

Saison 2025-2026

Guide des associations



PONT DE ROIDE - VERMONDANS





ÉDITO

Notre petite ville de 4 027 habitants est riche de la diversité de ses associations et de l'engagement de ses animatrices et animateurs très souvent bénévoles. La preuve !

- 14 associations culturelles
- 20 associations sociales
- 4 associations patriotiques
- 26 associations sportives (14) et de bien-être (12)

**soit 64 associations
avec 3 451 adhérents dont 1 386 de Pont de Roide-Vermondans
858 moins de 18 ans
679 compétiteurs**

L'attractivité de Pont de Roide-Vermondans sur le bassin de vie (environ 10 000 habitants), et au-delà, n'est plus à démontrer.

Le soutien de la Commune se manifeste par la mise à disposition d'équipements divers et par les subventions aux associations : 300 982,63 euros en 2024.

Félicitations et encouragements à tous les encadrants et sociétaires pour la saison 2025-2026.

Pont de Roide-Vermondans, en avant !

**Le Maire,
Denis ARNOUX**

Vacances scolaires ANNÉE 2025 - 2026 ZONE A

Rentrée	reprise le lundi 1er septembre 2025
Toussaint	du samedi 18 octobre au lundi 3 novembre 2025
Noël	du samedi 20 décembre 2025 au lundi 5 janvier 2026
Hiver	du samedi 7 février au lundi 23 février 2026
Printemps	du samedi 4 avril au lundi 20 avril 2026
Été	fin des cours le samedi 4 juillet 2026



REGION
BOURGOGNE
FRANCHE
COMTE



INDEX

Agir ensemble	P.32	Football - USPV	P.20	Qi gong - MPT	P.10
Amic. des anciens	P.35	Gymnastique - AUO	P.26	Randonnée - MPT	P.9
Amic. des Charmilles CNL	P.35	Gymnastique - USPV	P.22	Rudi.com	P.27
Amic. des donateurs de sang	P.35	Italien - MPT	P.11	Secours catholique	P.32
Amic. des sapeurs pompiers	P.33	Judo - USPV	P.22	Solidarité d'Agboville	P.32
Amigurimis / Tricot - MPT	P.11	Jeunes Sapeurs Pompiers	P.33	Step - MPT	P.8
Anglais - MPT	P.11	Karaté jeunes - MPT	P.7	Tai-chi - MPT	P.10
Arts plastiques - MPT	P.6	Karaté adultes - MPT	P.9	Tennis - USPV	P.21
Arts plastiques - MPT	P.11	Loisirs 3ème âge	P.34	Tennis de table - AUO	P.27
ASD Santé	P.33	Les amis du temple	P.28	Tir à l'arc - AUO	P.26
ASO. des familles	P.27	Médillés militaires	P.34	Tir - USPV	P.21
ASPIR	P.30	Mercredis heureux - MPT	P.12	Tisseurs de mots	P.30
Atelier écriture, chant et musique - MPT	P.7	Modèles réduits	P.28	Théâtre - MPT	P.7
Badminton	P.24	Notre Dame de Chatey	P.31	Uni. natio. des combattants	P.34
Bibliothèque Pour Tous	P.31	Parkour - MPT	P.7	Volley - MPT	P.9
Billard Club Rudipontain	P.24	Pêche AAPPMA	P.27	Watchas	P.30
Boules lyonnaises - USPV	P.20	Pétanque Rudipontaine	P.29	Yoga - MPT	P.10
Canoë Kayak	P.23	Philatélie	P.30	Zumba Family - MPT	P.12
CATM Prisonniers de guerre	P.34	Photo Club Rudipontain	P.28	Zumba Zumpao	P.24
Chasse ACCA	P.28	Pilates - MPT	P.10	Zumba - MPT	P.8
Cinéma le Foyer	P.31	Poker Club Rudipontain	P.24	Zen-fit - MPT	P.8
Club des anc. des Roches	P.34				
Combat club des 2 vallées	P.25				
Comité des fêtes du Pays Rudipontain	P.26				
Crochet/Tricot- MPT	p.11				
Cyclisme ACR	P.23				
Danse de bal - MPT	P.9				
Danse éveil & corporel - MPT	P.6				
Danse hip-hop/breaking & contemporaine - MPT	P.6				
Entraide alimentaire	P.32				
Escalade	P.25				
Espagnol - MPT	P.11				
Fanfare Harmonie Rudipontaine	P.29				
Feutrage à l'aiguille - MPT	P.11				
Festi'projet	P.29				
Fitness - MPT	P.8				
FNACA	P.34				
Football Groupement Jeunes	P.20				

Légende



Activités pour enfants et adultes



Activités pour adultes



Activités pour enfants



Activités nécessitant un certificat médical



Associations acceptant les chèques vacances

LA MPT

Adhésion : Pour participer à une activité, ou tout simplement pour être à nos côtés, une adhésion est obligatoire pour couvrir les assurances ainsi que l'adhésion à la FRMJC et à une partie des frais généraux de la maison.

+ de 16 ans : 18 €

- de 16 ans : 7 €

L'adhésion est individuelle et annuelle (1^{er} septembre au 31 août).

Elle permet l'accès à toutes les activités et ne se règle qu'une seule fois.

Assemblée Générale : l'AG 2025 aura lieu le samedi 21 mars 2026 à 09h30 à la MPT.

Cotisation

Tarif
FAMILLE

Pour bénéficier du tarif famille le responsable légal de l'enfant doit être adhérent à la MPT. Le tarif famille s'applique uniquement sur la cotisation enfant. Ce tarif sera signalé par 🗳️ dans l'encart correspondant à l'activité. Ce n'est pas une offre commerciale mais une invitation à vous engager dans la vie de notre association !

Lorsque vous participez à une activité, une cotisation vous sera demandée. **Cette cotisation vient en plus de l'adhésion** et peut être réglée en 2 fois : la moitié avant fin octobre, le solde avant le 31/12/2025. *Pour ces règlements, nous acceptons les chèques vacances, les coupons sports, les participations CE et aides de l'état (pass sport : seulement pour le karaté enfants) ou du conseil départemental (pass sport culture uniquement pour les moins de 16 ans).*

La ponctualité aux ateliers est nécessaire pour les cours collectifs. **Les activités régulières se déroulent toute l'année sauf pendant les vacances scolaires.**

Renseignements

Up sport & loisirs

ancv
CHEQUE-VACANCES

ancy
FAUCON SPORT

PASS SPORT

Jours et horaires d'ouverture de l'accueil de la MPT et du Bureau de Tourisme :
Lundi de 14h à 18h et du mardi au vendredi, de 9h à 12h et de 14h à 18h.

Adresse : 16, rue du Général Herr - 25150 Pont de Roide-Vermondans.

Maison Pour Tous
Espace de Vie Sociale CAF



Bureau de Tourisme
(Intégré à la MPT)



Tél. : 03 81 99 33 99

@ : secretariat@mptpontderoide.fr

@ : direction@mptpontderoide.fr

Web : mpt-pontderoide.fr

MPT Pont de Roide

www.promeneursdunet.fr

Reasmeiy-PDN25 [reasmeiy-pdn25](https://www.instagram.com/reasmeiy-pdn25)

@ : animation@mptpontderoide.fr

Tél. : 03 81 99 33 99

@ : bureautourisme@mptpontderoide.fr

Web : bureaudutourisme.pontderoide.fr

Il vous propose :

- des informations touristiques (sites, hébergements...),
- des informations générales (manifestations, expositions...),
- une liste des associations locales,
- des visites guidées en juillet-août : « les mercredis découvertes ».

En vente : cartoville, topo-guides escalade, livres sur le patrimoine.



L'ÉQUIPE

La MPT est gérée par un Conseil d'Administration de 18 membres dont une majorité de représentants élus de la maison. Ce CA est aussi composé de membres de droit : la Mairie, le Ministère de la jeunesse et des solidarités actives et la FRMJC Bourgogne-Franche-Comté ainsi que des membres associés comme la Caisse d'Allocations Familiales de Montbéliard, les associations de parents.

● Le bureau du Conseil d'Administration

(tous bénévoles)

- Président : **Pierre Nardin**
- Vice-président : **Guilhem Andrau**
- Trésorière : **Manon Carrion**
- Vice-trésorière : **Angélique Courvoisier**
- Secrétaire : **Martine Marco**
- Vice-secrétaire : **Céline Bonnemain**

● Les professionnels

- Direction : **Catherine Juillerat**
- Secrétariat coordinatrice activités régulières : **Sophie Behra**
- Comptabilité : **Cécilia Barbara**
- Développement Tourisme et Patrimoine : **Nicolas Pouhin**
- animateur jeunesse : **Reasmeiy Ros**
- Entretien Maintenance : **Sandrine Lambert**
- Apprenants en alternance :

Carla Flenet (*administration*)

Juliette Carrey (*animation*)

● Les animateurs

Se reporter à la présentation des activités régulières.

Des dispositifs au service de l'éducation

Notre action éducative s'inscrit dans plusieurs directions :

● Les animations vacances :

C'est un dispositif mis en place par la Ville de Pont de Roide - Vermondans, qui prend en charge les activités des vacances pour les enfants de 3 à 16 ans. La MPT a pour rôle de mettre en place et de coordonner avec les associations locales un programme d'activités pendant les petites et les grandes vacances scolaires (excepté les vacances de Noël).

● Les activités dans le temps scolaire :

Contrat Ville Enfants — Ce sont plus de 500 heures d'intervention dont bénéficient les enfants des écoles primaires et maternelles de Pont de Roide - Vermondans en arts plastiques, musique, cinéma, etc. Ces actions sont entièrement financées par la Ville de Pont de Roide - Vermondans.

● L'Espace de Vie Sociale et PS Jeunesse :

Agréments CAF du Doubs qui valorisent la participation citoyenne au service du lien social. Soyez acteur de votre MPT : proposez des activités, exprimez vos besoins quelque soit votre âge !

Les activités à la MPT JEUNES

Les activités régulières se déroulent toute l'année (sauf vacances scolaires)

ARTS PLASTIQUES

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

ANIMATEUR : Laurent Mougin

OÙ & QUAND : atelier MPT

- lundi : de 17h à 18h30 (6 ans/12 ans)
- mardi : de 17h à 18h30 (6 ans/12 ans)
de 18h45 à 20h15 (13 ans/18 ans)
- mercredi : de 10h à 11h30 (6 ans/12 ans)
de 16h30 à 18h (6 ans/12 ans)
- jeudi : de 17h à 18h30 (6 ans/12 ans)

TARIFS : 90 €* - 50 €*



Réunion d'information mercredi 3 septembre à 17h30 à la MPT (préinscriptions, questions diverses...)

Participation au Festival des Jeunes Talents en juin

Exposition de fin d'année en juin aux Halles et publication d'un nouveau numéro de "Coffre-Font", le catalogue de l'exposition !

DANSES HIP-HOP/BREAKING & CONTEMPORAINE

Apprentissage des bases - Échauffement
- Danse debout - Chorégraphie - Rythme.

ANIMATEUR : Reasmeiy Ros

OÙ & QUAND : MPT

- **débutant :** mercredi de 15h30 à 16h30
- **confirmé :** mercredi de 16h30 à 17h30
- **freestyle :** vendredi de 16h45 à 18h

PUBLIC : mixte, à partir de 8 ans

TARIFS : 90 €* - 50 €*

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

Participation au Festival des Jeunes Talents en juin

ÉVEIL CORPOREL & ÉVEIL DANSE

ANIMATEUR : Reasmeiy Ros

OÙ & QUAND : MPT

- **ÉVEIL CORPOREL :** mercredi de 10h à 11h (3 - 5 ans)
- **ÉVEIL DANSE :** mercredi de 11h à 12h (6 - 8 ans)

PUBLIC : mixte, de 3 à 8 ans

TARIFS : 90 €* - 50 €*

Participation au Festival des Jeunes Talents en juin

Reprise semaine du 08 au 13 septembre



Reprise semaine du 08 au 13 septembre

Nouveau

ATELIER ECRITURE, CHANT ET MUSIQUE

ANIMATEUR : Guilhem Andrau, avec les interventions de Maxime Cecchini et Alexandre Castillon.
OÙ & QUAND : 1 samedi matin par mois à la MPT. Calendrier à la rentrée, + 2 jours de stage durant les vacances scolaires.
PUBLIC : à partir de 13 ans - **TARIF : 20 €***

Réunion d'information vendredi 5 septembre à 18h à la MPT

Participation au Festival des Jeunes Talents en juin



THÉÂTRE

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

ANIMATRICE : Françoise Kurtz
OÙ & QUAND : MPT
mercredi de 14h à 15h30
PUBLIC : mixte, à partir de 7 ans - **TARIFS : 90 €* - 50 €***

Participation au Festival des Jeunes Talents en juin



PARKOUR

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

Art du déplacement urbain ludique et acrobatique.

ANIMATEUR : Reasmeiy Ros
OÙ & QUAND : gymnasium de l'USPV rue de Besançon F.M. - mercredi de 14h à 15h
PUBLIC : mixte, à partir de 11 ans
TARIFS : 90 €* - 50 €*



KARATÉ SHOTOKAN & SELF DÉFENSE

ANIMATEURS : - Yves Bouton Tél. 03 81 30 03 47 - @ : catherine.heydet@laposte.net
- Alain Vergnol Tél. 03 63 38 66 51 - @ : vergnolalain@sfr.fr
Nos deux instructeurs sont diplômés : instructeur fédéral FFKAMA.

OÙ & QUAND : salle polyvalente (petite salle 14x14)
- **Enfants de 5 à 12 ans :** mercredi de 18h à 19h30
- **Ados :** mercredi de 18h à 20h et vendredi de 18h à 20h

PUBLIC : enfants 5/12 ans - ados 12/18 ans
TARIFS : 70 €* - 50 €* - licence obligatoire

Reprise semaine du 08 au 13 septembre



On ouvre...

LES SAMEDIS DE L'ACCUEIL JEUNES

À partir de 12 ans, le samedi de 14h à 18h à la MPT, adhésion MPT obligatoire (7€).
Venez rencontrer Reasmeiy et son équipe de bénévoles pour partager vos envies, vos besoins, vos idées. Élaboration d'un programme, sorties ludiques et culturelles (théâtre, spectacle de danse, concert, expo...). Venez faire vos devoirs ou vous détendre entre ami(e)s, programmer des soirées (soirées à thèmes, jeux de société...).

Retrouvez aussi les ateliers de créations artistiques pour préparer le Festival des Jeunes Talents.



Les activités à la MPT ADULTES

Les activités régulières se déroulent toute l'année (sauf vacances scolaires)

FITNESS

Reprise semaine du 08 au 13 septembre



Exercices ludiques pour affiner, gagner et tonifier son corps en musique.

ANIMATEUR : Jonathan Quaille

OÙ & QUAND : MPT

- mercredi de 18h à 19h (cardio)

- vendredi de 18h à 19h (renfo musculaire)

PUBLIC : + 16 ans (tous niveaux)

TARIFS : 1 séance /semaine : 105 €*

2 séances/semaine : 150 €*

STEP

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

Step cardio/rythmé

ANIMATEUR : Jonathan Quaille

OÙ & QUAND : MPT - mardi de 19h à 20h

PUBLIC : + 16 ans (tous niveaux)

TARIF : 105 €*

STEP + FITNESS
200 € !



ZUMBA

Nouveau

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

La zumba est un programme d'entraînement physique complet, alliant tous les éléments de la remise en forme : cardio et préparation musculaire, équilibre et flexibilité. Les chorégraphies s'inspirent principalement des danses latines.

ANIMATRICE : Lorelei Mettetal

OÙ & QUAND : MPT - mardi de 18h à 19h

PUBLIC : + 16 ans (tous niveaux)

TARIF : 105 €*



ZEN-FIT

Nouveau

Le zen-fit est un mélange entre yoga, pilates et stretching. Des exercices de renforcement et d'étirements profonds. S'adapte à tous types de personnes ou de pathologies.

ANIMATEUR : Cédric Prigent

OÙ & QUAND : MPT - lundi de 14h à 15h

PUBLIC : + 16 ans (tous niveaux)

TARIF : 105 €*

Reprise semaine du 08 au 13 septembre



VOLLEY-BALL

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

Volley loisir pour se détendre et passer un bon moment de sport collectif. Championnat loisir Pays de Montbéliard/Belfort.

ANIMATEUR : Jean-Paul Lescot

@ : jeanpol.lescot@orange.fr

Tél. 03 81 92 21 12 ou 06 45 68 79 49

OÙ & QUAND : salle polyvalente
mardi et vendredi de 20h à 22h

PUBLIC : mixte à partir de 16 ans

TARIF : 16 €*



DANSES DE BAL

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

ANIMATEUR : Léon Briois - Tél. 06 07 72 11 52 - @ : leon-briois@wanadoo.fr

ACTIVITÉ : danser pour le loisir, acquisition des bases dans les principales danses de salon puis enchaînement de figures, constitution de chorégraphies sans esprit de compétition.

OÙ & QUAND : MPT

- **adultes "débutants"** : vendredi de 19h30 à 21h

- **adultes "confirmés"** : vendredi de 21h à 23h

PUBLIC : + 16 ans, débutants, ou ayant de l'expérience en danse.

TARIF : 16 €*



RANDONNÉES PÉDESTRES

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

ANIMATRICE : Christine Racine (+ collectif)

OÙ & QUAND : départ de la MPT le jeudi,
2 sorties de niveaux différents d'avril à fin octobre,
une seule les autres mois.

PUBLIC : adultes

TARIF : 11 €*

REPRISE & DATES DES RANDONNÉES :

voir calendrier disponible à la MPT et sur rudirandopourtous.blogspot.com



KARATÉ SHOTOKAN & SELF DÉFENSE

ANIMATEURS :

- Yves Bouton Tél. 03 81 30 03 47 - @ : catherine.heydet@laposte.net

- Alain Vergnol Tél. 03 63 38 66 51 - @ : vergnolalain@sfr.fr

Nos deux instructeurs sont diplômés : instructeur fédéral FFKAMA.

OÙ & QUAND : salle polyvalente (petite salle 14x14)
mercredi de 18h à 20h et vendredi de 18h à 20h

PUBLIC : du débutant à la ceinture noire

TARIF : 105 €* licence obligatoire

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

* hors adhésion, voir p. 4



Les activités à la MPT ADULTES

Les activités régulières se déroulent toute l'année (sauf vacances scolaires)

TAI CHI

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

ANIMATEUR : Jean-Marie Aufranc

OÙ & QUAND : MPT : - lundi (débutants) de 9h à 10h30
- mercredi (confirmés) de 8h30 à 10h

PUBLIC : + 16 ans - **TARIF :** 53 €*


YOGA

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

Le yoga s'adresse à tous et n'exige aucune aptitude physique particulière. Il permet les étirements, l'assouplissement des articulations, favorise la respiration, aiguise l'attention, la concentration par le travail des équilibres, développe la proprioception et conduit à un état de détente propice à la méditation.

ANIMATRICES : Géraldine Chapet, Catherine Juillerat

OÙ & QUAND : MPT : - mercredi de 20h15 à 21h45

- vendredi de 9h à 10h30

DOJO : - jeudi de 18h30 à 20h

PUBLIC : + 16 ans - **TARIF :** 105 €*


CONSEIL : venir avec un tapis de sol, un coussin et un vêtement confortable.

PILATES

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

Le Pilates est basé sur des principes essentiels tels que la respiration, l'écoute des sensations corporelles, le contrôle, le centrage et la relaxation. La séance est ouverte à tous, car les exercices ne sont ni violents, ni traumatisants pour le corps. Vous aurez besoin d'un tapis de sol, d'une bouteille d'eau et d'une tenue confortable.

ANIMATRICE : Julie Chevaux

OÙ & QUAND :

- mercredi de 19h à 20h - MPT

- jeudi de 17h à 18h - DOJO

PUBLIC : + de 16 ans - **TARIF :** 105 €*


Séances ouvertes à tous et aux capacités de chacun.

QI-GONG

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

Qi : se traduit par Énergie, Souffle. Gong : désigne le travail, la technique.

Son histoire de plus de 2 500 ans est liée à la médecine traditionnelle chinoise.

Le Qi Gong est basé sur le mouvement sans effort musculaire, sans accélération du cœur et de la respiration, avec pratique des auto-massages et postures statiques.

ANIMATRICE : Michelle Culan

OÙ & QUAND : MPT - mardi de 9h à 10h30

PUBLIC : + 16 ans - **TARIF :** 53 €*


CONSEIL : venir avec un tapis de sol et un coussin.

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

AMIGURUMIS/ CROCHET - TRICOT

Nouveau

Atelier amigurumis (crochet) et tous types d'ouvrages crochet et tricot

ANIMATRICE : Anne Richard

OÙ & QUAND : MPT - mardi de 14h à 17h

PUBLIC : tous âges et tous niveaux

TARIF : 105 €*

AMIGURIMI
+ FEUTRAGE
150 € !



FEUTRAGE À L'AIGUILLE

Nouveau

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

Piquetage d'une masse laineuse avec une aiguille

pour feutrer la laine et créer ainsi animaux, personnages ou tout ce qui vous plaira.

ANIMATRICE : Anne Richard

OÙ & QUAND : MPT - mardi de 9h30 à 12h

Réunion d'information mardi matin 09 septembre à partir de 9h30.

PUBLIC : adultes tous niveaux

TARIF : 105 €*



ANGLAIS



Reprise le 15 septembre

Cours d'anglais, avec une vraie Anglaise !

ANIMATRICE : Patricia Eskdale

OÙ & QUAND : MPT

- **niveau débutant :** lundi de 17h30 à 19h

- **niveau intermédiaire et confirmé :** jeudi de 17h30 à 19h

PUBLIC : adultes - **TARIF : 84 €***



ESPAGNOL



Reprise semaine du 08 au 13 septembre

ITALIEN



ANIMATEUR : Josep Bea

OÙ & QUAND : MPT

- **niveau débutant :**

mardi de 18h à 19h30

- **niveau confirmé :**

mercredi de 18h à 19h30

PUBLIC : adultes

TARIF : 84 €*

Venez apprendre l'italien dans une ambiance conviviale et studieuse.

ANIMATRICES : Christelle Dananchet et Gisèle Gentil

OÙ & QUAND : MPT

- **niveau débutant :** mercredi de 18h à 19h30

- **niveau confirmé :** mercredi de 19h30 à 21h

(horaires des cours modulables)

Réunion d'information mercredi 10 septembre à 18h.

PUBLIC : adultes - **TARIF : 84 €***

ARTS PLASTIQUES

Nouveau

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

Atelier d'initiation à différentes techniques.

Thème et exposition commune à l'atelier enfant.

ANIMATEUR : Laurent Mougin

OÙ & QUAND : Atelier MPT - Jour et horaire à définir

Réunion d'information et d'échange le jeudi 4 septembre à 18h à la MPT.

PUBLIC : adultes à partir de 18 ans - **TARIF : 105 €***



Les activités à la MPT EN FAMILLE

Les activités régulières se déroulent toute l'année (sauf vacances scolaires)

Pour les activités en famille, nous accueillons les enfants uniquement accompagnés d'un parent. La cotisation s'applique une seule fois, l'adhésion est obligatoire pour chaque adhérent : parent et enfant(s).

MERCREDI HEUREUX - BRICOLAGE CRÉATIF



Activités manuelles parents-enfants (ex : déco de Noël, pâques ...), culinaires (beignets, crêpes, gâteaux...) et possibilité de sorties.

ANIMATRICES : Michèle Vavra, Jacqueline Pizel

OÙ & QUAND : MPT - mercredi de 15h à 16h30 **tous les 15 jours les semaines paires.**

PUBLIC : famille uniquement (minimum 1 parent + 1 enfant)

TARIF : 50 €*

Reprise mercredi 17 septembre



ZUMBA FAMILY

Reprise semaine du 08 au 13 septembre

Venez découvrir la zumba family, bouger, rigoler = fun garanti !

ANIMATEUR : Cédric Prigent

OÙ & QUAND : MPT

mercredi de 14h à 15h

PUBLIC : famille uniquement (minimum 1 parent + 1 enfant)

TARIF : 105 €*



Nouveau

POUR LES PARENTS

Soutien à la parentalité avec Séverine Andrieu : "Le Doux Lien"

Papothé parentalité

GRATUIT
sur inscription à la MPT

Les premiers lundis du mois de 9h à 10h30 à la MPT

LES RENDEZ-VOUS : LE 06/10/2025 - Thème : Le sommeil

LE 03/11/2025 - Thème : Les émotions

LE 01/12/2025 - Thème : Les besoins des enfants

À la MPT



Nouveau

en partenariat avec la MSA

Atelier Cap Bien-être

Concept mieux vivre : être bien dans sa tête et dans son corps !

Avec le parcours Cap Bien-être, vous apprenez à mieux gérer votre stress et émotions pour faire face aux aléas de la vie quotidienne. Un moment de convivialité avec des temps d'échanges.

4 séances collectives à la MPT
Les jeudis 11, 18, 25 septembre
et 09 octobre de 9h30 à 12h.

PUBLIC : 60 ans et +
Inscription gratuite et obligatoire
auprès de Mme Maréchal-Lyet Louise au **06 74 18 68 20**
ou par mail : marchal-lyet.louise@franche-comte.msa.fr



Prêt de matériel

La MPT met à disposition de ses adhérents, des associations ou des communes le matériel ci-dessous :
(chèque de caution de 100€/emprunt)

- **2 percolateurs** (2 x 65 tasses)
Location 20 €/jour, 30 € le week-end
et 0 € pour les associations rudipontaines et les écoles.
- **Tentes familiales**
- **Raquettes de neige** + bâtons de rando :
10 paires de raquettes *petit gabarit* (- 90 kg)
6 paires de raquettes *gros gabarit* (+90 kg)
- **Parasols + pieds**
- **Eco gobelets :**
- 0 € le gobelet (pour Pont de Roide - Vermondans)
- 0.20 € le gobelet
(extérieur à Pont de Roide - Vermondans)
Nombre : 1000 éco gobelets
(1 € / gobelet non rendu)

Point Net

ACCÈS GRATUIT pour les particuliers (autonomes) et les associations.

Deux ordinateurs reliés à internet sont à votre disposition à la MPT.

Pour vos recherches d'informations, relever vos mails... mais aussi pour rechercher un emploi, un job d'été, faire une démarche sur CAF.fr, réserver une location de vacances, un billet d'avion... ou tout simplement taper un CV ou un mémoire. Pas d'utilisation ludique. Disponible aux heures d'ouverture de la MPT.



Nos partenaires

Les MJC du Pays de Montbéliard

AUDINCOURT Saint Exupéry
Tél. 03 81 34 36 54
MONTBÉLIARD Petite Hollande
Tél. 03 81 30 63 95
MONTBÉLIARD Centre Image
Tél. 03 81 91 10 85
SELONCOURT
Tél. 03 81 37 33 11
SOCHAUX
Tél. 03 81 31 63 95
TRAJECTOIRE FORMATION
Tél. 03 81 96 70 92

LA e-CARTE AVANTAGES JEUNES

Offerte !

La ville de Pont de Roide - Vermondans met à disposition, **gratuitement**, la carte avantages jeunes 2025/26 pour les jeunes rudipontains en statut scolaire ou étudiant (à partir de 10 ans). La carte avantages jeunes sera à retirer à la MPT de Pont de Roide - Vermondans aux horaires d'ouverture.
Documents à fournir obligatoires :
Carte d'identité et justificatif de domicile.

Nouveau

GRATUIT
ouvert à tous !

Théâtre « Les invisibles »



Tous les mercredis matins de 10h à 11h30 avec Françoise KURTZ en partenariat avec la MPT, et Agir Ensemble. Action financée par la CAF. **Reprise mercredi 10 septembre.**

IDEIS
mission locale

Le Réseau
des Missions
Locales

ANTENNE DE PONT DE ROIDE - VERMONDANS

**Jeunes de 16 à 25 ans sortis
du système scolaire**

INFORMATION & ORIENTATION
CONSEIL & DOCUMENTATION
ACCOMPAGNEMENT
À LA RECHERCHE
D'EMPLOI/FORMATION
AIDE À LA RÉALISATION
DE CV, LETTRES DE MOTIVATION
AIDES FINANCIÈRES

Un(e) conseiller(e) vous accueille 2 jours par semaine dans les locaux de la Maison Pour Tous.

Pour tous renseignements, contacter
IDEIS - 2 avenue des Alliés
25206 MONTBÉLIARD
Tél. 03 81 71 04 00

les jardins
d'**IdéES**

atelier et chantier d'insertion

PANIERES SOLIDAIRES
(voir avec le CCAS, le Centre médico social ou Néolia.)

Livraison le mercredi de paniers bio locaux des jardins d'IDÉES derrière la MPT sur la terrasse.

Mise en place d'ateliers cuisine pour les bénéficiaires avec les récoltes saisonnières.

AE AGIR ENSEMBLE
CAFÉ SOLIDAIRE

Accueil tous les vendredis de 14h à 16h au réfectoire du Rep'Herr (MPT). Echangez, discutez avec les bénévoles de l'association.

A vos agendas!

PROGRAMME

L'année 2025, une année sereine, qui a permis à l'ensemble de nos associations de donner libre cours à leurs activités régulières et à leurs animations.

Grâce au dynamisme et à la créativité de leurs encadrants et de leurs animateurs, la plupart bénévoles, elles ont une fois de plus prouvé que la vie associative dans notre Commune, tout comme dans notre bassin de vie, est source de partage, de rapprochement entre générations, de rencontre, de solidarité.

La Commune est la première interlocutrice pour les besoins opérationnels et logistiques des associations.

Elle met à leur disposition des moyens indispensables : salle de réunion, espaces de travail, salles de sport, de musique, espaces événementiels.

Elle a à cœur de les accompagner dans

leur quotidien par les subventions allouées chaque année : déplacements en championnat de France, équipement, fonctionnement, formation...

La cohésion sociale qui passe par le lien social est ainsi préservée grâce au tissu associatif dont le panel d'activités diversifié permet à chacune et à chacun de faire son choix.

Je remercie l'ensemble des associations rudipontaines pour leur constance, leur énergie, leur investissement et leur rayonnement dans notre Commune, dans notre bassin de vie et même au-delà.

A toutes et à tous je souhaite une belle et bonne année 2025/2026.

Marie-Anne GOUVIER
Adjointe au Maire,

Vie associative - Sports - Culture

Les Halles

- samedi 4 & dimanche 5 octobre 2025

Week-end de la photo

organisé par le Club photo Rudipontain.

- samedi 11 & dimanche 12 octobre 2025

Exposition «Artistik Move Europe»

- en mars 2026

Exposition photo

organisée par le Club photo Rudipontain.

- samedi 7 & dimanche 8 mars 2026

Exposition Tranche de l'Art

organisée par Agir Ensemble.

- du dimanche 26 avril au 8 mai 2026

Art en Mai

Découvrez des artistes contemporains près de chez vous !

Entrée libre. Vernissage public le samedi 25 avril à 18h.

Organisé par la MPT et le collectif Art en Mai.

- en juin 2026

Expo des ateliers Arts Plastiques de la MPT

dans le cadre du Festival des Jeunes Talents.

Les Halles

rue de Montbéliard
Pont de Roide-Vermondans
Tél. : 03 81 92 41 99



Salle Polyvalente

- samedi 13 septembre 2025

Fête du sport

organisée par la Mairie.

- samedi 27 septembre 2025

Bourse aux jouets

(le 26/09 : dépôt, le 27/09 : vente, le 28/09 : reprise) organisée par Festi'Projets.



- samedi 4 octobre 2025

Loto

à 20h, organisé par l'Harmonie Fanfare Rudipontaine.

- dimanche 5 octobre 2025

Vide-grenier

organisé par l'Harmonie Fanfare Rudipontaine.

- dimanche 19 octobre 2025

Cyclocross

organisé par l'ACR.



- dimanche 26 octobre 2025

Vide-grenier

organisé par l'USPV Foot.

- samedi 1er & dimanche 2 novembre 2025

Salon du bien-être

organisé par Festi'Projets.

- samedi 22 novembre 2025

Concert Ste Cécile

à 20h30, organisé par l'Harmonie Fanfare Rudipontaine.



- vendredi 5 & samedi 6 décembre 2025

Téléthon

- samedi 13 décembre 2025

Loto

organisé par le Club de Canoë-Kayak.

Salle polyvalente Michel Tarreinbergue

2 rue des Acacias
Pont de Roide-Vermondans
Tél. : 03 81 96 45 56



- dimanche 14 décembre 2025

Après-midi dansant

organisé par la Mairie.

- samedi 15 & dimanche 16 décembre 2025

Championnat de tir à l'arc

(première manche adulte), organisé par l'A.U.O Tir à l'Arc.

- samedi 17 janvier 2026

Vœux à la population

organisés par la Mairie.

- samedi 24 janvier 2026

Loto

organisé par le Club de Canoë-Kayak.

- samedi 31 janvier 2026

Tournoi Georges Mairot

organisé par l'USPV Judo.



- samedi 7 février 2026

Loto

organisé par l'Harmonie Fanfare Rudipontaine.

- dimanche 8 février 2026

Thé dansant

organisé par l'Harmonie Fanfare Rudipontaine.



- samedi 21 février 2026

Loto

organisé par l'USPV Foot.

- dimanche 1^{er} mars

Animation

organisée par la MPT.

Salle Polyvalente

- samedi 7 mars 2026

Bourse aux affaires de bébés

(le 6 : dépôt, le 7 : vente, le 8 : reprise) organisée par Festi'Projets.

- samedi 14 & dimanche 15 mars 2026

Championnat de tir à l'arc

(Challenge Jeunes) organisé par l'AUXO Tir à l'Arc.

- samedi 21 & dimanche 22 mars 2026

Animation

organisée par le Comité des Fêtes du Pays Rudipontain.

- samedi 28 mars 2026

Concert de Printemps

à 20h30, organisé par l'Harmonie Fanfare Rudipontaine.

- samedi 11 & dimanche 12 avril 2026

Week-end jeux de société

organisé par Festi'Projets.

- samedi 27 juin 2026

Fête des associations

organisée par le Comité des Fêtes du Pays Rudipontain.



Plein air et lieux publics

- en novembre

Petites Fugues

organisées par la Bibliothèque Pour Tous et l'Agence Livres et Lecture Bourgogne Franche-Comté.

- en décembre

Noël en Fête

organisé par la Mairie, en partenariat avec les associations Rudipontaines.



Plein air et lieux publics

- dimanche 21 décembre

Concert de Noël

à 16h à l'Eglise, organisé par l'Harmonie Fanfare Rudipontaine.



- mardi 23 décembre

Spectacle jeune public

à la MPT, organisé par la MPT

- jeudi 1er janvier

Feu d'artifice

organisé par la Mairie.



- en février

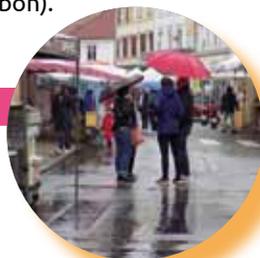
Opération entraide catholique et protestante

organisée par le Secours Catholique (ex pelle de charbon).

- en juin

Braderie

organisée par les commerçants Rudy.com.



- samedi 13 juin

Festival des Jeunes Talents

organisé par la MPT au CCAS

- **Résidence artistique : Atelier d'écriture, chant et musique**

- **Spectacle** des ateliers enfants de la MPT

Danse hip hop, danse éveil et théâtre.



- dimanche 21 juin

Fête de la Musique

organisée par la Mairie en partenariat avec les associations Rudipontaines.

LES ASSOCIATIONS

Rudipontaines

USPV FOOTBALL



CONTACT :

- Philippe Prost
Tél. 06 11 48 61 68
23 rue du Stade Pont de Roide - Vermondans
Tél. 03 81 92 29 22
@ : pont-roide.us@lbfc-foot.fr
f US Pont de Roide-Vermondans



OÙ & QUAND :

Stade de Pont de Roide - Vermondans.
Entraînement seniors : mardi, mercredi
et vendredi de 19h à 21h .

TARIF : se renseigner auprès d'un contact.

GROUPEMENT JEUNES PAYS RUDIPONTAIN



CONTACT :

Mickaël Monjournal
Tél. 06 89 73 83 14
@ : mickael.monjournal@gmail.com
@ : pays-rudipontain.gj@lbfc-foot.fr
f groupement : G.J.paysrudipontain



RESPONSABLES DES PÔLES :

Garçons :

- **Foot à 5**
Mickaël Monjournal Tél. 06.89.73.83.14
- **Foot à 8**
Quentin Barthelme Tél. 07.71.81.17.27
- **Foot à 11**
Vincent Grillot Tél. 06.58.21.14.83

- Responsable sportif

Mickaël Monjournal Tél. 06.89.73.83.14

Filles :

Mickaël Monjournal Tél. 06.89.73.83.14

ACTIVITÉ : Pratique du football dans nos écoles labellisées FFF : Excellence pour les garçons et Argent pour les filles. A partir de 5 ans révolus et jusqu'à U-18.

OÙ & QUAND : stade de Pont de Roide et stade de Vermondans

TARIFS : en fonction des catégories.

A partir de 120 € avec équipement.

Pour les renseignements et horaires de pratique voir l'ilot d'information au stade de Pont de Roide, pages Facebook ou mail : pays-rudipontain.gj@lbfc-foot.fr

USPV BOULES LYONNAISES



CONTACT :

Michaël Vogel (*Président*)
10 rue Champ sur le Mut 25150 Dambelin
Tél. 06 49 65 92 26
@ : melou25150@hotmail.fr

ACTIVITÉ : boules lyonnaises en extérieur l'été et boulodrome couvert l'hiver.

OÙ & QUAND :

Mardi et vendredi de 18h à 21h
- Été : 49 rue de Besançon-F. Mitterrand (derrière le gymnasium).
- Hiver : Boulodrome couvert rue de Montbéliard à côté du collège (Fourneau).

PUBLIC : tous âges, tous niveaux, mixte.



USPV TIR



CONTACT : Céline Carrey

Tél. 06 52 90 03 63

@ : carreybenoit@gmail.com

ACTIVITÉS : tir sportif carabine et pistolet 10, 25 et 50 Mts

OÙ & QUAND : stand Claude Convercy (derrière gymnase USPV Gym)

- **mixte 8 ans et +** (*aucun niveau requis*)

10 Mts => Stand Claude CONVERCY

mardi et vendredi à partir de 17h

- **mixte à partir de 14 ans**

(*aucun niveau requis*)

25/50 Mts => Stand des Roches après le changement d'horaires de mars :

- jeudi de 14h à 20h

- samedi de 14h à 18h

- dimanche de 9h à 11h30



TARIFS : annoncés en début de saison.

ANIMATIONS : diverses organisations de compétitions qui sont connues après la diffusion des calendriers fédéraux, régionaux et départementaux.



USPV TENNIS



CONTACTS :

Philippe Peroz Tél. 06 08 31 04 46

@ : p.peroz@mercier-clausse.com

Marylène Perrette Tél. 06 62 71 17 35

@ : marylene.perrette@gmail.com

f TennisUSPV



ACTIVITÉS : tennis loisirs & compétitions. École de tennis à partir de 4 ans révolus.

OÙ & QUAND : rue du Stade - 3 courts extérieurs en moquette + terre battue (dont un éclairé et réservable par internet), un court extérieur en béton poreux éclairé et réservable par internet, un court couvert en béton poreux et réservable par internet. **Début des cours collectifs le 29 septembre** (25 séances pour l'année sportive).

TARIFS : de **50 € à 250 €** l'année en fonction de l'âge et du type de cours choisi. *Pour plus d'informations, merci de vous renseigner auprès d'un des contacts. Paiements possibles en plusieurs fois, chèques vacances, chèques loisirs et chèques sport.*

INSCRIPTIONS ET RENOUELEMENT DES ADHÉSIONS : Permanence au chalet le samedi 13 septembre de 10h à 16h.



USPV GYMNASTIQUE



CONTACT : Joël Bigeard (*Président*)



11 bis, rue de Vandancourt

25400 Audincourt

Tél. 06 84 20 12 03

@ : joel.bigeard@laposte.net

OÙ & QUAND : gymnasium Jaques Boehm
43 rue de Besançon - François Mitterrand

BABY GYM

garçons et filles de 3 à 6 ans :

mercredi de 16h30 à 17h30 (sauf pendant vacances scolaires)

AÉROBIC

- 7-9 ans :

mardi de 17h30 à 18h30

- adultes et + de 12ans :

mardi de 18h00 à 19h30

- 10 ans et + :

jeudi de 18h00 à 19h30

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

- filles dès 7 ans : lundi, mercredi et vendredi de 17h45 à 19h15 (sauf pendant vacances scolaires)

- ADULTES FÉMININES :

mercredi de 10h à 11h.

TARIFS :

- Baby-Gym : **80 €**

- Gymnastique artistique fille : **100 €**

- Aérobic : **100 €**

- Gymnastique adulte : **98 €**

(Possibilité de paiement en 3 fois).

AÉROBIC + GYM
ARTISTIQUE FILLE
110 € !



USPV JUDO



CONTACTS :

Frédéric Mairot (*Président*)

17 rue de l'Église 25150 Bourguignon

Tél. 06 10 96 48 05

Patrice Vacelet (*Trésorier*)

3, rue de Roide 25150 Autechaux-Roide

Tél. 03 81 92 25 18 ou 06 85 83 22 65

@ : pontderoide.judo@wanadoo.fr

f USPV.JudoPontdeRoide

ACTIVITÉS : judo/ju jitsu, Self défense, muscu

OÙ & QUAND :

Dojo Georges Mairot - 4 rue des Acacias
25150 Pont de Roide-Vermondans (à côté de la salle polyvalente).

JUDO :

- 6-11ans (6 ans révolus nés en 2019) :

mardi & vendredi de 17h45 à 19h

(reprise le 12 septembre)

- à partir de 12 ans :

mercredi de 18h à 19h30

& vendredi de 19h30 à 21h

(reprise le 10 septembre)

JU JITSU SELF DÉFENSE :

lundi de 18h00 à 19h30

(reprise le 8 septembre)

MUSCU : dès 17h15 du lundi au vendredi

(reprise le 9 septembre)

TARIFS : Licence FFJDA pour toute inscription (soit judo, self défense, muscu).

Ce tarif sera défini par la fédération à la rentrée.

+ COTISATION : vous renseigner à la rentrée auprès des contacts. *Facilités de paiement.*

ANIMATIONS :

- Organisation de plusieurs stages internes et organisation loto. Tournoi Georges Mairot.

INSCRIPTIONS : renseignements auprès des contacts. Inscription et informations pour judo, self-défense et musculation le 9 septembre de 17h à 19h au Dojo. Reprise des cours semaine du 08 au 12 septembre.



AVENIR CYCLISTE RUDIPONTAIN



Possibilité de participer à 2 séances avant de s'inscrire au club.

CONTACT : Jean-Marc Vadam (Président)

1, rue Sous la Vye

25150 Pont de Roide-Vermondans

Tél. 03 81 92 43 34

Portable : 06 85 43 18 95

@ : jean-marc.vadam@wanadoo.fr

www.avenir-cycliste-rudipontain.fr

f Avenir Cycliste Rudipontain

ACTIVITÉS : VTT, cyclisme traditionnel, école de cyclisme, cyclo-cross, cyclotourisme.

OÙ & QUAND : local du club sous l'école du Château Herr en bas de la MPT

- **École de cyclisme, VTT, de 8 à 16 ans :**
samedi de 14h à 16h30

- **Cyclisme traditionnel / Cyclotourisme,**
à partir de 15 ans :

samedi de 13h30 à 17h30

- **VTT (loisir) à partir de 12 ans :**

dimanche de 9h à 12h

PUBLIC : mixte, tous niveaux

TARIFS : licence à partir de 61 €

+ cotisation 20 €

adhérent 25 €

MANIFESTATIONS : Coupe de Bourgogne Franche-Comté VTT XC - Cyclo-cross de la Municipalité - Rando VTT : Rudy Mountain.



CANOË-KAYAK



CONTACT : Aurélie Mognon (Présidente)

14 bis rue de Général Herr

25150 Pont de Roide-Vermondans

Tél. 06 43 30 94 37

@ : ckpontderoide@orange.fr

@ : contact@ckpontderoide.fr

www.ckpontderoide.fr

ACTIVITÉ : Canoë-kayak et paddle – Balades touristiques.

OÙ & QUAND : 14 bis rue du Général Herr à Pont-de-Roide-Vermondans (rives du Doubs).

Mercredi & samedi à partir de 14h00.

PUBLIC : à partir de 4 ans.

TARIFS : à partir de 80 €

(Facilités de paiement.)



MANIFESTATIONS :

Raid de l'Eau Mont - Compétitions jeunes et adultes - Section baby-kayak (à partir de 4 ans) - Slalom parallèle - Border-Cross École de Pagaie - Piscine et séances en salle en hiver - Stages en eaux vives - Journée Portes Ouvertes - Opération Planète Kayak - Carte Avantages Jeunes.



BADMINTON LES TOQUÉS DU VOLANT



CONTACT : Stéphane Tourette (*Président*)

Tél. 06 77 90 38 00

@ : stephane.tourette84@gmail.com

 les toques du volant

ACTIVITÉ : Badminton

OÙ & QUAND : Gymnase du collège Olympie de Gouges à Pont de Roide - Vermondans

- lundi de 18h30 à 22h

- jeudi de 20h à 22h

- dimanche de 10h30 à 12h30

PUBLIC : à partir de 18 ans, mixte.

Les enfants sont acceptés s'ils sont accompagnés d'un parent.

TARIFS : adultes : 30 €
enfants (- de 18 ans) : 20 €

ANIMATIONS : Participation à divers tournois amicaux.

BILLARD CLUB RUDIPONTAIN



CONTACT :

Pascal Bideaux Tél. 06 11 05 18 73

42 rue du Général Herr

1^{er} étage au dessus du CCAS

25150 Pont de Roide-Vermondans

Tél. 06 46 00 83 52 (portable du Club)

@ : djobic.family@wanadoo.fr

ACTIVITÉS : billard français loisir et compétition.

École de Billard débutant ou confirmé agréée Jeunesse et Sport - Affiliée à la Fédération Française de Billard.

OÙ & QUAND :

1^{er} étage au dessus du CCAS (42 rue du Général Herr Pont de Roide-Vermondans)

- ouvert tous les jours. Accueil visiteurs débutants le mercredi de 14h à 16h.

(Merci de nous contacter avant votre venue).

Tous niveaux.

PUBLIC : tout public - accès libre

TARIF : **essai gratuit** avec prêt de matériel.

- Adhésion en fonction de l'âge et de l'inscription FFB compétition.

ANIMATIONS :

- journée porte ouverte pendant la journée de la Fête des Sports.

- Compétitions internes.

ZUMPAO



CONTACT : (de préférence par mail)

Carine Jacquot

Tél. 06 30 77 46 29

@ : zumpaopdr@gmail.com

professeur de Zumba : Delphine Carnet

ACTIVITÉ : zumba

OÙ & QUAND : salle polyvalente de Pont de Roide-Vermondans (salle 14x14)

lundi de 19h30 à 20h30

PUBLIC : adultes tous niveaux

TARIF :

- 120 € l'année + 6 € pour l'association

Possibilité de s'inscrire au trimestre, ou à la séance : contacter Carine Jacquot.



POKER CLUB RUDIPONTAIN



CONTACT : Joël Maire (*Président*)

3 rue des Charmilles

25150 Pont de Roide - Vermondans

Tél. 03 81 31 01 52

@ : joelmaire369@gmail.com

Web : pokerclubrudipontain.e-monsite.com

OÙ & QUAND : Château Herr,

1 tournoi mensuel le dimanche après-midi à partir de 13h.

PUBLIC : tout public + de 18 ans

TARIF : 35 €/an

CLUB ESCALADE RUDIPONTAIN



CONTACTS: Jérôme Kiéné (Président)

@ : kiene.jerome@gmail.com

Tél. 06 63 03 99 98

Céline Parreau (secrétaire)

Tél. 06 75 01 03 26



ACTIVITÉS: escalade, montagnisme.

OÙ & QUAND :

**Gymnase du Collège Olympe de Gouge,
Pont de Roide - Vermondans :**

- lundi : de 18h30 à 20h (13-17 ans)
de 20h à 22h (adultes)

Gymnase de Saint Hippolyte :

vendredi de 17h30 à 19h (tout public)

Pratique en salle et sites naturels locaux.

Organisation de sorties toute l'année.

PUBLIC & TARIFS :

- 13-17 ans : 85 €

(- de 18 ans au 31/08/2025)

- Adultes (+ de 18 ans) : 105 €

INFOS : équipement personnel de base obligatoire (la liste des équipements est donnée en début de saison.).



CLUB COMBAT DES DEUX VALLÉES



CONTACT : Charles Revers

12 rue des Vignes

25150 Pont de Roide - Vermondans

Tél. 06 45 87 90 58

@ : clubcombat.2vallees@gmail.com

f club combat des 2 vallées



ancv

CHEQUE-VACANCES



ACTIVITÉS : combat de défense, les cours sont axés sur l'apprentissage de la défense face à un ou plusieurs adversaires. BodyFit (renforcement musculaire).

PROFESSEUR : Nicolas Dumont, moniteur national, fait partie des deux meilleurs Européens en combat.

OÙ & QUAND :

- mardi de 19h30 à 21h
self défense à l'Axone
de Montbéliard.

- samedi de 9h30 à 10h30
BodyFit à la petite salle
14x14, salle polyvalente

PUBLIC : à partir de 16 ans, hommes et femmes, pas de niveau requis ; chacun évolue en fonction de ses capacités.

TARIFS :

- Self-défense **150 € la saison** (payable en plusieurs fois) avec deux séances d'essais gratuites

- BodyFit **8 € la séance** ou **180€ pour la saison** (+/- 6€ la saison)

ANIMATIONS : Plusieurs stages se feront dans l'année.





AUO GYMNASTIQUE



CONTACT : Bernard Girardot (*Président*)
Tél. 06 81 94 55 49

@ : bernard.girardot@club-internet.fr

OÙ : Gymnase de la maison paroissiale
27 rue de la Gare - Pont de Roide-Vermondans

EVEIL : licence annuelle 65 €

Filles et garçons de 3 à 5 ans (2020/22)
samedi 10h30 à 11h30

Marie-Françoise laberg Tél. 07 71 58 82 79

GYM SPORTIVE : licence annuelle 90 €
FEMININE

- **Jeunes poussines 6/7 ans (2018/19)**
mercredi de 17h à 18h30

Vanessa Baron Tél. 06 81 23 28 55

- **Poussines 8/9 ans (2016/17)**
mercredi de 17h à 18h30

Claude Girardot Tél. 06 81 94 55 49

- **Jeunes / Aînées de 10 à 18 ans et + (2015 et avant) :** mardi 18h00 à 20h00
Emilie Cassard Tél. 07 88 21 38 37



AUO TIR A L'ARC



CONTACT :

Patrick Maillard

Tél. 03 81 96 59 32 / 06 17 20 15 88

@ : pmaillard4@orange.fr



OÙ & QUAND : salle polyvalente
- **Jeunes de 9 à 17 ans (mixte)**

mardi de 18h à 20h

Patrick Maillard Tél. 03 81 96 59 32

- **Adultes à partir de 18 ans (mixte)**

mercredi de 18h15 à 20h30

et de 20h30 à 22h15

Patrick Maillard Tél. 03 81 96 59 32

TARIF : licence annuelle 90 €

(avec prêt de matériel et protections pour débutant).

Les activités vont reprendre à partir du lundi 15 septembre 2025.

Le certificat médical est obligatoire pour les nouveaux licenciés majeurs pratiquant la compétition. Pour les mineurs de plus de 5 ans, et les majeurs sans compétition, un questionnaire de santé sera fourni avec les documents d'inscription. Si toutes les réponses sont négatives, pas de certificat médical. Si une seule réponse est positive, certificat médical de moins de 3 mois obligatoire.

MASCULINE

- **Garçons de 6 à 16 ans (2019 et avant)**
lundi de 17h45 à 19h45

Jean Paul Arnoux Tél. 07 63 75 30 35

Sophie Besançon

GYM DÉTENTE : licence annuelle 65 €

- **Stretching mixte :**

mardi et jeudi 9h30 à 10h30

Robert Christen Tél. 03 81 96 93 50

- **Détente Féminine :**

mercredi 19h à 20h

Agnès Devillers Tél. 06 45 99 93 36

- **Détente Masculine :**

lundi et jeudi 20h à 21h

Michel Rouillier Tél. 03 81 96 47 15



COMITE DES FÊTES DU PAYS RUDIPONTAIN



CONTACT : Jérôme Boulet

Tél. 06 18 45 32 24

@ : jeromeboulet@neuf.fr

 Comité des Fêtes du Pays Rudipontain



ACTIVITÉS : Organisation de manifestations culturelles, éducatives ou sociales - Valorisation et protection du patrimoine culturel rudipontain.

Manifestations marché de Noël, fêtes des associations et diverses animations sur la ville : voir mot du maire et intramuros.

TARIF : 10 € par an





AUO TENNIS DE TABLE



CONTACT : Michel Drezet (*Président*)
 1 rue Combe aux Eaux
 25150 Pont de Roide-Vermondans
 Tél. 03 63 32 45 31
 @ : michel.drezet@sfr.fr

ACTIVITÉS : tennis de table en loisir et en compétition. Plusieurs équipes engagées en championnat départemental.

OÙ & QUAND : maison paroissiale
 - **Compétiteurs :** lundi 19h à 21h
 - **Loisir :** jeudi 19h à 21h
 - **Jeunes** (à partir de 10 ans) : jeudi 18h à 19h

TARIFS :
 - Licence traditionnelle :
adulte 70 € / jeune 45 €
 - Licence promotionnelle :
adulte 45 € / jeune 35 €

REPRISE :

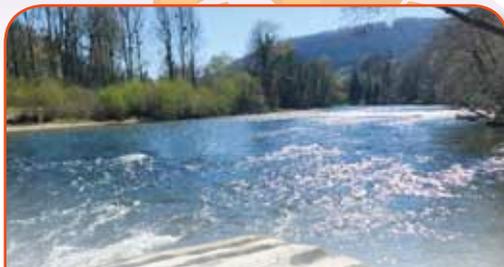
- LE LUNDI 1^{ER} SEPTEMBRE (COMPÉTITION)
- LE JEUDI 4 SEPTEMBRE (LOISIR & JEUNES)

ASSOCIATION DES FAMILLES

CONTACT : Thierry Bouhelier
 6 rue de Châtey
 25150 Pont de Roide-Vermondans
 Tél. 07 71 79 30 42
 @ : thierry.bouhelier@gmail.com



ACTIVITÉ : aide aux familles
OÙ & QUAND : 42 rue du Général Herr (derrière le CCAS) le jeudi de 15 h 30 à 16 h 30.
TARIF : cotisation annuelle 5 € par famille



AAPPMA PONT DE ROIDE

Société de Pêche de Pont de Roide et des environs

CONTACT : Jacques Kiefer
 6 rue des Troènes
 25150 Pont de Roide-Vermondans
 Tél. 06 81 80 11 85
 @ : aappma25150@outlook.fr
 www.aappma-pont-de-roide-et-environs.fr



ACTIVITÉ : pêche en rivière
INFOS COMPLÉMENTAIRES :
 voir site Internet.
 Vente de carte sur : cartedepêche.fr

RUDI.COM

Association des commerçants



CONTACT : Fanny Contin (*Présidente*)
 rue de Besançon F.M. (K'price)
 25150 Pont de Roide-Vermondans
 Tél. 06 81 49 44 92

 Rudi.com *Suivez-nous !*



ANIMATIONS : L'association des commerçants de Pont de Roide - Vermondans organise chaque année de nombreuses animations afin de promouvoir le commerce local.

Diverses actions au cours desquelles les commerçants vous font bénéficier de nombreux bons cadeaux.

En juin braderie des commerçants avec des remises et des bons dans les restaurants de l'association !



MODÈLES RÉDUITS RUDIPONTAINS



CONTACT : Christian Liégeois (*Président*)

3 rue Sous la Velle

25150 Pont de Roide-Vermondans

Tél. 03 81 92 48 09 - @ : sniky1@orange.fr

m2r25

@ : m2r25@orange.fr

ACTIVITÉS : Montage réalisation de maquettes et figurines en plastique, résine... Réalisation de décors, peinture à l'aérographe, pinceau.

OÙ & QUAND : Château Herr

(*bâtiment à gauche dans la cour d'école*)

- mercredi 17h45 à 19h15 **pour les enfants**

- vendredi à partir de 20h45 **pour les adultes**

PUBLIC : tout public mixte dès 7 ans

TARIF : 25 € à l'année, adultes et enfants (fournitures comprises sauf maquettes).

INFOS : participation aux animations vacances (*sauf août et Noël*) : séances mardi et jeudi de 17h45 à 19h.

Inscription à la MPT de Pont de Roide-Vermondans (+ 5 euros pour la maquette à régler sur place au membre de l'association).



ACCA PONT DE ROIDE VERMONDANS



Association Communale de Chasse Agréée

CONTACT : Jean-Michel Barthoulot

39 Grande Rue

25150 Pont de Roide-Vermondans

Tél. 06 24 04 95 82

ACTIVITÉ : chasse de septembre au 1^{er} février

PUBLIC : à partir de 16 ans

LES AMIS DU TEMPLE



CONTACT :

Mélissa Belkhir

1 A rue des Murgers

25150 Pont de Roide-Vermondans

Tél. 07 64 20 17 18

@ : stephane.cheney@sfr.fr

ACTIVITÉ : l'association est responsable des travaux et de l'entretien du temple.

TARIF : 15 € à l'année



CLUB PHOTO RUDIPONTAIN



CONTACT : Daniel Machavoine (*Président*)

1 rue des Tilleuls

25150 Pont de Roide-Vermondans

Tél. 06 12 93 34 58

@ : club.photo.rudipontain@gmail.com

ACTIVITÉS : formation et pratique de la photographie, prise de vue, retouche, expositions, etc.

OÙ & QUAND : maison de l'enfant rue du 12 septembre - mercredi à 20h les semaines paires + sorties en extérieur le 3e dimanche matin de chaque mois à 10h (*lieu défini le mercredi précédent*).

PUBLIC : à partir de 16 ans, de débutant à expert.

**TARIFS : 20 € entre 16 et 18 ans
30 € au-dessus de 18 ans**





FESTI'PROJETS

CONTACT : Laura Pedrazzani

Local Festi'Projets : 13 rue des Charmilles
25150 Pont de Roide - Vermondans
Tél. 06 33 58 12 13

festi'projets

ACTIVITÉS : organisation de manifestations populaires sur la commune de Pont de Roide-Vermondans, actions bénévoles pour contribuer à la vie associative locale, promouvoir et participer financièrement à des projets à buts non lucratifs au niveau local.

MANIFESTATIONS : bourse aux affaires de bébé, bourse aux jouets, salon du bien-être. Bar de la plage pendant la saison estivale

TARIFS :

- 10 € adultes
- 5 € scolaires/sans emploi/apprentis

PÉTANQUE RUDIPONTAINE



CONTACT : Alexandre Blackowski (Président)

Adresse du club : 83 rue de Montbéliard
25150 Pont de Roide-Vermondans
Tél. 06 62 02 03 95

@ : blacko70@hotmail.com

ACTIVITÉS : pétanque et jeu provençal
OÙ & QUAND : boulodrome Georges Morel, tous les jours de 14h à 19h sauf le dimanche.

PUBLIC : tout public (licence obligatoire)

TARIFS : - 17 ans et étudiant : gratuit
+ 17 ans : à partir de 40 €*
*(peut changer en fonction de la fédération)

MANIFESTATIONS : plusieurs concours officiels éventuels et concours internes sont organisés. Concours + de 50 ans tous les mercredis.

Bénéficiez d'une journée découverte gratuite en nous contactant.

HARMONIE FANFARE RUDIPONTAINE



CONTACTS : Anthony Merique (Président)

@ : president.hfr@gmail.com

Mélanie CHOLET (Directrice école de musique)

@ : melanie.choulet@gmail.com

Web : harmonie-pont-de-roide.com

ACTIVITÉS : apprentissage du solfège et d'un instrument parmi : flûte, clarinette, saxophone, tuba, trompette, trombone, cor, batterie et percussions... suivi de l'intégration de l'orchestre jeunes et de l'orchestre d'harmonie.

Participation à diverses manifestations telles que cérémonies patriotiques, concerts à Pont de Roide ou à l'extérieur, carnivals, ...

OÙ & QUAND :

Cours de solfège le mercredi après-midi.

Ecole de musique G. Contal 5, rue des Marronniers à Pont de Roide-Vermondans selon planning affiché à l'École de musique. Répétitions de l'orchestre Harmonie Fanfare tous les vendredis de 20h à 22h. Répétitions de l'orchestre jeunes le dimanche matin de 10h à 12h, planning fait selon le programme des manifestations.

PUBLIC : à partir de 7 ans, quelque soit le niveau - Eveil musical à partir de 5 ans.

TARIFS :

- cotisation : 30 €

- cours d'instrument : 35 €





AMICALE PHILATÉLIQUE RUDIPONTAINE



CONTACT : Edgar Rossel (*Président*)

Tél. 03 81 92 45 36

11, rue de Montbéliard

25150 Pont de Roide-Vermondans

ACTIVITÉS : initiation et information philatélique - matériel philatélique classeur, album, achat avec remise 20 % - abonnement aux émissions de timbres de France-Monaco-Andorre...

OÙ & QUAND : 11 rue de Montbéliard
1^{er} vendredi de chaque mois à 17h30.

PUBLIC : tout public, tout âge.

TARIFS : cotisation annuelle
10 € (adultes) / 5 € (-16 ans)



ASPIR - Association de Sauvegarde du Patrimoine et de l'Inventaire Rudipontain

CONTACTS : Agnès Borgey (*Présidente*)

Tél. 07 71 84 40 69

Nicolas Pouhin

16, rue du Général Herr

25150 Pont de Roide-Vermondans

@ : aspir@mairiepontderoide.fr

www.aspir-pontderoide.fr

ACTIVITÉ : Faire connaître le patrimoine rudipontain par l'organisation d'expositions, de visites guidées (mercredis découverte, P'tit théâtre...), de manifestations (journées du patrimoine...) et par la collection et l'inventaire d'objets et de documents.

TARIF : 10 € par an

LES TISSEURS DE MOTS

CONTACT : Claude Liegeois

20 rue des Jardins

25150 Pont de Roide-Vermondans

Tél. 06 18 37 62 95

@ : lestisseursdemots@gmail.com

ACTIVITÉ :

lecture de poésie - Projet set de table poétiques pour les restaurants. Lecture de poésie.

OÙ & QUAND :

Château Herr tous les mardis des semaines impaires de 19h30 à 20h30.

PUBLIC : tout public.

TARIF : 5 € par an



LES WATCHAS

CONTACT : YODERT Claude

Tél. 06 29 93 03 00

@ : chegueva25@gmail.com

f Les-Watchas

ACTIVITÉ : promouvoir les groupes de musique locaux pas ou peu connus en organisant des moments festifs et conviviaux autour de la musique pour tout public.

OÙ & QUAND : Château Herr pour les apéros concerts un dimanche/mois.

TARIF : 20 € par an





CINÉMA LE FOYER

PONT-DE-ROIDE

ASSO. CINÉMA LE FOYER

CONTACTS : Eric Mougey (*Président*)
Emmanuelle Villemin (*Programmatrice*)

2 rue de la résistance

25150 Pont de Roide-Vermondans

Tél. 06 83 42 25 44

@ : cinemapontderoide@gmail.com

@ : contact@cinemapontderoide.fr

http://lefoyer.cine.allocine.fr

cinéma le foyer

ACTIVITÉS : projections cinématographiques tout public, débats, conférences.

OÙ & QUAND : cinéma

2, rue de la Résistance - Pont de Roide-Vermondans.

Séances : 14h30 - 17h - 20h30 (*Consulter l'affichage*).

PUBLIC : tout public sauf interdiction nationale.

INFOS : Salle image et son NUMERIQUE 3D active sur certain film.

Salle classée « ART et ESSAI ».

Ticket cinéma à 2 € pour les moins de 16 ans en vente à la MPT uniquement pendant les vacances scolaires.



△ Pendant les travaux retrouvez-nous 1 bis rue du Général Herrn (ex tresorerie).

CULTURE & BIBLIOTHÈQUE POUR TOUS

CONTACT : Odile Ferrer-Valls

8 rue de la Petite Craye

25150 Pont de Roide-Vermondans

Tél. 03 81 92 44 59

Bibliothèque : 03 81 96 92 91

@ : bptpontderoide@orange.fr

www.pontderoide-vermondans.bibli.fr

ACTIVITÉS :

- prêts de livres enfants, adultes, large vision,
- accueil de classes, lecture à la crèche,
- accueil des enfants (MPT) pendant les vacances scolaires,
- portage à domicile,
- accueil d'auteurs.

OÙ & QUAND : BPT

27, rue de la Gare - Pont de Roide - Vermondans

- lundi 14h30 à 17h30

- mercredi de 14h30 à 17h30

- vendredi de 16h à 17h30

(vendredi fermé pendant les vacances scolaires)

- samedi de 10h à 11h30.

PUBLIC : tout public

TARIF : 12 € par an et par famille

ASSO. CHAPELLE NOTRE DAME DE CHATEY

CONTACT : Jean Philippe Klinguer

Tél. 06 44 20 36 52 - @ : chateychapelle@gmail.com

ACTIVITÉS : entretien et sauvegarde du patrimoine, mise en valeur de la chapelle (crèche à Noël, décors à Pâques...).

Projet 2025 : réfection de l'intérieur de la chapelle. Un appel aux dons est lancé pour ce beau projet.

TARIF : 10 € par an





BOUTIQUE SOLIDAIRE SECOURS CATHOLIQUE



CONTACT : Nelly Pouhin (*Présidente*)

Tél. 03 81 92 26 23

@ : jeanpierre.pouhin@free.fr

ACTIVITÉ : vente de vêtements, chaussures, accessoires (sacs, foulards...) et linge de maison d'occasion.

OÙ & QUAND : 2 rue de la Résistance, jeudi de 14h à 16h et le 1er samedi de chaque mois de 10h à 11h30 (*sauf mois d'août, jours fériés et vacances de Noël*).

PUBLIC : tout public

TARIFS : de 0,10 € à 10 €



AGIR ENSEMBLE



CONTACT : Louis Marhem

4, rue des Pruniers

25150 Pont de Roide-Vermondans

Tél. 03 81 96 90 79 / 06 89 58 83 08

@ : famille.marhem@wanadoo.fr

ACTIVITÉS : rencontre de chômeurs et de personnes en difficultés autour d'un café tous les vendredis après midi. Participation à un atelier théâtre. Culture d'un jardin individuel et partagé. Organisation de l'exposition «tranche de l'art». Ateliers cuisine avec les jardins d'idées.

OÙ & QUAND : MPT devant le local de l'aide alimentaire - tous les vendredis de 14h à 16h : café solidaire.

TARIF : 5 € par an



Nous recherchons des bénévoles !



SOLIDARITÉ AGBOVILLE EN CÔTE D'IVOIRE (SACI)



CONTACT : Louis Marhem

4, rue des Pruniers

25150 Pont de Roide-Vermondans

Tél. 03 81 96 90 79 / 06 89 58 83 08

@ : famille.marhem@wanadoo.fr

OBJET : jumelage avec des familles de pauvres de la ville d'Agboville en Côte d'Ivoire et soutien d'une association d'aide aux enfants des rues d'Abidjan.

ACTIVITÉS :

- continuation pour la dixième année de la fourniture de repas aux enfants pauvres des deux cantines scolaires construites par l'association,
- collaboration avec une association d'aide aux enfants des rues d'Abidjan.
- achats d'un minibus pour recueillir les enfants des rues.
- achat de tentes de camping pour séjours vacances.

COTISATION : 10 €

PARRAINAGE : 60 €

ENTRAIDE ALIMENTAIRE



CONTACT : Jacqueline Brand

11 rue des Troènes

25150 Pont de Roide-Vermondans

Tél : 03 81 92 24 42 - Port : 07 82 20 94 39

@ : jbrand@wanadoo.fr

ACTIVITÉ : distribution de denrées alimentaires collectées par la banque alimentaire.

OÙ & QUAND : 2 rue du Vieux Moulin, local sous l'école du Château Herr - vendredi de 13h à 16h.

JSP (JEUNES SAPEURS-POMPIERS)



CONTACTS : Philippe Taillard (Président)

@ : philippe.taillard@sdis25.fr

Maxance Fichet (*secrétaire*)

maxance.fichet@sdis25.fr

Tél. 06 24 45 69 44

Caserne : 1 rue des Marronniers
25150 Pont de Roide-Vermondans

sectionJSPdePontdeRoide



ACTIVITÉ :

Formation des Jeunes de 12 à 16 ans, au métier de sapeurs-pompiers, manœuvre pratique de lutte contre l'incendie, opérations diverses, sauvetage et secourisme, activités sportives.

OÙ & QUAND :

centre incendie et de secours - 1 rue des Marronniers - Pont de Roide-Vermondans
- mercredi de 17h à 19h (sport)
- samedi de 13h30 à 16h30 (théorie et pratique)

PUBLIC : filles ou garçons à partir de 12 ans

TARIF : 70 €

ANIMATIONS : compétitions sportives ponctuelles, participation aux défilés...



AMICALE DES SAPEURS-POMPIERS PONT DE ROIDE - VERMONDANS



CONTACT : Jordan Choulet

Tél. 06 72 57 85 86

@ : amicale.spontderoide@gmail.com

OÙ & QUAND :

centre incendie et de secours
1 rue des Marronniers
samedi matin de 8h à 12h.



ASD Association Agr pour la Santé à Domicile



Association Loi 1901 à but non lucratif, service de population sans discrimination. Acteur essentiel et dévoué du maintien à domicile, soucieux de garantir et de développer une offre de soin globale sur tout le territoire.

CONTACTS :

Bernard Klinguer (*Président*)

Éric Vernier (*Directeur*)

Tél. 03 81 92 41 09 - Fax 03 81 92 22 65

@ : centrepontderoide@asd25.fr

3a rue de la Résistance

25150 Pont de Roide-Vermondans

ACTIVITÉS :

- **Centre de Santé Infirmier** prodiguant, sur prescriptions médicales et dans le respect du tiers payant, des soins comme : prises de sang, injections, vaccinations, pansements, perfusions, dialyse, alimentation entérale, soins d'hygiène, préparation et distribution de médicaments, action de prévention, tests et vaccinations, etc.

- **Service de maintien à domicile et Aides-soignantes** : leur rôle est d'assurer, **sans reste à charge**, des soins d'hygiène et de confort dans les actes de la vie quotidienne comme : aide au lever/coucher, aide à l'habillage/déshabillage, mobilisation du patient, etc.

- **Infirmière en Pratique Avancée** : le rôle de cette infirmière expérimentée est de suivre les patients de façon plus approfondie, en lien avec le médecin, pour mieux accompagner les maladies chroniques et améliorer le suivi au quotidien. Sur Doctolib : Camille TROCHERIE.

OÙ & QUAND :

à la Maison de la Santé Rudipontaine, du lundi au vendredi 8h-12h et 14h-18h, le samedi 8h-12h

- à domicile 7j/7 et 24h/24 (astreinte de nuit)

- Sur Doctolib : Centre de santé Infirmier

- Sur Internet : <https://asd25.fr>

PUBLIC :

tout âge, tout public, toutes pathologies.



FNACA

FÉDÉRATION NATIONALE
DES ANCIENS COMBATTANTS
EN AFRIQUE DU NORD



CONTACT : Bruno Paggetti (*Président*)

10 rue de la Tournerie
25150 Autechaux-Roide

ACTIVITÉS : participations aux commémorations patriotiques de Pont de Roide - Vermondans, organisation d'expositions pour le public et dans les collèges, dans un devoir de mémoire, pour permettre aux jeunes générations une meilleure connaissance de cette guerre et faire passer un message de paix.

282^e SECTION DE MÉDAILLÉS MILITAIRES



CONTACT : Jacques Georges

9 rue Hélène Boucher
25200 Montbéliard

ACTIVITÉS : devoirs de mémoire, participation aux cérémonies du souvenir, dépôt de gerbe aux monuments aux morts le 8 mai de chaque année.

COMBATTANTS ALGÉRIE, TUNISIE, MAROC, PRISONNIERS DE GUERRE



SECTION CANTONALE DE PONT DE ROIDE

CONTACT : Louis Amarin (*Président*)

6 rue de Chambabon
25150 Pont de Roide-Vermondans
Tél. 03 81 96 45 01

ACTIVITÉS : manifestations patriotiques Pont de Roide - Vermondans et extérieur : le Lomont, Écot, Villars-sous-Écot, Colombier-Fontaine.



UNION NATIONALE DES COMBATTANTS ET SOUVENIR FRANÇAIS

CONTACT : Richard Matusik

16, rue du Petit Pont
25190 Noirefontaine
Tél. 03 81 96 90 24

ACTIVITÉS : toutes les commémorations patriotiques Pont de Roide-Vermondans, Écot, Villars-sous-Écot, le Lomont, Glainans, Colombier-Fontaine, Dampierre sur le Doubs, Montbéliard officiers de réserve.

CLUB DES ANCIENS DES ROCHES



CONTACT : Marie-Hélène Monnin

6 rue des Genevriers
25150 Pont de Roide-Vermondans
Tél. 03 81 96 90 70

ACTIVITÉS : jeux de sociétés, jeux de cartes, lotos, repas et sorties à la journée.

OÙ & QUAND :

C.C.A.S. - mardis de 13h30 à 17h30

TARIF : cotisation 18 €

PUBLIC : retraités

LOISIRS 3^e AGE

Maison de retraite
de Pont de Roide - Vermondans



CONTACT : Claude Gilliotte (*Présidente*)

19 rue des Bouleaux
25150 Pont de Roide-Vermondans
Tél. 03 81 96 96 63

ACTIVITÉS : avec les résidents de la maison de retraite. **Nous cherchons des bénévoles pour développer d'autres activités.**



AMICALE DES DONNEURS DE SANG BÉNÉVOLES DE PONT DE ROIDE ET SES ENVIRONS



ÉTABLISSEMENT FRANÇAIS DU SANG

CONTACT : Lionel Pagnot

Tél : 06 42 73 55 88

@ : amicale.dds.pontderoide@gmail.com

Quand et où donner mon sang ?

A Pont-de-Roide (ou à Bourguignon selon les travaux de la salle polyvalente)

**Les mardis 23 septembre et 25 novembre 2025,
puis les 20 janvier, 24 mars, 19 mai et 28 juillet 2026 entre 15h30 et 19h30**

A quelle fréquence ? Il faut respecter un écart d'au moins 8 semaines entre 2 dons de sang : 6 dons par an pour les hommes, 4 dons pour les femmes

Faut-il prendre rendez-vous ? Pour éviter trop d'attente, il est recommandé de prendre rendez-vous sur : dondesang.efs.sante.fr. Mais vous serez toujours les bienvenus sans rendez-vous.

Quelles conditions dois-je remplir ?

- Avoir entre 18 et 71 ans
- Peser plus de 50kg
- Être en bonne santé le jour du don
- Apporter une pièce d'identité

Un doute : consultez le site dondesang.efs.sante.fr

Combien de temps dure un don ? Le prélèvement de sang dure moins de 15 min, il faut compter au total une présence d'1h.

Faut-il être à jeun ? Non au contraire, il faut avoir bien manger et avoir bu en quantité importante.

Combien de malades bénéficient des dons de sang ? En France, 1 million de personnes sont soignées chaque année grâce aux dons de sang : une femme qui accouche, une personne victime d'un accident, un malade atteint de cancer... Chacun de vos dons compte, il en faut 10 000 par jour. Donnez maintenant.

Et le don de plasma ? Le don de plasma s'effectue à Belfort, notre association organise des navettes de donneurs. Le don de plasma est un peu plus long, mais moins fatiguant, il est possible d'en réaliser 24 par an.

Rien ne peut remplacer le sang humain. Seul votre don a le pouvoir de sauver des vies. Donnez maintenant.



AMICALE CNL DES CHARMILLES



CONTACT : Claude Barbarossa

19 rue des Charmilles

25150 Pont de Roide-Vermondans

Tél. 03 81 92 45 22 ou 07 81 99 10 27

@ : amicaledescharmilles@gmail.com

ACTIVITÉ : défense des locataires.

OÙ & QUAND : mercredi matin de 10h à 12h au local.

AMICALE DES ANCIENS



CONTACT : Gabrielle Gassmann

9 rue de la Vaumaille

25150 Pont de Roide-Vermondans



*Merci à nos supers héros
bénévoles des associations nudipontaines !
Que leurs super pouvoirs nous accompagnent
encore cette nouvelle saison !*



16, rue du Général Herr
25150 Pont de Roide - Vermondans
Tél. : 03 81 99 33 99

@ : secretariat@mptpontroide.fr

@ : direction@mptpontroide.fr

 MPT Pont de Roide

Web : mpt-pontroide.fr

 YouTube

www.promeneursdunet.fr

 Reasmeiy-PDN25

 reasmeiy-pdn25

@ : animation@mptpontroide.fr

Illustration réalisée par Yoan Dematriz
Réalisation : AdelineArtDcom
& Sophie Behra
Impression : Schraag - Belfort