

AGENDA DES AIDANTS PAYS DE MONTBELIARD / HERICOURT Novembre 2025

NOVEMBRE 2025	
Mardi 4 Plus d'infos 07 64 76 28 95	Permanence France Parkinson comité Doubs de 10h à 11h30 et de 14h30 à 16h30 Salle des associations – 5 rue de Nouvelle – 25750 ARCEY
Mardi 4 Plus d'infos 03 81 88 00 59	Groupe de parole de 13h30 à 15h30 (France Alzheimer Doubs antenne Montbéliard) animé par une psychologue Espace associatif – 1 rue du Château – 25200 MONTBELIARD Entrée gratuite. Inscription obligatoire au 03 81 88 00 59
Vendredi 7 Plus d'infos 06 81 40 56 74	Permanence France Alzheimer et Formation des aidants avec une neuropsychologue de 14h à 17h00 Salle de réunion de la mairie – 70290 CHAMPAGNEY Accueil des aidés à la Maison des associations – Place du Général de Gaulle – 70290 CHAMPAGNEY Sur inscription au 06 81 40 56 74
Jeudi 13 Plus d'infos 03 81 99 79 13	Journée conviviale (Plateforme de répit des aidants Pays de Montbéliard/Héricourt) Repas convivial au restaurant suivi d'une activité ludique Quiz. Sur inscription par téléphone au 03 81 99 79 10 ou par email plateforme-repit@fondation-arcenciel.fr Nombre de place limité.
Mercredi 19 Plus d'infos 03 81 88 00 59	Café détente de 14h00 à 16h30 (France Alzheimer antenne Montbéliard) Animations diverses et goûter proposés par les bénévoles Possibilité de repas sur place sur inscription 8 jours avant Espace du Foyer Domont – 12 rue Debussy – 25200 MONTBELIARD Inscriptions au 07 87 26 60 41
Vendredi 21 Plus d'infos 03 84 98 36 35	Permanence France Alzheimer antennes de Belfort, Héricourt et Montbéliard de 14h00 à 17h00 Hôpital Nord Franche-Comté – 100, Route de Moval – 90400 TREVENANS Maison des usagers (MDU).
Jeudi 27 Plus d'infos 03 81 99 79 13	Atelier Du rire et de la sérénité dans mon quotidien de 15h00 à 16h30 (Les Insatiables) Atelier yoga du rire : retrouver calme et énergie dans la bonne humeur Résidence Surleau – 42-44 Avenue Wilson – 25200 MONTBELIARD Sur inscription par téléphone au 03 81 99 79 10 ou par email plateforme-repit@fondation-arcenciel.fr Nombre de place limité.
A partir du 5 novembre Plus d'infos 03 81 88 00 59	Formation pour les aidants familiaux (France Alzheimer Doubs) Formation de 14h répartie sur 5 demi-journées, co-animée par une psychologue et une bénévole ayant accompagné un proche malade. Nouvelle session prévue en février-mars 2026

AGENDA DES AIDANTS PAYS DE MONTBELIARD / HERICOURT Novembre 2025

ACTIONS HEBDOMADAIRES	
<p>Lundi Plus d'infos 03 81 99 79 13</p>	<p>Activités physiques adaptées pour les aidants et leur proche aidé de 14h00 à 15h00 (Plateforme de répit des aidants Pays de Montbéliard/Héricourt). Résidence Surleau – 42-44 Avenue Wilson – 25200 MONTBELIARD Programme disponible sur le site internet de la Plateforme de répit. Gratuit sur inscription par téléphone au 03 81 99 79 13 ou par email plateforme-repit@fondation-arcenciel.fr Groupe complet</p>
<p>Lundi Plus d'infos 03 81 99 79 13</p>	<p>Yoga pour les aidants (Plateforme de répit des aidants Pays de Montbéliard/Héricourt) de 10h45 à 11h45 hors vacances scolaires Résidence Surleau (salle Iona) – 42-44 Avenue Wilson – 25200 MONTBELIARD A partir du 15 septembre. Gratuit sur inscription. Groupe complet</p>
<p>Mardi Plus d'infos 03 81 88 00 59</p>	<p>Permanence d'accueil, informations et écoute France Alzheimer antenne Montbéliard de 14h00 à 16h30 (hors vacances scolaires) Espace associatif – Salle n°1 – 1 Rue du Château – 25200 MONTBELIARD</p>
<p>Mardi Plus d'infos 07 64 76 28 95</p>	<p>Animations ludiques de 14h à 17h (France Parkinson) Salle des associations – 5 rue de Neuville – 25750 ARCEY Inscriptions au 07 64 76 28 95</p>
<p>Jeudi Plus d'infos 03 81 88 00 59</p>	<p>Aquagym pour les aidants à la Citédo de Sochaux (France Alzheimer antenne Montbéliard) de 14h15 à 15h30 (chaque jeudi après-midi hors vacances scolaires). Pour les adhérents à l'association : 10€/trimestre Espace aquatique La Citédo – 11 rue du Collège – 25600 SOCHAUX Reprise le 11 septembre Sur inscription au 07 87 26 60 41</p>
<p>Vendredi Plus d'infos 03 81 88 00 59</p>	<p>Atelier gym adaptée (France Alzheimer FC antenne Montbéliard et EPGV) de 9h45 à 10h45 pour les aidés et leurs proches aidants Centre Lou Blazer – 12 rue Renaud de Bourgogne – 25200 MONTBELIARD Reprise le 12 septembre Renseignements et inscriptions au 07 87 26 60 41</p>