE D'AUTONOMIE ET L'ISOLEMENT

- Gestion du stress et estime de soi
- Renforcement des liens sociaux
- Découverte de la sophrologie, la socio-esthétique ou encore l'art-thérapie pour se sentir bien
- Atelier de 5 séances d'1h à 1h30 les 14/05 - 21/05 - 28/05 - 04/06 - 11/06

GRATUIT

INSCRIPTION

Auprès de Ninah Razafindrasoa

06 88 07 20 39

OU

ninah.razafindrasoa@bfc.mutualite.fr

À PARTIR DE
60 ANS

**14
Mai**

De 10h00 à 11h00

Salle de conférence 2^{ème}
étages de la MIFE
4 Promenade des
Cordeliers, 71500 Louhans

Partenaires



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  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

CIA S 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

PROGRAMME

AVRIL - MAI - JUIN

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

 Téléchargez l'application Citykomi®

CIAS
le Grand Autunois Morvan


le Grand Autunois Morvan

Conférence
des financeurs
Autonomie 71


VILLES AMIES
DES AÎNÉS
RESEAU FRANCO-PHONIS