

VOS PARTENAIRES SANTÉ

édité en mars 2025



en Pays Avallonnais

Volontaire pour participer à l'amélioration de l'état de santé de la population du territoire, le Pays Avallonnais s'est engagé en 2014 dans un Contrat Local de Santé (CLS) avec l'Agence régionale de santé Bourgogne-Franche-Comté.

Dans ce cadre, le Pays Avallonnais et les collectivités travaillent en étroite collaboration avec le Centre hospitalier d'Avallon, la Communauté professionnelle territoriale de santé GIPS89, le Conseil régional, le Conseil départemental, la Caisse primaire d'assurance maladie de l'Yonne, la Mutualité sociale agricole de Bourgogne et l'Éducation nationale qui sont co-signataires du CLS du Pays Avallonnais.

Des projets et actions sont mis en œuvre pour répondre aux besoins du territoire en matière de santé, et ce en partenariat avec les acteurs locaux, dont les professionnels de santé, les associations et les communes. Ainsi, le Pays Avallonnais est pilote d'une Maison des étudiants en santé à Avallon, en fonction depuis 2023 en facilitant hébergement des stagiaires du Centre hospitalier et ceux qui exercent chez les praticiens libéraux. Par ailleurs, le Pays Avallonnais déploie un programme d'activités de prévention et promotion de la santé sur l'ensemble du territoire.

Sur la base d'un diagnostic réalisé en 2022 par l'Observatoire régional de santé, les priorités du CLS du Pays Avallonnais, signé pour cinq ans en 2023, consistent à **renforcer les actions en faveur de l'accès aux soins et à la prévention**, ainsi qu'à **améliorer la communication autour des offres de santé et de prévention** sur le territoire.

C'est à ce titre que le Pays Avallonnais a initié en 2023 cette brochure pour recenser l'offre de soins, de prévention et de promotion de la santé, avec le concours des acteurs locaux.

Je vous souhaite une bonne réception de cette 3^e édition.

Pascal GERMAIN,
Président du Pays Avallonnais



SOMMAIRE

Accès aux soins et à la prévention.....	4
Service Mission Accompagnement Santé.....	4
Centre d'examens de santé.....	4
Le dépistage organisé des cancers.....	4
Communauté 360 de l'Yonne	4
Centre de santé sexuelle	5
Consultations de puériculture.....	5
La ligue contre le cancer de l'Yonne	5
Aide au sevrage tabagique.....	6
Centre d'action médico-sociale précoce.....	6
Maisons de santé pluriprofessionnelles	6
SESSAD RESAM Autisme 89.....	7
PCPE INTERFACE 89.....	7
Consultations externes du Centre hospitalier d'Avallon	7
Annuaire des professionnels (CPTS GIPS 89).....	9
Promotion de la santé	13
Parcours d'accompagnement sportif pour la santé.....	13
Les Ateliers Bons Jours.....	13
Yonne Sport Seniors	13
Cours aidants - aidés	13
Activités aidants - aidés.....	13
Le pôle d'activités et de soins adaptés nocturne.....	14
Journée partage à L'Isle-sur-Serein.....	14
Hébergement temporaire en sortie d'hospitalisation	14
La Plateforme de répit OASIS 89	14
Groupe d'entraide mutuelle d'Avallon (GEM CADRE 89).....	15
Groupe de parole JALMALV 89.....	15
Directives anticipées	15
France Alzheimer	15
UNAFAM de l'Yonne	16
Comité France Parkinson de l'Yonne	16
Habitude aux soins pour les personnes TSA.....	16
Soutien à la parentalité et aux familles	17
Café des parents - Centre Social d'Avallon	17
Ensemble, libérons la parole	17
Activités Récréa'famille	17
Réseau parentalité.....	17
Réseau d'aides spécialisées aux élèves en difficultés d'Avallon (RASED).....	17
Ateliers rencontres parents et enfants	17
Groupe de parole pour les parents ayant des enfants en situation de handicap.....	17
Actualités santé.....	18
Attirer de nouveaux professionnels de soin.....	18
Aides à l'installation	19

Accès aux soins et à la prévention

Service Mission Accompagnement Santé

Il assure un accompagnement personnalisé dans les démarches administratives et de soins :

- Réalise avec les bénéficiaires un bilan de leurs droits et de leurs besoins,
- Oriente et accompagne les bénéficiaires dans leurs démarches en lien avec la santé,
- Aide les bénéficiaires à trouver des solutions.

Contact : 3646 | pfidass.cpam-yonne@assurance-maladie.fr

Centre d'examens de santé

Propose pour les assurés un bilan de dépistage et de prévention personnalisé.

Différents examens pourront vous être proposés en fonction de votre situation ainsi qu'un entretien médical.

Ce bilan est accessible sur rendez-vous et se déroule au 10 avenue Victor Hugo, La Morlande, 89200 Avallon.

Contact : 03 86 72 14 80 | ces.cpam-yonne@assurance-maladie.fr

Inscription également possible auprès du CCAS d'Avallon,
contacter Mme FUENTES au 03 86 42 01 90

Le dépistage organisé des cancers

L'Assurance Maladie en lien avec le Centre Régional de Coordination du Dépistage des Cancers propose le **dépistage organisé des cancers pour les assurés ciblés** :

- Femmes de 50 à 74 ans pour le cancer du sein (mammographie)
- Femmes et hommes de 50 à 74 ans pour le cancer colorectal (prélèvement de selles)
- Femmes de 25 à 65 ans pour le cancer du col de l'utérus à grâce à un frottis

Le Centre hospitalier et les professionnels de santé sont actifs sur le territoire pour vous conseiller et vous prendre en charge :

- Les mammographies sont réalisées au Centre Hospitalier d'Avallon
- Les tests du dépistage colorectal sont disponibles auprès des médecins généralistes, des pharmaciens. Ils peuvent également être commandés en ligne sur le site : monkit.dépistage-colorectal.fr
- Les frottis sont réalisés par les médecins généralistes, les gynécologues et les sages-femmes.

L'Assurance Maladie vous invite régulièrement à réaliser votre dépistage, rendez-vous sur votre Compte Améli.

Se faire dépister c'est prendre soin de sa santé !

Communauté 360 de l'Yonne

Plateforme d'écoute, de recueil, d'orientation et de coordination

- Recueil des problématiques et attentes des personnes interpellant les communautés,
- Évaluation de la situation avec une rencontre sur le lieu de vie pour affiner les besoins,
- Recherche de solutions et services adaptés sur le territoire concerné,
- Activation et coordination des dispositifs d'aide et d'accompagnement identifiés,
- Orientation vers les ressources existantes de droit commun,
- Suivi et évaluation de la situation pour favoriser sa pérennité.

Publics :

- Personnes en situation de handicap avec ou sans orientation MDPH, enfants, jeunes ou adultes, quel que soit leur handicap, qui n'ont pas ou plus de solution, en rupture de parcours, ou en situation critique
- Proches ou aidants de personnes en situation de handicap, en difficultés
- Partenaires en recherche de solutions

Contact : Coordinatrice de Parcours pour le sud du département :

Marie-Cécile FERRIERE – mariececile.ferriere@epnak.org

N° vert (gratuit) : 0800 360 360 - permanences téléphoniques

du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h

Centre de santé sexuelle

Ouvert à tous, gratuit et confidentiel

- **Accueil du public majeur ou mineur** (sans autorisation parentale) autour des questions de puberté, relations amoureuses, contraception, dépistage des infections sexuellement transmissibles, vie de couple, désir de grossesse
- **Consultations médicales, gratuites, assurées par une sage-femme** (prescription et délivrance de la contraception, de la contraception d'urgence, prescription du dépistage des infections sexuellement transmissibles et traitement, délivrance gratuite de préservatifs féminins et masculins, suivi gynécologique de prévention, tests de grossesse)
- **Entretiens d'information** sur la puberté, les relations amoureuses, la vie de couple, la contraception, le dépistage des infections sexuelles
- Informations et accompagnement des démarches en vue d'une **Interruption Volontaire de Grossesse** (femmes majeures, jeunes filles mineures, couple) en pré-IVG et post-IVG
- **Entretiens de conseil conjugal** pour les couples ou les personnes seules
- **Interventions collectives de prévention** et de sensibilisation à la vie affective, relationnelle et sexuelle auprès des établissements scolaires (collèges, lycées), des établissements spécialisés (MECS, foyer pour adultes handicapés.) et de la Mission Locale de l'Avallonnais (et prochainement auprès du café des parents de l'Espace Famille)

Contact : Unité territoriale des Solidarités de l'Avallonnais 03 86 34 95 35 | 7 route de Paris à Avallon

Consultations de puériculture

Sur rendez-vous à l'Unité Territoriale des Solidarités de l'Avallonnais. Un examen global de l'enfant est proposé et s'inscrit dans un parcours de santé en complémentarité avec le suivi médical et les examens médicaux obligatoires.

Pour les **enfants de 0 à 6 ans**, des consultations infantiles sont proposées 2 mercredis par mois ainsi que le 1^{er} vendredi de chaque mois.

Des **visites à domicile** sont proposées par les professionnels de la Protection Maternelle et Infantile (PMI) dans le cadre du suivi des enfants et du soutien à la parentalité.

Contact : 03 86 34 95 35 | 7 route de Paris à Avallon

La ligue contre le cancer de l'Yonne

Accompagne les malades et leurs proches durant et après les traitements avec :

- Le **soutien psychologique**,
- Le **suivi diététique**, les **soins de socio esthétique**, **l'activité physique adaptées** (pilates, marche nordique, ping-pong, escrime), **l'art thérapie**, **la sophrologie**,
- Les groupes de convivialités mais aussi les ateliers thématiques comme les ateliers cuisine.

Une aide financière peut être accordée pour supporter les frais liés à la maladie après étude d'un dossier, transmis par une assistante sociale.

Contact : 03 86 51 56 61 | cd89@ligue-cancer.net

Aide au sevrage tabagique

Tab'agir est une association d'aide au sevrage tabagique sur l'ensemble de la région Bourgogne-Franche-Comté. Elle propose une prise en charge pluridisciplinaire qui se déroule en 3 temps auprès de professionnels ayant intégré le réseau Tab'agir :

- **Orienté les personnes désireuses d'arrêter de fumer vers un prescripteur** (médecin, infirmière, sage-femmes) au plus proche de leur domicile. On préconise au moins 5 consultations étalées dans le temps.
- **Propose 4 consultations** auprès d'une **diététicienne**, si la personne craint de prendre du poids suite à son arrêt,
- **Propose 4 consultations** pour une prise en charge en **Thérapie Comportementale et Cognitive** (TCC) pour travailler autour de la dépendance liée à la gestuelle et aux habitudes du tabac.

Ces dernières sont totalement prises en charge par l'association (*financement par l'Agence Régionale de Santé BFC*).

Fumeur occasionnel ou quotidien, vous souhaitez arrêter de fumer tout en étant accompagné et guidé dans cette démarche ?

Contact : 03 86 52 33 12 ou écrivez-nous via notre site internet : www.tabagir.fr

Centre d'action médico-sociale précoce

Le CAMSP accueille tout **enfant de 0 à 6 ans**, sur demande des parents :

- Pour des **difficultés relatives au développement** de l'enfant,
- Lorsqu'un **handicap a été présumé ou reconnu**.

Le CAMSP propose sur rendez-vous :

- Des consultations qui assurent un accompagnement global de l'enfant et de sa famille,
- La réalisation de bilans complémentaires pour évaluer les difficultés et les potentialités de l'enfant,
- Des soins qui prennent en compte les besoins de l'enfant et les ressources de l'équipe.

Le CAMSP assure également des missions de prévention avec de nombreux partenaires (PMI, crèches, Conseil Départemental de l'Yonne, politique de la ville, Éducation nationale, services hospitaliers...).

Le financement est assuré par l'Assurance Maladie et le Conseil Départemental et ne nécessite pas d'avance de frais de la part des familles.

Contact : 11 rue des Odeberts à Avallon | 03 73 53 06 78

Ouverture du lundi au mercredi de 9h à 12h45 puis de 13h30 à 17h

Maisons de santé pluriprofessionnelles

Des **actions de prévention** sont organisées dans les Maisons de Santé Pluriprofessionnelles : *tabacologie, diabète, solaire, nutrition...*

Renseignez-vous auprès de votre MSP :

Avallon : 03 86 34 16 31 | mbspavallon@gmail.com

Guillon-Terre-Plaine : 03 86 32 39 40 | coordination@maisondesante-terreplaine.fr

Vézelay : 03 86 40 73 97 | coordinationmdsvezeliens@orange.fr

SESSAD RESAM Autisme 89

Le SESSAD est un service de proximité qui accompagne 20 enfants/jeunes avec un diagnostic TSA entre 0 et 20 ans sur notification de la MDPH.

Ils sont **accompagnés sur leurs différents lieux de vie afin de favoriser leur inclusion et l'acquisition de l'autonomie**. Le SESSAD travaille en collaboration avec la famille de la personne accompagnée.

Les objectifs sont :

- Évaluer les capacités du jeune accueilli afin de lui proposer un accompagnement personnalisé
- Proposer un accompagnement éducatif spécifique aux personnes avec TSA
- Soutenir les familles dans la compréhension des particularités et dans la mise en place de méthodes spécifiques
- Soutien à l'inclusion scolaire et sociale

Contact : 2 chemin de halage à Avallon | poleTSAenfance.ug-bfc@ugecam.assurance-maladie.fr

PCPE INTERFACE 89

Le PCPE (Pôle de Compétences et Prestations Externalisées) accompagne 15 à 25 enfants/jeunes âgés de 0 à 25 ans avec un diagnostic de Trouble du Spectre de l'Autisme (TSA) et/ou un Trouble du Développement Intellectuel (TDI) sur notification MDPH afin de :

- Éviter les ruptures de parcours
- Initier l'accompagnement identifié par la CDAPH

Le **PCPE intervient sur les différents lieux de vie de l'enfant/jeune accompagné**.

Les objectifs sont :

- Évaluer dans un premier temps les besoins du jeune accompagné
- Mobiliser les partenaires identifiés
- Réaliser une synthèse des besoins
- Élaborer et mettre en œuvre un projet personnalisé d'accompagnement

Contact : 2 chemin de halage à Avallon | poleTSAenfance.ug-bfc@ugecam.assurance-maladie.fr

Consultations externes du Centre hospitalier d'Avallon¹

Accueil téléphonique des consultations externes – prise de rendez-vous

Du lundi au vendredi : 9h-12h30 / 13h30-16h00 (numéro selon la spécialité)

SPÉCIALITÉS	RÉFÉRENTS ET CONSULTATIONS	CONTACT
CeGIDD (VIH, Hépatites...) <i>Centre Gratuit d'Information, de dépistage et de diagnostic sur rdv</i>	<i>Jeudi 14h-16h (1 semaine sur 2) Uniquement sur RDV/RDV Anonyme</i>	03 86 34 67 37
Cardiologie <i>Épreuves d'effort, écho doppler cardiaque et vasculaire sur rdv</i>	<i>Dr GEOFFROY Mercredi après-midi Dr MOUROT Jeudi de 11 h à 16 h30 (1 fois / 15 jours)</i>	03 86 34 67 60

¹ Brochure annuelle des consultations externes téléchargeables sur le site internet du CH d'Avallon

SPÉCIALITÉS	RÉFÉRENTS ET CONSULTATIONS	CONTACT
Gastro-entérologie Endoscopie digestive Coloscopie courte	Dr GROZEL Mercredi 8h45-10h endoscopie Mercredi 10h30-11h50 consultations	03 86 34 67 37
Urologie	Dr REKIK Mardi 9h30-12h/13h-15h (1 fois / 15 jours)	03 86 34 67 37
Chirurgie polyvalente : Orthopédique	Dr JAMOUS Vendredi 9h30-12h	03 86 34 67 37
Chirurgie polyvalente : Générale et digestive	Dr BORRACCINO Lundi 9h30-12h30 / 13h-15h (1 fois par mois)	03 86 34 67 37
Chirurgie cutanée de la face du corps, chirurgie orale simple, chirurgie simple de la main, prise en charge des articulations temporo-mandibulaires et prise en charge des plaies chroniques	Pr ZWETYENGA Mardi 8h30-16h (3 fois par mois)	03 86 34 67 37
Imagerie médicale (GIE Public/privé) Échographie – Mammographie IRM - Ostéodensitométrie Panoramique dentaire	Dr ANDRÉ Du lundi au vendredi 8h-17h	03 86 31 01 00
Néphrologie	Dr JONON Vendredi 8h15-10h40 (1 fois / 15 jours)	03 86 34 67 37
Neurologie Electromyogramme (EMG) Electroencéphalogramme (EEG)	Dr BORSOTTI Jeudi 15h-18h (1 fois / 15 jours) Vendredi 9h-12h (1 fois / 15 jours) Dr GRAS Jeudi : 9h-13h / 14h-16h (1 fois par mois)	03 86 34 67 37
Pneumologie Fibroscopie bronchique Epreuve fonctionnelle respiratoire (EFR) Polygraphie ventilatoire : recherche SAS (Syndrome Apnée du Sommeil)	Dr BOUKHELOUA Fibroscopie bronchique mercredi et vendredi matin Consultations publiques : Lundi, mercredi : 14h-16h15 Consultations privées : Mardi, jeudi 14h-16h15	03 86 34 67 37
Gériatrie Consultations mémoires, évaluation gériatrique	Dr NABALMA Mercredi 10h-12h	03 86 34 67 45
Pharmacie	Dr MONTES 8h-12h / 13h-16h30	03 86 34 66 36
Soins infirmiers externes Prélèvements sanguins sur rdv en lien avec le laboratoire du CH d'Auxerre, pansements...	Du lundi au vendredi 8h-17h	03 86 34 67 89
Centre périnatal de proximité (CPP)	Lundi, mardi, jeudi 8h-17h30 Vendredi 8h-16h30	03 86 34 66 29
Gynécologue - Obstétricien	Dr MENADI Jeudi : 9h30-16h30	03 86 34 66 29

SPÉCIALITÉS	RÉFÉRENTS ET CONSULTATIONS	CONTACT
Échographie fœtale en 3D	<i>Sur RDV Sage-femmes, CH d'Auxerre</i>	03 86 34 66 29
Préparation à l'accouchement – Suivi de grossesse - Suivi post natal	<i>Lundi : 14h-15h30 Mardi : 10h30-12h30 Vendredi : 10h-11h30</i>	03 86 34 66 29
Pédiatre	<i>Dr VARLOTEAUX (2 fois par mois) Lundi : 10h30-12h30 / 14h-16h</i>	03 86 34 66 29
A.A.F <i>Association Addiction France</i>	<i>Mme DANIEL, IDE Mardi 9h-17h30</i>	03 80 73 26 32
	<i>Mme MOINDROT, Assistante sociale Mardi : 9h-17h00</i>	
	<i>Mme MOINDROT, Assistante sociale Vendredi 9h-17h30</i>	
	<i>Dr RIBOT, Psychiatre Vendredi 9h-17h00</i>	
	<i>Mme DANIEL, IDE Vendredi 9h-17h00</i>	

Annuaire des professionnels (CPTS GIPS 89)²

Médecins généralistes		
François COUPEROT	03 86 34 16 31	4 rue des écoles, 89200 Avallon
Andreas CHEVALIER	03 86 40 23 36	Maison de santé Avallon, Espace Victor Hugo - 10 Avenue Victor Hugo, 89200 Avallon
Thanh BUI		
Aude BOUF		
Domitille CHEVALIER		
Jérôme BEAUGRAND		
Mickaël CHAILLARD	03 86 34 15 46	1 route de Paris, 89200 Avallon
Christelle GUYOT	03 86 33 20 00	Maison de santé du Vézélien, parking Le Clos, 89450 Vézelay
Hamza AOUD		
Sylvie SETRE		
Catherine CHARDON	03 86 33 23 33	65 rue Saint Pierre, 89450 Vézelay
Gerardus Henric VAN DER HEIJDEN	03 86 81 09 66	2 rue de l'École 89440 Joux-la-Ville
Jean-Marie DUPONT	03 86 33 84 93	13 rue Jean de Chalon, 89440 L'Isle-sur-Serein
Vivien MASSON URBANIAK	03 86 32 39 40	Maison santé de Guillon, 2 rue de l'abreuvoir, 89420 Guillon
Audrey TORDOIR		
Janack NUCKCHEDDY	03 86 75 30 25	Espace santé 1 Route du Puits de Bon, 89310 Noyers
Chirurgiens-Dentistes		
Mélanie BOCQUELET	03 86 34 12 75	4 Route de Paris, 89200 Avallon
Chloé BRISORGUEIL	03 86 72 10 81	Maison de santé du Vézélien, parking Le Clos, 89450 Vézelay
Gilles CHENET		
Florin SEREAN	03 86 33 87 85	Maison de santé de Guillon et L'Isle-sur-Serein : 13 rue Jean de Chalon, 89440 L'Isle-sur-Serein

² <https://www.gips89.fr/annuaire/>

Masseurs-kinésithérapeutes		
Isabelle ENGELS	06 32 29 21 84	11 rue du Bel air 89200 Avallon
Didier FERNANDEZ	03 86 34 41 41	2 rue Tupin, 89200 Avallon
Caroline LABOUREAU	03 86 34 33 79	10 rue Porte Auxerroise, 89200 Avallon
Matthieu TEQUI		
Juan ADAN DIAZ	03 86 51 10 01	Maison des spécialistes, 1 route de Paris, 89200 Avallon Et Cabinet de kinésithérapie, 2 Rue des Écoles, 89440 Joux-la-Ville
Ana DIAZ CASTRO		
Philippe JAUMOTTE		
Jésus JIMENEZ MANJON-CABEZA		
Fernando FERNANDEZ IZQUIERDO		
Vicente MORENO GARCIA		
Javier VALVERDE RODRIGUEZ	03 86 33 12 43	
Eric MOTOS MADRIGAL		
Luc SOTO	03 86 52 95 44	85 rue de Lyon, 89200 Avallon
Élise WRIGHT	03 86 18 88 64	9 rue du Pont, 89200 Vault de Lugny
Claire COURTOIS LINGET	07 69 07 26 36	1 place des 4 vents Presles, 89420 Cussy les Forges
Marie Hélène BREUIL	03 86 40 76 30	Maison de santé du Vézélien , parking Le Clos, 89450 Vézelay
Sylvain TILLET	03 86 81 08 02	36 rue Cotteau 89660 Châtel-Censoir
Thibaut NIELSEN	06 33 54 85 56	2 Place de l'église, 89630 Quarré-les-Tombes
Infirmiers		
Catherine BAILLEUL	06 72 19 45 92	10 rue du Général Leclerc, 89200 Avallon
Florence MORIZOT	03 86 34 18 15	Maison de santé Avallon 26 avenue de la République, 89200 Avallon
Romane SCHNEIDER		
Patricia RADAZ		
Morgane FOURDIN		
Frédérique BOUSIGNAC	06 70 57 74 10	7 rue du Général Leclerc, 89200 Avallon
Patricia MONNOT	03 86 42 54 89	60T rue de Lyon, 89200 Avallon
Vanessa MAZE		
Sylvie COUTURIER	06 82 57 18 95	Maison de santé du Vézélien, Parking Le Clos, 89450 Vézelay
Catherine BOLE PETIT	06 33 43 53 75	
Julie PIGEONNAT	06 42 29 98 22	
Auréli STEFANI	03 86 33 81 22 06 77 55 06 34	Maison de santé L'Isle-sur-Serein 13 rue Jean de Chalon, 89440 L'Isle-sur-Serein
Ameline RECORDON		
Francine TERRIER		
Émilie CAMBUZAT <i>Infirmière en pratique avancée</i>	03 86 32 39 40	Maison santé de Guillon, 2 rue de l'abreuvoir, 89420 Guillon
Sophie BORNOT	03 86 32 54 90	Maison santé de Guillon, 2 rue de l'abreuvoir, 89420 Guillon
François FEUCHOT		
Émilie CAMP	03 86 32 28 21	2 place de l'église, 89630 Quarré-les-Tombes
Élodie MARCILLAC		
Sonia ROUSSEAU	06 08 12 13 17	36 rue Cotteau, 89660 Châtel-Censoir
Benoît COTTON		

Anne-Claire GUENNIFFEY	03 86 82 65 58 06 84 53 46 65	Espace santé de Noyers 1 route de Puits de Bon 89310 Noyers-sur-Serein
Sophie MIGAUX	03 86 55 47 50	
Patricia MONNOT	03 86 42 54 89	Maison des spécialistes, 1 route de Paris 89200 Avallon
Vanessa MAZE		
Flavie SACCAULT		
Karine GOUARD	07 87 00 20 59	Scp Gouard – Jeannin – Rincon 1 rue de la Fontaine Neuve 89200 Avallon
Séverine JEANNIN		
Maggy RINCON		
Hoda MADI TERREAU	06 89 14 63 65	17 rue de Lyon 89200 Avallon
Pédicure-podologue		
Justin SAUVANT	03 86 31 68 08	82 GR Aristide Briand, 89200 Avallon
Mariia SPASSKOVA	03 86 54 87 36	1 rue fontaine neuve, 89200 Avallon
Marie Hélène PICARD	03 86 34 17 85	
Isabelle FRESNE	03 86 34 69 35	Maison des spécialistes 1 Route de Paris, 89200 Avallon
Luxman SELLIAH	07 80 58 68 33	Maison de santé Avallon – EspaceVictor Hugo - 10 Avenue Victor Hugo 89200 Avallon
Cécile FRESNE	03 86 33 90 65	Maison santé de Guillon et de L'Isle-sur-Serein, 2 rue de l'Abreuvoir, 89420 Guillon & Cabinet de Joux-la-Ville 2 rue des écoles 89440 Joux-la-Ville
Ophtalmologiste		
Isabelle LEY	03 86 4195 99	Maison des spécialistes, 1 route de Paris, 89200 Avallon
Sage-femme		
Séverine SUREAU	06 81 10 91 83	7 rue Pasteur, 89200 Avallon
Orthophonistes		
Émilie CHRISTOPHE	03 86 34 53 29	11b rue du Général Leclerc, 89200 Avallon
Laurence CIAPPUCCINI	03 86 34 30 40	14 avenue Paul Doumer, 89200 Avallon
Delphine BIDET DEFRAIN	03 86 34 56 26	47 rue de la liberté, 89200 Sauvigny le Bois
Nadia MARQUET	03 86 33 96 56	Maison de santé L'Isle-sur-Serein 13 rue Jean de Chalon, 89440 L'Isle-sur-Serein
Pharmacies		
Pharmacie de l'Horloge Pierre DELPEY	03 86 34 15 06	10 Grande rue Aristide Briand, 89200 Avallon
Pharmacie Centrale Jean-Marc BEGUINOT	03 86 34 18 02	17 Place Vauban, 89200 Avallon
Pharmacie des Odebert Christelle DECHELLE PAUTRAT	03 86 34 13 22	5 rue des Odebert, 89200 Avallon
Para et pharmacie Avallonnaise Sophie BARJOT-COUDRET	03 86 34 14 24	21 rue de Lyon, 89200 Avallon
Pharmacie GUIBOURT DUCROUX	03 86 34 11 26	22 Avenue de la République, 9200 Avallon
Pharmacie de Vézelay Aline GUYOT SIMIER	03 86 33 24 85	Maison de santé du Vézélien – Parking Le Clos, 89450 Vézelay

Pharmacie de L'Isle-sur-Serein François Henri et Marie Maud NICOLAS	03 86 33 80 43	24 rue Vauban, 89440 L'Isle-sur-Serein
Pharmacie les Portes du Morvan Cécile TROUILLEUX	03 86 32 22 18	7 Place de l'église, 89630 Quarré-les-Tombes
Pharmacie SAUER Blandine SAUER	03 86 81 03 48	7 rue Alfred de la loge, 89660 Châtel-Censoir
Pharmacie Verdin LUZY Dominique LUZY	03 86 82 83 38	55 Place du grenier à sel, 89310 Noyers
Psychologues		
Hélène HAZOTTE	03 86 32 14 30	Maison santé de Guillon, 2 rue de l'abreuvoir, 89420 Guillon
Lorrie SCHWARTZ	06 75 78 68 84	Parking Le Clos 89450 Vézelay
Jean-Frédéric PALOULINE	06 26 93 96 00	1 rue de la fontaine neuve 89200 Avallon
Armelle BEDOSSA	06 73 79 02 99	1 Place de l'Église 89630 Quarré-les-Tombes
Diététiciens		
Claire GREBERT	03 86 32 39 40 06 16 02 49 16	Maison santé de Guillon, 2 rue de l'abreuvoir, 89420 Guillon
Fabienne CREUZET	06 46 50 27 06	Maison de santé du Vézélien Parking Le Clos 89450 Vézelay & Maison de santé Avallon - Espace Victor Hugo - 10 Avenue Victor Hugon 89200 Avallon
David PAILLARD	06 81 82 77 22	7 rue du Général Leclerc 89200 Avallon
Chirurgien viscéral et digestif		
Julien SAKAT	03 73 88 00 58	Maison de santé du Vézélien, parking Le Clos 89450 Vézelay
Ostéopathes		
Julien GUENEAU	06 01 13 00 49	Maison santé de Guillon et de L'Isle-sur-Serein, 2 rue de l'abreuvoir, 89420
Arthur AMALVICT	03 86 51 03 35	& 13 rue de Jean de Châlon 89440 L'Isle-sur-Serein
Lætitia SANTIGNY	03 86 52 89 38	Maison de santé du Vézélien, parking Le Clos 89450 Vézelay
Docteur Abdelaziz MACH HOUTY	09 72 56 82 85	6 ter route de Lyon, 89200 Avallon
Coralie LAURENT	03 58 43 52 76	Maison des spécialistes
Jean-Baptiste JACQUETTE		1 route de Paris 89200 Avallon
Matthieu LIGEIRO	06 20 32 87 31	A domicile sur Avallon et alentours dans un rayon de 30 km
Ergothérapeute		
Marie Laure TULASNE	06 79 05 75 93	Maison de santé Avallon : 26 Avenue de la République, 89200 Avallon

Promotion de la santé

Parcours d'accompagnement sportif pour la santé

Ce parcours accompagne **les personnes de plus de 18 ans présentant une absence ou une insuffisance d'activité physique, porteuses de pathologie chronique reconnues ou non en ALD** (affection longue durée), ou de facteurs de risques de ces maladies, pour reprendre un mode de vie actif en pratiquant régulièrement une activité physique adaptée, sécurisante et progressive.

Informations pour le bénéficiaire :

- Avoir une prescription médicale de l'activité physique par son prescripteur
- Une aide financière (50 % de la cotisation pour la première année, 30% la deuxième) est attribuée uniquement aux personnes non pratiquantes.

Piscine les mardis (16h-17h), mercredis (12h-13h), jeudis (16h-17h), et vendredis (13h-14h) & **Éducation physique et gymnastique volontaire** (15h-16h).

Contact : Comité Départementale Olympique et Sportif de l'Yonne au 03 86 52 12 44

Les Ateliers Bons Jours

Les Ateliers Bons Jours abordent un ensemble de thématiques qui visent à répondre aux enjeux du vieillissement. Des séances collectives sont labellisées et animées par des professionnels de santé.

Inscription obligatoire : Manon KHATTACHE au 03 86 72 11 88 | lesbonsjours89@bfc.mutualite.fr

Yonne Sport Seniors

Cette opération consiste à inciter les seniors (de 55 à 90 ans) à se lancer dans une activité sportive et à **favoriser leur mobilité**. Il s'agit de journées gratuites qui s'adressent à **tous les seniors du département** (autonomes et ou en perte d'autonomie) ainsi qu'aux EHPAD.

Cours aidants - aidés

Pour les plus de 60 ans vivant encore à domicile et qui s'occupent d'une personne en perte d'autonomie.

La Maison Sport Santé vous propose pendant **1h30 des activités multi-sports adaptées à l'état de santé de l'aidant et de l'aidé dans un même lieu**, mais dans deux salles différentes avec deux éducateurs formés Sport Santé. Un moment de convivialité est proposé durant ce cours.

Informations pour le bénéficiaire :

- Avoir **un certificat médical** permettant l'activité sportive
- **Activité gratuite** pour le participant
- **Transport envisagé** pour les personnes à mobilité réduite

Cours proposés les lundis de 13h30 à 15h à Avallon

Contact : Comité Départemental Olympique et Sportif de l'Yonne 03 86 52 12 44

Activités aidants - aidés

La Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie (CFPPA) finance, à Avallon, diverses **actions de prévention en faveur des aidants de seniors et/ou de leurs aidés seniors**. Ces ateliers « Bien être, soutien psycho-social et activités physique aidants-aidés » sont organisés par France Alzheimer, la Mutualité française, le Comité Départemental Olympique et Sportif (CDOS) et financés par la CFPPA

Le pôle d'activités et de soins adaptés nocturne

Le service est spécialement conçu pour répondre aux besoins **des habitants qui ont des difficultés à dormir la nuit** (personnes atteintes de troubles cognitifs et/ ou anxieux). Le P.A.S.A nocturne associé à un hébergement temporaire, offre également une **solution de répit aux proches aidants à domicile**, dans le but de soutenir et prolonger le maintien à domicile, **possibilité de reste à charge réduit**.

Contact : Frédérique MARTINEZ au 03 86 33 89 89 | pgvs@gip-serein.fr

Journée partage à L'Isle-sur-Serein

Accueil de l'aidant au sein d'un Pôle d'Activité et de Soins Adaptés (PASA) aux EHPAD de Thizy ou de Noyers, pour permettre d'échanger avec des professionnels sur les difficultés rencontrées et d'acquérir des outils à adapter au domicile et à la situation.

Sur rendez-vous à la journée ou demi-journée, repas offert

Contact : pgvs@gip-serein.fr

EHPAD Noyers : 03 86 82 80 28

EHPAD Thizy : 03 86 32 09 09

Hébergement temporaire en sortie d'hospitalisation

L'hébergement temporaire en sortie de l'hospitalisation est réservé **aux personnes âgées** dans un objectif de retour à domicile en sécurité, aux EHPAD de Thizy, (3 places), L'Isle-sur-Serein (1 place), et de Noyers-sur-Serein (1 place).

Le séjour est pour une durée maximale de 30 jours avec :

- Des conditions tarifaires allégées grâce à une participation de l'Agence régionale de santé à hauteur de 60 euros par jour pour les frais d'hébergement
- Un suivi médical et infirmier assuré
- Un soutien dans tous les actes de la vie quotidienne
- Des activités personnalisées et adaptées aux besoins de chacun

Contact : Frédérique MARTINEZ au 03 86 33 89 89

La Plateforme de répit OASIS 89

C'est un **dispositif d'aide aux aidants** porté par le Pôle Domicile de la Maison Départementale de Retraite de l'Yonne, à Auxerre. Elle est soutenue par l'Agence Régionale de Santé Bourgogne Franche-Comté. Elle **travaille sur l'ensemble du territoire de l'Yonne** et s'adresse à **tout aidant qui accompagne un proche en situation de handicap** (Cognitif, moteur, psychique ou atteint d'une maladie neuro-évolutive). La Plateforme de répit (PFR) OASIS 89 est positionnée comme porte d'entrée des aidants et relais de proximité pour prendre du temps pour soi ou échanger autour de ses difficultés. Elle élabore ses actions avec l'appui d'un réseau départemental composé de partenaires de terrains aux vocations et compétences sanitaires, sociales ou psychosociales professionnelles.

Activités proposées :

- **Écoute, soutien, conseils, orientation**
- **Sorties culturelles**
- **Activités au domicile**
- **Formations aux gestes du quotidien adaptées** à chaque besoin ou autres formations selon les demandes.
- **Répit à domicile** : Séances de 2 heures (10 séances par an possibles). Ce répit est assuré au domicile de la personne aidée par des équipes de professionnels qui peuvent se relayer suivant les besoins estimés et les possibilités du service. Il s'adresse aux binômes

aidant/aidé dont l'aidé est une personne, adulte ou enfant, en perte d'autonomie, fragilisée par l'âge, la maladie ou le handicap

Contact : Mme GODO, Coordinatrice | 03 86 72 25 18 | kgodo@mdry.fr

7 Avenue de Lattre de Tassigny, BP90, 89011 Auxerre Cedex

Du lundi au vendredi (hors jours fériés) : 09h30 - 16h30

Groupe d'entraide mutuelle d'Avallon (GEM CADRE 89)

Le GEM CADRE 89 d'Avallon vise à **rompre l'isolement, créer du lien social** et prévenir de l'exclusion. Il propose **des activités en groupe au 26 bis rue de Lyon 89200 Avallon.**

Mercredi 10h-12 / 13h-17h et vendredi 10h-16h

Contact : 06 48 98 02 22

Groupe de parole JALMALV 89

Vous êtes en deuil ?

L'association JALMALV89 (Accompagner La Vie Jusqu'À La Mort) propose gratuitement et régulièrement un espace d'accueil, de parole et d'écoute, pour partager en groupe et en toute confiance votre cheminement dans le respect de l'autre et la solidarité d'un soutien mutuel.

Contact : 03 86 48 48 38 | jalmalv89deuil@gmail.com | jalmalv89.org

Directives anticipées

L'association de discussion sur les directives anticipées de l'Yonne (ADAFV89) accompagne toute personne intéressée pour la rédaction des directives anticipées.

Dans le cas où je ne pourrai plus m'exprimer, mes directives anticipées permettront aux médecins de connaître mes souhaits par rapport aux décisions à prendre. Les directives anticipées sont le moyen écrit de faire respecter mes choix qui peuvent évoluer. La personne de confiance quant à elle est le moyen humain de faire respecter mes directives anticipées.

Contact : 07 88 86 71 86 | adafv89.org

France Alzheimer

France Alzheimer 89 est une association de familles au service des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés, et de leurs proches.

Composée de bénévoles et de professionnels, l'association est présente sur tout le département de l'Yonne pour être au plus près de vous.

Au plus proche de vous, sur Avallon :

Nos activités sont destinées aux aidants et personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer ou apparentée. Elles sont encadrées par notre équipe de bénévoles et de professionnels.

Interventions de bénévoles à l'accueil de jour

Activités Bien-être : Art-thérapie, Sophrologie et Médiation animale

Notre accompagnement : écoute et entretiens avec les familles, formation des aidants, groupe de parole, manifestations

Contact : FRANCE ALZHEIMER 89 - 38 rue des Mésanges, 89470 Monéteau

www.francealzheimer.org/yonne/

Ligne d'écoute : 03 86 48 27 69 | Secrétariat : 03 86 48 12 51 | contact89@francealzheimer.org

UNAFAM de l'Yonne

Groupes de paroles mensuels pour les aidants avec un psychologue à Auxerre et à Sens, accueil téléphonique par un bénévole : 06 28 48 61 81

Formations UNAFAM pour les aidants :

- Journée d'information sur les troubles psychiques
- Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie
- Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires
- Mieux accompagner un proche souffrant de troubles anxieux
- Atelier d'entraide Prospect
- Journée d'information sur la dépression résistante
- Journée d'information « Troubles du comportement de l'enfant et de l'adolescent »

Écoute famille national 01 42 63 03 03

(psychologue, assistante sociale et service juridique en ligne)

Comité France Parkinson de l'Yonne

Contact : 07 64 76 28 48 | comite89@franceparkinson.fr

Habitude aux soins pour les personnes TSA

Dans le cadre de l'accompagnement global des enfants porteurs d'un Trouble du Spectre Autistique, le SESSAD RESAM Autisme d'Avallon, en partenariat avec le service des Urgences du Centre Hospitalier d'Avallon met en place des séances d'habitude aux soins. Ces séances font partie intégrante du projet d'accompagnement global de l'enfant.

L'habitude aux soins est une méthode qui consiste à proposer à la personne, de manière progressive et régulière, l'apprentissage des séquences d'un soin, en fonction de ses capacités, de ses peurs et de ses particularités sensorielles. Tout cela, sans douleur, sans contention, et en respectant son intimité. L'objectif de l'habitude aux soins est de pouvoir réaliser un soin sereinement (sans opposition, diminution du stress...) afin d'éviter les ruptures de parcours de soins. Ces sont distincts des temps de soins réels mais permettent leur préparation.

Des séances sont proposées par le SESSAD RESAM Autisme en partenariat avec le Centre Hospitalier d'Avallon chaque mercredi après-midi dans les locaux des Urgences du Centre Hospitalier d'Avallon.

Soutien à la parentalité et aux familles

Café des parents - Centre Social d'Avallon

Lieu ouvert à tout parent qui propose un espace d'écoute, d'accompagnement, de partage de paroles et d'expériences.

L'objectif est de faire intervenir des professionnels de la parentalité sous forme d'échange sur des thématiques précises, suivant les demandes qui émergent.

Contact : Espace Solidarité au 03 86 42 01 90 | centre.social@ville-avallon.fr

Ensemble, libérons la parole

Prévention des violences conjugales

Contact : Espace Solidarité Famille au 03 86 42 01 90 | Conseil Départemental au 03 86 34 95 35

Activités Récréa'famille

Le Centre social d'Avallon organise tous les mercredis après-midi des ateliers parents/enfants autour d'une activité manuelle, d'un atelier cuisine ou une sortie en famille.

Contact : Espace Solidarité Famille au 03 86 42 01 90

Réseau parentalité

Animation du réseau pour créer du lien entre partenaires et coordonner les actions mises en place pour répondre aux besoins des familles du territoire.

Contact : Espace Solidarité au 03 86 42 01 90

Réseau d'aides spécialisées aux élèves en difficultés d'Avallon (RASED)

Enseignants, parents, directeurs, partenaires extérieurs peuvent faire appel au RASED d'Avallon à tout moment de l'année **pour rechercher des solutions aux difficultés rencontrées par les élèves.**

Contact pour les Chaumes : 03 86 34 24 54 | rased.avallonchaumes@ac-dijon.fr

Contact pour la Morlande : 03 86 34 30 68 | rased.avallonhugo@ac-dijon.fr

Ateliers rencontres parents et enfants

Ateliers créatifs pour les enfants en situation de handicap et les parents à Avallon, animés par une éducatrice spécialisée du SESSAD EPNAK – antenne d'Avallon, et une référente famille du centre social d'Avallon.

Le 3^{èmes} jeudi du mois de 17h30 à 18h30 | Espace solidarité famille, 10 Avenue Victor Hugo, Avallon

Contact : 06 73 37 68 21 | sessad.avallon@epnak.org

Groupe de parole pour les parents ayant des enfants en situation de handicap

Groupe d'échange, de partage et d'écoute entre parents à Avallon, animé par une psychologue et une éducatrice spécialisée du SESSAD EPNAK antenne Avallon.

Le premier mercredi du mois de 18h15 à 19h30 à l'Espace solidarité famille 10 Avenue Victor Hugo AVALLON

Contact : 06 73 37 68 21 | sessad.avallon@epnak.org

Actualités santé

Attirer de nouveaux professionnels de soin

Pour lutter contre la désertification médicale et le manque de professionnels de santé, nous sommes convaincus qu'il faut encourager les jeunes à s'installer dans l'Avallonnais. Ainsi, nous menons depuis plusieurs années des actions qui visent à favoriser l'accueil des étudiants en santé sur le territoire lors de leur stage.

Depuis 2016, nous organisons des sessions d'accueil des étudiants en santé pour les stagiaires du territoire. L'objectif est de favoriser la mise en réseau des étudiants en santé avec les professionnels de santé, et de valoriser toutes les richesses (patrimoine, culture, gastronomie, etc.) du Pays Avallonnais.



Le Pays Avallonnais avec sa Maison des étudiants en santé, propose par ailleurs en plein cœur d'Avallon, 10 studios avec des espaces de vie en commun. Entièrement rénovée et inaugurée en avril 2023, la maison a déjà accueilli plus de 50 stagiaires en santé qui ont exercé sur tout le territoire Avallonnais.



Aides à l'installation

L'ARS BFC et le Conseil départemental de l'Yonne disposent des aides à l'installation des professionnels de santé sur le Pays Avallonnais.

Plus d'informations :

Constance Brozzetti : 06 99 13 58 24 | constance.brozzetti@ars.sante.fr

Andréa Collard (03 86 72 85 34 | mission.sante@yonne.fr

Et sur le site internet du PAPS

La ville d'Avallon et la Communauté de Communes du Serein proposent des bourses d'études et des aides à l'installation !

Plus d'informations :

Ville d'Avallon : 03 86 34 13 50

Communauté de Communes du Serein : ou 03 86 33 33 99

**Retrouvez toutes les infos sur la santé
en Pays Avallonnais sur
avallonnais.fr/sante**

**Le Pays Avallonnais peut vous accompagner dans vos
démarches d'installation** : aide pour la recherche d'emploi
pour votre partenaire, solution de mobilité, logements
temporaires...

Maison des étudiants

CONDITIONS D'ACCÈS

Vous étudiez dans le domaine de la santé et avez un stage à faire dans le Pays Avallonnais ?
Vous cherchez un logement temporaire ?

La Maison des étudiants en santé est là pour vous accueillir !

Ouverte depuis 2023,
la MES est située à côté de l'hôpital à Avallon,
en plein centre-ville et proche de toutes commodités.



DES ESPACES DE VIE COMMUNE



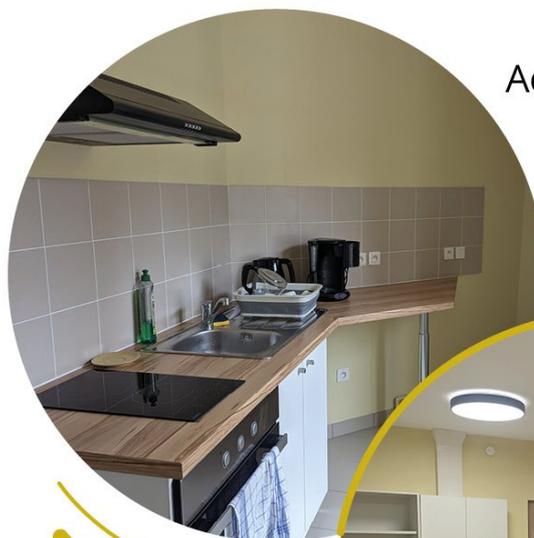
Accessibles à tous, les espaces communs vous offriront des temps de partage avec les autres résidents.

Grande pièce à vivre avec canapé, télé 4k, wifi collectif gratuit et espace repas, le tout ouvert sur une cuisine équipée.

Une buanderie est également accessible avec lave-linge et sèche-linge.

Vous pourrez aussi profiter des extérieurs avec la terrasse et le jardin.

Et à deux pas de la MES : le centre-ville d'Avallon avec cinéma, bars, restaurants...



Plus d'infos sur la MES sur

diagnostics en santé



10 STUDIOS INDIVIDUELS ÉQUIPÉS DE 16 À 30 M²



Chaque studio comporte une pièce de vie avec tous les équipements nécessaires à votre confort : kitchenette et nécessaire de cuisine, lit, bureau, rangements... ainsi qu'une salle d'eau meublée.

Des kits de linge de lit et de linge de toilette sont accessibles pour 16 € par mois et par kit.

Un logement est accessible aux PMR.

Vous n'avez plus qu'à poser vos valises !



TARIFICATION

Tarif pour les courts séjours (tout compris, hors ménage) : 10 € la nuitée

Au delà de 7 nuitées

Seules les charges relatives à l'utilisation, à l'entretien et à la conservation du bien seront demandées à l'occupant, à savoir :

- les charges individuelles (eau, électricité, chauffage) au réel des consommations et le prorata des abonnements inhérents,
- un forfait ménage de 25 € à la sortie,
- 100 € par mois pour les charges collectives liées à l'entretien et à l'utilisation des espaces collectifs, ainsi que celles liées à la collecte des déchets.

Dans tous les cas, un dépôt de garantie de 450 € (non encaissé) sera demandé et restitué à votre départ.



avallonnais.fr/mes

89200 Avallon | avallonnais.fr




PRÉFET
DE LA RÉGION
BOURGOGNE-
FRANCHE-COMTÉ
*Liberté
Égalité
Fraternité*


PRÉFET
DE L'YONNE
*Liberté
Égalité
Fraternité*


ars
Agence Régionale de Santé
Bourgogne-
Franche-Comté


RÉGION
BOURGOGNE
FRANCHE
COMTÉ


89
Yonne
LE DÉPARTEMENT

Ce livret a été réalisé avec le concours des partenaires suivants

Agence régionale de santé BFC
Association de discussion sur les directives anticipées de l'Yonne
Caisse primaire d'assurance maladie de l'Yonne
Centre hospitalier d'Avallon
Comité départemental olympique de sport
Comité France Parkinson de l'Yonne
Communauté professionnelle territoriale de santé GIPS 89
Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie de l'Yonne
Conseil départemental de l'Yonne
France Alzheimer
Ligue contre le cancer - Comité 89
Groupe d'entraide mutuel (GEM)
Maisons de santé pluriprofessionnelles (Guillon, Avallon, Vézelay)
Maison Départementale de retraite de l'Yonne
Mutualité Française BFC
Pôle Gériatrique de la Vallée du Serein (PVGGS)
Réseau d'aides spécialisées aux élèves en difficultés d'Avallon
Service d'éducation spéciale et de soins à domicile
SESSAD Epnak
SESSAD RESAM Autisme 89
Ville d'Avallon (Centre social d'Avallon, CCAS)

Votre action n'apparaît pas dans ce livret ?

**Contactez-nous au Pays Avallonnais
au 03 86 31 61 94
ou par mail à sante@avallonnais.fr**