

CCAS

de Louhans-Châteaurenaud ▶

Pour s'occuper
de sa *santé*

Pour trouver
ses *loisirs*

Pour mieux
se *déplacer*

GUIDE PRATIQUE

ÊTRE SENIOR À LOUHANS-CHÂTEAURENAUD

Pour connaître
ses *droits*

Pour accéder
aux *aides*

Pour trouver
son *logement*



VILLE DE
**LOUHANS
CHÂTEAURENAUD**

www.louhans-chateaurenaud.fr



ÉDITO DU MAIRE

PRÉSIDENT DU CCAS

C'est avec plaisir que je souhaite partager avec vous ce guide pratique qui, je n'en doute pas, vous permettra de découvrir une multitude de services, d'adresses, de téléphones, et de bien d'autres renseignements utiles afin de faciliter et d'améliorer votre quotidien.

Ce livret est le fruit du travail réalisé par les membres du CCAS et nos services qui agissent chaque jour pour vous accompagner par des actions concrètes tout au long de l'année.

A l'heure où la désertification médicale est omniprésente dans un grand nombre de territoires, nous nous efforçons et mettons tout en oeuvre pour maintenir un accès aux soins les plus divers sur notre ville.

Le dernier en date, l'ouverture prochaine d'un centre médical territorial en partenariat avec le département de Saône-et-Loire qui permettra de compléter, sans substituer, le nombre de médecins généralistes de notre territoire partis à la retraite, tout en libérant les plages horaires de rendez-vous de vos médecins libéraux louhannais.

Et maintenant, laissez-vous guider !!

Frédéric Bouchet

Maire de Louhans-Châteaurenaud

VOTRE CCAS



Frédéric BOUCHET
Maire-Président du CCAS



Nelly RODOT
Adjointe aux Solidarités et à la Santé



Josette LETOUBLON
Conseillère Déléguée
Personnes Agées



Corinne BAYLE
Conseillère Municipale



Huguette SAURIAT
Conseillère Municipale



Bernard MILLIAT
Conseiller Délégué à la
Jeunesse



Franck SERRAND
Conseiller Délégué aux
bâtiments



Paule MATHY
Conseillère Municipale



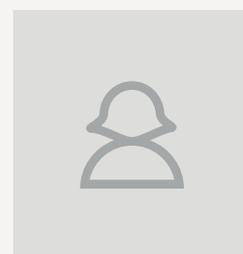
Sophie RENAUD
Conseillère Municipale



Christine GALLET
Présidente de la Bourse aux
Vêtements



Bernard JEANDOT
Président de l'Association
Accueil de Nuit



Catherine RAGAIGNE
Membre de l'Association
Accueil de Nuit



Josette THEVENOT
Présidente du Club des Aînés



Daniel GAUTHERON
Président de l'Association
Romain et les bouchons du
bonheur



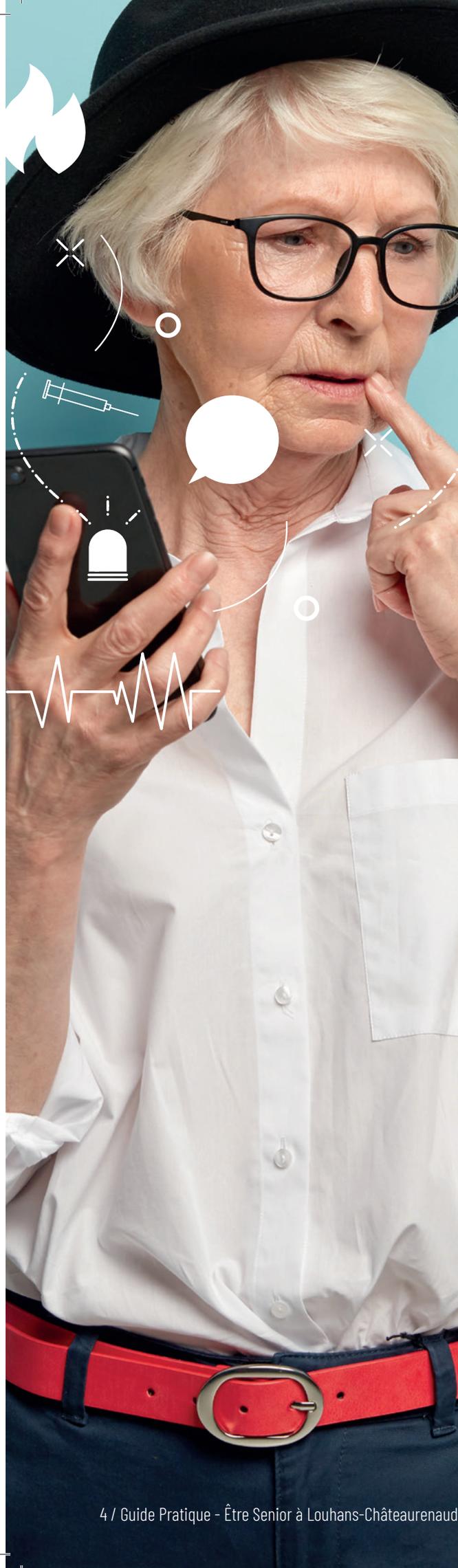
François BUGUET
Président de l'Association
des retraités de chemins
de fer



Denise HUBER
Présidente de l'Association
Panier Bressan et Secours
Catholique



Michèle RICHARD
Présidente des Donneurs
de Sang



Le petit mémo **EN CAS D'URGENCE**

SAMU - SMUR **15**

POMPIERS **18 ou 112**

GENDARMERIE **17**

MEDECIN DE GARDE **39 66**
Allô Docteur

DENTISTE DE GARDE **15**

PHARMACIE DE GARDE **32 37**

CENTRE HÔPITALIER **03 84 35 60 00**
JURA SUD
Lons-le-Saunier

CENTRE HÔPITALIER **03 85 44 66 88**
W.MOREY
Chalon sur Saône

CENTRE HÔPITALIER **04 74 45 46 47**
DE FLEYRIAT
Bourg en Bresse

NUMÉRO D'URGENCE **114**
PERSONNES SOURDES
ET MALENTENDANTES

NUMÉRO VIOLENCES **3919**
INTRA FAMILIALES

...

Pour plus d'informations sur les professionnels de santé et les établissements à côté de chez vous, visitez le site de l'Assurance Maladie

www.annuaresante.ameli.fr

SOMMAIRE

pages
06-09

SANTÉ

Professionnels de santé, soins à domicile

pages
10-11

LOGEMENT

Et vie quotidienne

page
12

DÉPLACEMENTS

Votre mobilité facilitée

pages
13

LOISIRS

Culture & sport

pages
14-16

VIE SOCIALE

Solidarité, entraide et citoyenneté

pages
17-18

AIDES FINANCIÈRES

Être accompagné(e)s & aidé(e)s

page
19

ACCÈS ET DÉFENSE DES DROITS



SANTÉ

PROFESSIONNELS DE SANTÉ
SOINS À DOMICILE

CENTRES D'AUDITION

AMPLIFON

53 Grande Rue, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 09 79

AUDIKA

17 rue de Bram, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 01 59

AUDITION CONSEIL

5 rue de la Grenette, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 19 38

AUDITION MUTUALISTE ECOUTER VOIR

91 Grande Rue, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 82 15



Quelles informations sur les remboursements de la Sécurité Sociale :

Le remboursement des aides auditives

Les aides auditives sont prises en charge par l'Assurance Maladie sur prescription médicale et à condition qu'elles appartiennent à une catégorie inscrite sur la liste des produits et prestations (LPP) remboursables par l'Assurance Maladie.

CHIROPRACTEUR

D'autres thérapies seront dispensées au sein de cette structure.

MOREAU Clémence

Lotissement la Colline 2

3 rue Charles Beaudelaire 71500 LOUHANS

☎ 03 85 72 85 67

CHIRURGIENS DENTISTES

DR LAURENTIU Silca

5 rue des Dôdanes 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 06 39

DR FOURNIER Renaud

2 bis rue de Beaufort, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 72 72 23

DR LEHEIS Benoît

2 rue de Beaufort, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 72 72 00

DR MONNIELLO Clara

2 rue de Beaufort 71500 LOUHANS

☎ 03 85 72 72 00

DR PEIGNELIN Christophe

43 Grande rue, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 12 12

CENTRE DE SANTÉ DENTAIRE MUTUALITÉ FRANÇAISE DE SAÔNE-ET-LOIRE

350 avenue Fernand Point, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 85 97

Les consultations chez un dentiste ou un médecin stomatologiste conventionné sont prises en charge par l'Assurance Maladie et remboursées à 70 % sur la base de tarifs conventionnels.

DIÉTÉTICIENNE

GAY Stéphanie

350 avenue Fernand Point, 71500 LOUHANS

☎ 06 72 28 86 24

INFIRMIÈR(E)S

SSIAD (Service de Soins Infirmiers à Domicile)

350 avenue Fernand Point 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 30 36

LAURENT Valentin - BERNAT Xavier

49 rue de Beaufort, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 00 47

JAILLET Emilie - PUGEAUT Floriane

350 avenue Fernand Point, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 05 05

PERRAUT Karine - GUERARD Manon - MAGNIN Eloïse

350 avenue Fernand Point, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 02 80

MARCEAU Delphine - NAZE Marie-Carole

13 B rue du Jura, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 72 65 79

MASSEURS KINESITHERAPEUTES

CORNET Marion - COTESSARD Vanessa - GUICHARD Anne- Emilie - GUICHARD Nicolas - VARLOT Françoise

13 B rue du Jura, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 48 72

DUJOUX Anne-Laure - GRODZKA Elzbieta - JOLY Michel - MATHY Anthony

2 place du Général de Gaulle, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 11 08

MÉDECINS GÉNÉRALISTES

Voir annuaire des médecins

CENTRE DE SANTE TERRITORIAL DU DEPARTEMENT

☎ 03 85 34 71 00

OPHTALMOLOGUE

PENCIOIU Laura

61 rue du Guidon, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 94 76

OPTICIENS

GENERALE D'OPTIQUE

53 Grande Rue, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 09 59

CLAIR ET NET OPTIQUE

100 Grande Rue, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 88 92

ECOUTER, VOIR, OPTIQUE MUTUALISTE

91 Grande Rue, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 82 10

ATOL

25 Grande Rue, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 17 47

OPTIC 2000

1 Grande Rue, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 03 14



La monture

L'accès à des montures sans reste à charge est possible pour les montures dont le prix est inférieur ou égal à 30 €. Cela correspond à des montures de qualité déjà présentes sur le marché.

Les verres

Les verres sont répartis en 2 catégories ; la classe A qui constitue l'offre 100% santé et exclut tout reste à charge et la classe B pour laquelle les prix sont libres.

ORTHOPHONISTE

BACONNET Cécile

76 rue du Guidon, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 11 32

ORTHOPTISTE

JACQUINOT Fanny - MATHIEU-GUICHARD Anne

350 avenue Fernand Point, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 18 20

OSTÉOPATHES

ARBEL Hélène

5 allée des Acacias, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 27 65

BADOS Romaric (ostéopathe / acupuncteur)

25 rue des Bordes, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 36 41

BORGES Romain

16 place Sœur Madeleine Cordier 71500 LOUHANS

☎ 06 26 34 51 43

GUICHARD Nicolas

13B rue du Jura, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 48 72

PÉDICURES PODOLOGUES

JAILLET Cécile - MUCKENSTURM Valérie

13 B rue du Jura, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 74 94 68

SEIGNEZ-CHARTON Laure

6 place du Général de Gaulle, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 01 55

VADOT Angélique

8 rue du Capitaine Vic, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 74 89 78

PHARMACIES

Pharmacie DU PROGRES

55 Grande Rue, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 20 32

Pharmacie GUICHARD

2 place Saint-Jean, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 02 71

Pharmacie BRESSANE

41 Grande Rue, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 18 94

Pharmacie VARLOT

19 Grande Rue, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 22 70

PSYCHOLOGUES

MELLE Camille

350 avenue Fernand Point, 71500 LOUHANS

☎ 06 64 24 86 98

CAPT Martine

23 place Georges Morey, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 04 55

SOPHROLOGUES

MERCIER Samantha

30 montée Saint Claude, 71500 LOUHANS

☎ 06 64 66 03 37

SAVRY Rachel

13 B rue du Jura, 71500 LOUHANS

☎ 07 61 99 48 11

CABINET DE RADIOLOGIE ET D'ECHOGRAPHIE

350 avenue Fernand Point, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 74 40

CENTRE HOSPITALIER BRESSE LOUHANNAISE

Consultations externes disponibles

• Angiologie • Cardiologie • Chirurgie vasculaire
• Diabétologie • Médecine physique et rééducation
• Néphrologie • Télé Dermatologie • Neurologie

• Urologie

prise de rendez-vous auprès
du secrétariat médical

03 85 76 30 35

prise de rendez-vous

03 85 90 03 77

CENTRE MÉDICO- PSYCHOLOGIQUE (CMP)

C'est un lieu de soin public proposant des consultations médico-psychologiques et sociales à toute personne en difficulté psychique.

20 rue des Bordes, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 43 00

LABORATOIRE D'ANALYSE MÉDICALES

Laboratoire J.P VARLOT

42 rue des Bordes, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 01 02



Avez-vous pensé à créer votre dossier médical partagé (DMP) ?

Le Dossier Médical Partagé est un carnet de santé numérique qui conserve et sécurise vos informations de santé : traitements, résultats d'examens, allergies...

Il vous permet de les partager avec les professionnels de santé de votre choix, qui en ont besoin pour vous soigner.

 www.dmp.fr

Les trois règles d'or pour rester longtemps en bonne santé :

1 **Faire au moins trois repas équilibrés par jour :** avec l'âge, l'organisme perd un peu de son efficacité ; une plus grande quantité d'énergie est nécessaire pour accomplir la même activité. Manger à chaque repas permet de garder une certaine énergie et éviter certaines carences (vitamines, minéraux, protéines...).

2 **Conserver une activité physique :** l'exercice ouvre l'appétit et préserve les muscles : aller chercher son pain à pied, faire un peu de jardinage, marcher quotidiennement pendant 30 min renforcera les os et les muscles pour un meilleur équilibre.

3 **Se peser régulièrement :** monter sur la balance une fois par mois est une bonne habitude afin de vérifier qu'il n'y ait pas de perte de poids. Si c'est le cas, en parler à votre médecin traitant.

PENSEZ À... !

Entretien vos muscles : pour éviter qu'ils ne fondent pratiquer une activité physique régulière, manger des aliments d'origine animale (deux plats de viande ou de poisson ou d'œufs par jour). Ce sont les aliments les plus riches en protéines d'excellente qualité. Les produits laitiers, les légumes secs et les céréales permettent de compléter les apports.

Préserver vos os : les os deviennent plus fragiles, ce qui augmente le risque de fractures. Pour le limiter, il faut consommer quatre produits laitiers par jour (laitage, fromage). On peut en ajouter dans ses potages, gratins ou purées. Ce sont les aliments les plus riches en calcium. Ils apportent également des protéines indispensables à la santé osseuse.

De l'eau à volonté : chaque jour, notre corps perd de l'eau naturellement. Pour la renouveler buvez à volonté pendant et entre les repas. Pensez aux potages, tisanes, thés et cafés. En revanche limitez les boissons sucrées, et ne dépassez pas par jour deux verres de vin pour une femme et trois pour un homme.

Et surtout vous faire plaisir : une cuisine fade et monotone fait perdre l'appétit, une cuisine riche en odeurs, couleurs et saveurs incite à manger....

LOGEMENT

ET VIE QUOTIDIENNE



L'Établissement d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes est une maison de retraite médicalisée qui propose un accueil en chambre. Les EHPAD s'adressent à des personnes généralement âgées de plus de 60 ans qui ont besoin d'aide et de soins au quotidien.

STRUCTURES D'ACCUEIL

Centre Hospitalier de la Bresse Louhannaise

Cet établissement dispose de 20 lits de médecine (dont 3 pour les soins palliatifs), 30 lits pour les soins de suite et réadaptation polyvalents (toutes pathologies). Il propose également 109 places d'EHPAD (dont 22 lits en espace sécurisé pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou apparentée)

350 avenue Fernand Point, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 31 00

Accueil de jour Alzheimer et équipe spécialisée Alzheimer

Il représente une solution à la journée pour les aidants et les familles des personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés : 12 places

1 rue du Capitaine Vic, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 70 79

EHPAD PERNET

Il s'agit d'un EHPAD Public, rattaché au Centre Hospitalier de la Bresse Louhannaise : 66 places

1 rue du Capitaine Vic, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 01 20

Maison de retraite la Louhannaise

Il s'agit d'un EHPAD privé : 77 places.

Place Aristide Briand, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 73 00

Résidence Autonomie Les Cordeliers

La résidence est un établissement non médicalisé, qui accueille des personnes autonomes de plus de 60 ans seules ou en couple. Elle dispose de 50 appartements T1 bis de 35m² non meublés avec balcon. Chaque logement est équipé d'une kitchenette.

17 rue des Cordeliers, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 60 30 30

Via trajectoire «service en ligne»

C'est un service gratuit et sécurisé, qui propose une aide à l'orientation personnalisée dans le domaine des EHPAD, maisons de retraite, maisons médicalisées, résidences services et résidences seniors.



Résidence La Colline SEMCODA

Cette résidence intergénérationnelle propose 57 logements répartis en type 2 - 3 et 4.

2 avenue Albert Jaillet, 71500 LOUHANS

☎ 04 81 51 03 51 (standard RESEDA IMMOBILIER BOURG EN BRESSE)

AIDE À DOMICILE

ADMR

Permanences du lundi au vendredi de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h00 (fermé le mardi après-midi)

91 rue du Guidon, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 40 41 - info.louhans@fede71.admr.org



AP SERVICES

Permanences du lundi au jeudi de 8h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h00 et le vendredi de 8h00 à 12h00 et de 13h30 à 16h30

8 Rue Edgar Guigot, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 72 18 65 – louhans@apservices71.fr

Atouts Services 71

Permanences du lundi au vendredi de 8h00 à 20h00 et le samedi de 8h00 à 12h00

10 place de la Libération, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 49 63 – atoutservices71@orange.fr

Bresse Services Emplois

Permanences du lundi au jeudi de 8h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h00 et le vendredi de 8h00 à 12h00 et de 13h00 à 16h00

15 rue du Jura, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 15 11 – bse71@orange.fr

Les P'tites Mains

Permanences du lundi au vendredi de 8h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00

43 Grande Rue, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 34 90 / 06 74 02 49 94

LOGEMENTS SOCIAUX

OPAC de Saône-et-Loire

Antenne de Louhans

Place Sœur Madeleine Cordier, 71500 LOUHANS

☎ 0810 71 71 71

SEMCODA

14 rue Charles Dodille, 71104 SAINT REMY

☎ 03 85 97 00 20

CONSEILS / AIDES LIÉS AU LOGEMENT

ADIL (Agence Départementale d'Informations sur le Logement)

Elle offre aux particuliers un conseil complet et gratuit sur tous les problèmes de logement, qu'ils soient juridiques, financiers ou fiscaux.

Permanences sur rendez-vous les 1er et 3ème mardis du mois à la Maison de l'Emploi 4 Promenade des Cordeliers à LOUHANS

7 rue Georges Maugey, 71100 CHALON SUR SAÔNE

☎ 03 85 39 30 70

SOLIHA Jura – Saône-et-Loire (Agence de MÂCON)

Cette association loi 1901 a pour objet l'accompagnement des propriétaires pour l'amélioration de l'habitat (conseils, accompagnement administratif, éligibilité aux aides)

Permanences sur rendez-vous les 3ème mardis de chaque mois à la Maison de l'Emploi 4 Promenade des Cordeliers à LOUHANS

94 rue de Lyon CS 20 440, 71040 MÂCON CEDEX 9

☎ 03 85 21 01 60

ESPACE FRANCE RENOV'

Permanence sur rendez-vous les 1er mardis du mois à la Maison de l'Emploi 4 Promenade des Cordeliers à LOUHANS

☎ 03 85 69 05 26

CAUE (Conseil en Architecture, Urbanisme, Environnement)

Permanence sur rendez-vous les 1er mardis du mois à la Maison de l'Emploi 4 Promenade des Cordeliers à LOUHANS

☎ 03 85 69 05 25

DÉPLACEMENTS

VOTRE MOBILITÉ FACILITÉ

AMBULANCES / TAXIS

SARL BUGAUD / FRABOULET

79 Grande Rue (siège social), 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 02 02

Taxis BONIN

45 rue du Guidon, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 03 03

LINEA Taxi

52 rue des Bordes, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 06 40

TRANSPORT À LA DEMANDE



Service de transport à la demande sur les communes de Bresse Louhannaise Intercom

C'est un service de transport collectif qui permet de réaliser des déplacements ponctuels, de proximité. Vous êtes pris en charge au pas de votre porte et déposé sur le lieu de votre choix.

Les mercredis de 8h00 à 12h00 et de 13h30 à 18h30 et les vendredis de 8h00 à 12h00 (hors jours fériés)



S'inscrire la veille du transport en téléphonant au :

03 85 76 01 69

de 9h00 à 12h00 et de
14h00 à 16h00

Prix du service

Aller simple :

2,50 €

Retour simple :

2,50 €

Aller-retour :

5,00 €

TRANSPORT EN COMMUN (BUS - TRAIN)

MOBIGO Bourgogne - Franche-Comté

C'est un réseau de transport interurbain routier de la région Bourgogne-Franche-Comté.

Les téléconseillers vous aident à préparer vos déplacements en TER Bourgogne-Franche-Comté.

Ils vous renseignent sur les horaires, les tarifs et les services. Ils traitent vos demandes de devis et réservations pour vos trajets en groupe. Vous pouvez également **acheter vos titres de transport** pour voyager en TER Bourgogne-Franche-Comté.

☎ 03 80 11 29 29 du lundi au samedi de 07h00 à 20h00
(Prix d'un appel local).



GARE SNCF

Avenue du 8 mai 1945, 71500 LOUHANS

☎ numéro national 3635 - site www.sncf.com

LOISIRS

CULTURE & SPORT

Bibliothèque intercommunale

10 rue Lucien Guillemaut, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 31 88

🕒 Horaires :

Mardi de 11h à 17h

Mercredi de 10h à 17h

Vendredi de 14h à 18h

Samedi de 10h à 13h

Hotel-Dieu

Venez découvrir notre magnifique apothicaire, les grandes salles des malades, la chapelle... lors d'une visite commentée qui vous fera voyager au travers du temps, à l'époque où ce magnifique bâtiment accueillait malades et indigents.

3 rue du Capitaine Vic, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 54 32

🕒 Horaires :

Visites commentées uniquement, tous les jours sauf le mardi.

Du 2 au 31 mars :

2 visites par jour à 14h30 et 16h.

Du 1er avril au 31 octobre :

3 visites par jour à 10h30, 14h30 et 16h.

Du 1er novembre au 31 décembre :

2 visites par jour à 14h30 et 16h.

Musée de l'Imprimerie (antenne de l'Écomusée de la Bresse bourguignonne)

Le musée de l'imprimerie est une des antennes thématiques de l'Écomusée de la Bresse bourguignonne. En effet lorsque le journal « L'Indépendant du Louhannais et du Jura » ferme ses portes en 1984, l'Écomusée crée un musée retraçant le processus de production d'un journal. Les machines sont conservées en état de fonctionnement (linotypes, rotative, presses ...). Cette antenne constitue aujourd'hui l'unique exemple français de conservation d'un atelier de presse complet avec fabrication au plomb.

29 rue des Dôdanes à Louhans

☎ 03 85 76 27 16

Ecole Municipale de Musique et de Danse

Place de la Libération à LOUHANS

☎ 03 85 75 03 95

• Eveil et initiation à partir de 5 ans

• Formation musicale :

Cursus du 1er cycle au 3ème cycle établi dans un schéma départemental par la Fédération Musicale de Saône-et-Loire. Un cours spécial pour les adultes est dispensé. Toutes les disciplines sont enseignées par des professeurs spécialisés et diplômés.

• Instruments enseignés :

Tuba, trombone, trompette / Percussions / Chant (ados et adultes) / Saxophone, Clarinette, flûte traversière / Guitare, violon, accordéon, piano, violoncelle.

• Musique d'ensemble :

La classe d'orchestre est ouverte à tous les instrumentistes. Elle permet d'élargir les possibilités d'expression de chacun.

La multitude d'associations sportives, loisirs, culturelles sur la Ville de LOUHANS-CHATEAURENAUD offre un grand choix d'activités de tous genres.

Cette liste des associations est disponible en Mairie

- Ensemble Vocal Louhannais pour la pratique du chant choral
- Gospel Louhans (pratique du chant choral exclusivement du gospel)
- Le Yoga
- Les échecs
- Le bridge
- Le scrabble
- Déco Passion
- Plaisir et création
- Tai Chi
- Gym tonique, maintien en forme
- Atelier mémoire
- Danse
- Tir à l'arc
- Randos, balades, marche nordique, aquagym
- Club Castelrenaudin
- Club de l'Amitié



Office de Tourisme du Pays de la Bresse Bourguignonne

Office de tourisme à Louhans

1 Place Saint-Jean, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 05 02

🕒 Horaires :

Le lundi, du mercredi au samedi de 10h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h00

Fermé le mardi et le dimanche

VIE SOCIALE

SOLIDARITÉ, ENTRAÏDE
ET CITOYENNETÉ

VOTRE MAIRIE

☎ 03 85 76 75 10

• **Services administratifs (Etat Civil, Elections, Salles, Enfance, Sports, Culture, Comptabilité, Ressources Humaines)**

1 rue des Bordes, 71500 LOUHANS

• **Service Urbanisme**

Rue de la Mairie, 71500 LOUHANS

🕒 **Horaires :**

Lundis, mercredis, jeudis de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h30
Mardis de 8h30 à 12h00 (fermeture au public l'après-midi)
Vendredis de 8h00 à 16h00 (journée continue)

• **Services techniques / Ateliers Municipaux**

293 rue des Ecoles, 71500 LOUHANS

🕒 **Horaires :**

le lundi de 8h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h00
du mardi au vendredi de 7h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h00

• **Police Municipale**

Place du Général de Gaulle, 71500 LOUHANS

🕒 **Horaires :**

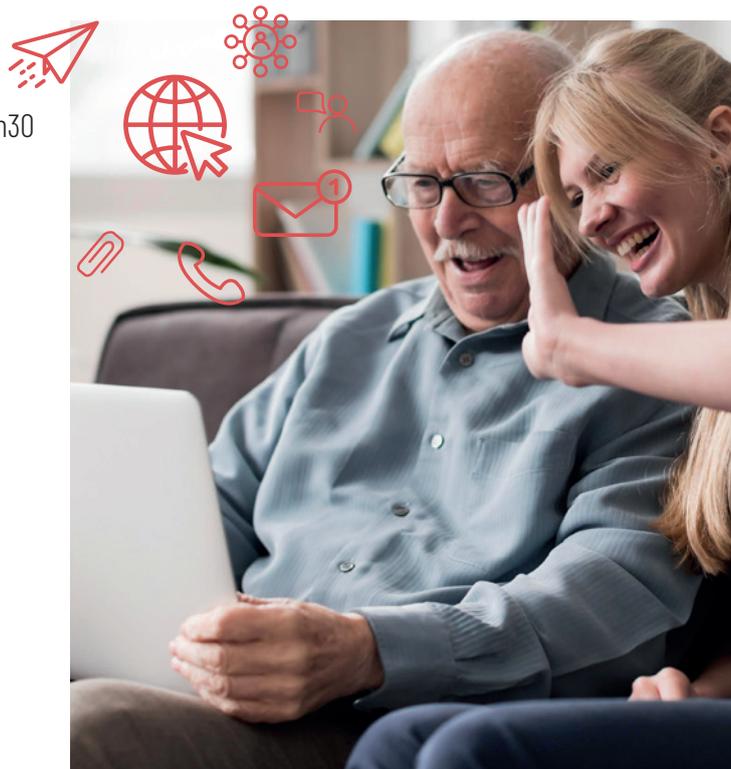
Du lundi au vendredi de 8h00 à 12h00 et de 13h30 à 17h30

AIDE À L'INFORMATIQUE

Montrer, expliquer, ré-expliquer autant de fois que nécessaire, donner des astuces, pour vous qui avez envie d'utiliser l'informatique (recherches, correspondance...) Une personne peut vous accompagner dans des cours individuels, collectifs, ou à domicile.

S'adresser aux **Conseillers Numériques de la Ville de LOUHANS-CHATEAURENAUD**

☎ 03 85 76 75 10



VOTRE CCAS

1 rue des Bordes, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 76 75 14

🕒 **Horaires :**

Lundis, mercredis, jeudis de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h30

Mardis de 8h30 à 12h00 (fermeture au public l'après-midi)

Vendredis de 8h00 à 16h00 (journée continue)

REPAS À DOMICILE

Recevoir des repas tout prêts chez soi permet de continuer à manger des repas complets et équilibrés sans avoir à faire les courses ou la cuisine.

Parfois, avec l'âge, l'appétit diminue, l'envie de cuisiner aussi et l'on rencontre des difficultés à faire ses courses. Continuer à avoir une alimentation équilibrée est important pour prévenir les risques de dénutrition, de chutes et de maladie. Cela entretient également le moral.

Chaque semaine, choisissez le nombre de repas souhaités parmi des menus proposés par le service **(4 menus au choix chaque jour ; ce qui veut dire le choix entre 4 entrées, 4 plats principaux, 4 fromages, 4 desserts avec possibilité de panachage. De plus 2 potages au choix chaque jour et le pain sont proposés sans supplément de tarif).**

Les repas peuvent être adaptés aux besoins du bénéficiaire en cas de régime particulier, par exemple régime sans sel ou mixés ou sans sucre pour les diabétiques.

Les repas sont livrés en barquette plastique pouvant se réchauffer au micro-onde ou dans un four traditionnel.



Les livraisons ont lieu 3 fois par semaine : les mardis matins, mercredis, vendredis après-midi dans un véhicule frigorifique par un agent du CCAS.

» Le tarif en 2021 d'un repas était de **8,70 €**.

Si vous êtes intéressés, et pour toutes demandes d'informations complémentaires, vous pouvez vous adresser à votre CCAS.



LES ATELIERS
BONS JOURS
VIVEZ INTENSEMENT
VOTRE RETRAITE

ANIMATIONS

Le CCAS organise diverses animations au cours de l'année afin de maintenir le lien social.

- Le repas des aînés en faveur des seniors de 70 ans et plus
- Le loto gourmand, en partenariat avec des élèves du LEAP
- Un goûter lors de la Semaine Bleue
- Une distribution des colis de Noël
- Des sorties sur Louhans ou aux alentours de Louhans (musée, balade en bateau,...)



Les ateliers « Bons jours »

Le CCAS œuvre en partenariat avec la Mutualité Française de Bourgogne Franche-Comté pour la mise en place des ateliers « Bons jours » à destination des seniors de plus de 60 ans.

Les thèmes de ces ateliers sont divers : la nutrition, l'équilibre, force et forme au quotidien, peps eureka, le sommeil, bon'us tonus, la vitalité, en voiture je me rassure, mieux vivre chez soi, questions de sens.



Si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à vous faire connaître auprès du CCAS

BÉNÉVOLAT

- **L'Épicerie Sociale « le Panier Bressan »**
dans le cadre des distributions alimentaires

5 rue de Bram, 71500 LOUHANS
☎ 03 85 75 13 79

- **Le Secours Catholique**
dans le cadre de leur vestiaire

5 rue de Bram, 71500 LOUHANS
☎ 06 87 28 82 63

- **Les Restos du Cœur**
dans le cadre des distributions alimentaires

4 rue de Bram, 71500 LOUHANS
☎ 03 85 75 24 42

- **L'Accueil de Jour gérée par l'Association le Pont**
dans le cadre de l'accueil des personnes sans hébergement qui fréquentent l'accueil de jour

3 rue de Bram, 71500 LOUHANS
☎ 06 82 85 57 88

- **La Croix Rouge**
dans le cadre de leur vestiboutique

7 rue de la Grenette, 71500 LOUHANS
☎ 06 71 32 77 81

- **Le Centre Communal d'Action Sociale**
de Louhans-Châteaurenaud

1 rue des Bordes, 71500 LOUHANS
☎ 03 85 76 75 14



DEVENEZ BÉNÉVOLES !

La Ville de LOUHANS-CHATEAURENAUD dénombre des nombreuses associations caritatives. Si vous souhaitez donner un peu de votre temps et apporter de l'aide aux personnes ou familles en précarité vous pouvez contacter ces associations.



Contactez également votre CCAS pour plus d'informations !



POUR ROMPRE LA SOLITUDE



SOLITUDE ECOUTE :

☎ 0 800 47 47 88

VIOLENCES INTRA FAMILIALES EN BRESSE BOURGUIGNONNE

Un réseau local pour toutes les prises en charge des situations VIF contacter :

☎ La Maison Départementale des Solidarités
03 85 75 70 20

☎ L'Association le Pont
06 73 40 37 31

☎ L'Ecluse 71
03 85 41 42 42

☎ La Gendarmerie
17

☎ Le 3919
24h/24 7j/7



AIDES FINANCIÈRES

ÊTRE ACCOMPAGNÉ(E)S & AIDÉ(E)S

MLA (MAISON LOCALE DE L'AUTONOMIE)

Lieu de proximité, d'accueil et d'information pour les personnes âgées en situation de handicap et leurs familles

3 rue des Bordes, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 85 85

🕒 **Horaires :**

Du lundi au jeudi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30

Le vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30

APA (Allocation Personnalisée d'Autonomie)

Vous pouvez, sous conditions d'âge et selon votre degré de perte d'autonomie, bénéficier de l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA).

Pour en bénéficier, vous pouvez vous adresser à la Maison Locale de l'Autonomie.

Vous pouvez également faire la demande en ligne:

👉 www.saoneetloire71.fr - rubrique « Vos démarches en ligne »

PTA (Plateforme Territoriale d'Appui)

C'est un dispositif d'Appui à la Coordination qui accompagne les professionnels, en particulier le médecin traitant, confrontés à la prise en charge d'un patient en situation complexe (complexité médicale, psycho-sociale) sans distinction d'âge, de handicap, ni de pathologie. Exemples : maladie grave et/ou grande dépendance, soins palliatifs...

3 rue des Bordes, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 60 30 20



TÉLÉASSISTANCE *Pour une sécurisation à domicile ou en extérieur*

- > Présence Verte Confluence - basée sur DIJON
09 69 39 38 38
- > Bip Connect ASSAD AMAELLES - basée sur MACON
03 85 38 50 94
- > Vitaris - basé au CREUSOT
03 85 73 05 05
- > Filien ADMR - bureau ADMR LOUHANS
03 85 75 40 41

Quelle prise en charge pour ma téléassistance ?

- L'APA • Votre caisse de retraite • Certaines mutuelles

Vous pouvez bénéficier d'un crédit d'impôt de 50% sur vos frais de téléassistance. Si vous n'êtes pas imposables, le dispositif fonctionne aussi avec un remboursement de 50% de vos frais.

MDS (MAISON DÉPARTEMENTALE DES SOLIDARITÉS)

Bureau des assistantes sociales du Département

23 bis rue des Bordes, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 75 70 20

🕒 **Horaires :**

Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30

SÉCURITÉ SOCIALE

71500 LOUHANS

🕒 **Horaires :**

Les lundis, mardis, mercredis et vendredis de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30

Le jeudi de 8h30 à 12h30

Accueil sur RDV toute la journée

Prenez RDV sur Amelie ou

☎ **en appelant le 3646** (service gratuit + prix d'appel)

C2S (Complémentaire Santé Solidaire)

Depuis le 1er novembre 2019, la Complémentaire Santé Solidaire (C2S) remplace la Couverture Maladie Universelle Complémentaire (CMU-C) et l'Aide à la Complémentaire Santé (ACS).

La C2S permet d'avoir accès à une complémentaire santé avec ou sans contribution financière en fonction des ressources du bénéficiaire.

Pour en bénéficier, vous pouvez vous adresser à votre caisse d'Assurance maladie. Des formulaires sont également disponibles en Mairie.

C2S sans participation → plafond de ressources 746 €/mois

C2S avec participation → plafond de ressources 1007 €/mois



RAPPEL

Montant de l'aide :

60 à 69 ans : **25 €/mois**
70 ans et plus : **30 €/mois**

Proposition d'une aide de **300,00 €/an** pour les personnes qui n'ont pas d'ouverture de droit à la C2S avec justificatif de non prise en charge.

CAF DE SAÔNE-ET-LOIRE (CAISSE D'ALLOCATIONS FAMILIALES)

177 rue de Paris, 71000 MACON

☎ Par téléphone, faire le 3230 (prix d'un appel local)

👉 En ligne sous la rubrique « Ma Caf » - « mon compte »

- **l'APL (Aide Personnalisée au Logement)** Elle est destinée aux locataires d'un logement neuf ou ancien ayant fait l'objet d'une convention entre le propriétaire et l'État ;
- **l'ALF (Allocation Logement Familiale)** Elle est destinée aux locataires qui ne peuvent pas bénéficier de l'APL et qui ont des enfants ou d'autres personnes à charge et forment un ménage marié depuis moins de cinq ans ;
- **l'ALS (Allocation Logement Sociale)** Elle s'adresse aux locataires qui ne bénéficient ni de l'APL ni de l'ALF.

Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à contacter la CAF.

CCAS DE LOUHANS- CHÂTEAURENAUD

Votre CCAS peut vous accompagner

ASPA (Allocation de Solidarité aux Personnes Agées)

Cette prestation mensuelle est accordée :

- Aux retraités ayant de faibles ressources et vivant en France. Elle est versée par votre caisse de retraite principale (Carsat, MSA, ...). Son montant dépend notamment de votre situation familiale (vie de couple ou non).
- Aux personnes handicapées n'ayant jamais eu d'activités professionnelles en raison de leur handicap.

AIDE SOCIALE LÉGALE

Elle est versée par le Conseil Départemental sous condition de ressources et à partir de 65 ans (60 ans en cas d'incapacité au travail) aux personnes résidant dans un établissement habilité à l'Aide Sociale. L'aide versée dépend des revenus de la personne placée et de ses obligés alimentaires (enfants). La demande doit être déposée auprès du CCAS du lieu de résidence avant l'entrée en établissement.

AIDE À DOMICILE

Si vous avez des difficultés à accomplir les tâches ménagères quotidiennes, votre caisse de retraite principale ou complémentaire peut financer la mise en place d'une aide à domicile. Le montant de la participation est le plus souvent calculé en fonction des revenus du Foyer.

Si vos revenus sont inférieurs aux plafonds fixés par les caisses, vous pouvez solliciter le CCAS de votre commune de domicile.

AIDES SOCIALES FACULTATIVES

Elles sont répertoriées dans un règlement qui a été adopté par le Conseil d'administration du CCAS. Sous certaines conditions d'éligibilité, votre CCAS peut vous aider dans des domaines variés tels que l'alimentaire, le logement, la mutuelle, les obsèques, la mobilité ou en cas de sinistre.

N'hésitez pas à vous rapprocher de nos nombreuses associations caritatives, elles sont également là pour vous aider !



Le Panier Bressan - Le Secours Catholique -
Les Restos du Cœur - L'Accueil de Jour -
La Croix-Rouge



- **SAMSAH (Service d'Accompagnement Médico-Social pour Adultes Handicapés)**
- **SAVS (Service d'Accompagnement en milieu ordinaire de Vie)**

Ces deux institutions permettent l'accompagnement des personnes handicapées, que ce soit dans les actes essentiels de la vie quotidienne ou pour favoriser le maintien des liens familiaux et sociaux.



5, Rue du Capitaine Vic, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 32 29 00 (SAMSAH)

☎ 03 85 74 90 71 (SAVS)



ACCÈS ET DÉFENSE DES DROITS

CONSEIL DEPARTEMENTAL D'ACCES AUX DROITS (CDAD)

Pour des informations de proximité sur les droits et devoirs aux personnes ayant à faire face à des problèmes juridiques ou administratifs.

Permanence sur rendez-vous à la Maison de l'Etat

11 rue des Bordes, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 90 87 84

FRANCE VICTIMES 71

Pour toute personne victime d'un vol, d'une escroquerie, de dégradations volontaires, d'un conflit de voisinage grave, de menaces, d'injures, de violences, de coups et blessures, ou de tout autre agression.

Permanence sur rendez-vous en Gendarmerie

675 rue des Ecoles, 71500 LOUHANS

☎ 03 85 21 90 84

INTERVENANTE SOCIALE EN GENDARMERIE EN VIOLENCES INTRA-FAMILIALES

Vient un soutien au réseau Violences Intra-familiales pour l'accueil, l'écoute de toutes personnes ayant subi des violences.

Permanence sur rendez-vous en Gendarmerie de Louhans (Compagnie)

675 rue des Ecoles, 71500 LOUHANS

☎ 07 57 12 73 71



GUIDE PRATIQUE

ÊTRE SENIOR À LOUHANS-CHÂTEAURENAUD

CCAS DE LOUHANS-CHÂTEAURENAUD

HORAIRES DE LA MAIRIE ET DU CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

Lundi, Mercredi, Jeudi de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h30
Mardi de 8h30 à 12h00 (fermeture au public l'après-midi)
Vendredi de 8h00 à 16h00 (journée continue)

1 rue des Bordes
71500 LOUHANS
Tél. 03 85 76 75 10 (Accueil central)
Tél. 03 85 76 75 14 (CCAS)

ccas@louhans-chateaurenaud.fr
www.louhans-chateaurenaud.fr

CONCEPTION AGENCE PUBLICO LOUHANS



VILLE DE
**LOUHANS
CHÂTEAURENAUD**



Suivez-nous sur Facebook
[/villedelouhanschateaurenaud](https://www.facebook.com/villedelouhanschateaurenaud)