



GUIDE DES ASSOCIATIONS

SAISON
2026
27



PONT DE ROIDE - VERMONDANS



ÉDITO

Pont de Roide - Vermondans avec ses 4087 habitants est riche en diversité de ses associations.

Elle compte :

- 21 associations culturelles
- 21 associations sociales
- 4 associations patriotiques
- 22 associations sportives
- 10 associations de bien-être.

L'engagement des animatrices, animateurs, très souvent bénévoles, a largement fait ses preuves depuis plusieurs années.

Je tiens à les féliciter particulièrement pour le travail effectué et les animations qui en découlent.

La commune maintient son soutien aux associations.

La diversité associative de notre commune permet à tout un chacun un lien social quel que soit son âge de 3 à 90 ans.

Je vous souhaite à toutes et tous une agréable année associative.

Sincèrement et cordialement,

Eric BOONE,

Maire de PONT DE ROIDE-VERMONDANS

Vacances scolaires ANNÉE 2026 - 2027 ZONE A

Rentrée	reprise le mardi 1 ^{er} septembre 2026
Toussaint	du samedi 17 octobre au lundi 2 novembre 2026
Noël	du samedi 19 décembre 2026 au lundi 4 janvier 2027
Hiver	du samedi 13 février au lundi 1 ^{er} mars 2027
Printemps	du samedi 10 avril au lundi 26 avril 2027
Été	fin des cours le samedi 3 juillet 2027



REGION
BOURGOGNE
FRANCHE
COMTE



INDEX

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

60 ans d'éducation populaire

Adhésion : Pour participer à une activité, ou tout simplement pour être à nos côtés, une adhésion est obligatoire. Cette adhésion fait de vous un membre à part entière de l'association.

+ 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 2026 aura lieu le samedi 27 mars 2027 à 09h30 à la MPT.

Cotisation

Venez nombreux !

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 31/12/2026. *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
CHÈQUE-VACANCES

CONNECT

ancv
CHÈQUE-VACANCES

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

f MPT Pont de Roide You Tube

www.promeneursdunet.fr

f Reasmeiy-PDN25 i 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 : topo-guides escalade, livres sur le patrimoine local.



L'ÉQUIPE

La MPT est gérée par un Conseil d'Administration de 18 membres dont une majorité de représentants élus de la maison, parmi les adhérents à jour de leur cotisation. 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 : **Angélique Courvoisier**
- Vice-trésorière : **Patricia Schneider**
- 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**
- Apprenant en alternance :

Théodore Meneghetti-Hopp *(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

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 €*



Reprise semaine du 07 au 12 septembre

Réunion d'information mercredi 2 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-Fort", le catalogue de l'exposition !

DANSES HIP-HOP/BREAKING & CONTEMPORAINE

Reprise semaine du 07 au 12 septembre



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 €*

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 07 au 12 septembre

Reprise samedi 26 septembre

ATELIER ECRITURE, CHANT ET MUSIQUE

ANIMATEUR : Guilhem Andrau, avec les interventions de Maxime Cecchini.

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 €***

Participation au Festival des Jeunes Talents en juin



THÉÂTRE

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



Reprise semaine du 07 au 12 septembre

PARKOUR



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 €*

Reprise semaine du 07 au 12 septembre

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 12 ans - ados 12/18 ans

TARIFS : 70 €* - 50 €* - licence obligatoire

Reprise semaine du 07 au 12 septembre



* hors adhésion, voir p. 4

Les activités à la MPT ADULTES

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

FITNESS

Reprise semaine du 07 au 12 septembre



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

ANIMATRICE : Séverine Rodrigues

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 €*
2 séances/semaine : 150 €*

ZUMBA

Reprise semaine du 07 au 12 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 18h30 à 19h30

PUBLIC : + 16 ans (tous niveaux)

TARIF : 105 €*
105 €*



ZEN-FIT

Reprise semaine du 07 au 12 septembre



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

- jeudi de 18h15 à 19h15

PUBLIC : + 16 ans (tous niveaux)

TARIF : 105 €*
105 €*

GYM DYNAMIQUE ADAPTÉE

Vous souhaitez vous remettre au sport, retrouver de la tonicité ou bouger malgré des pépins de santé (surpoids, douleurs, pause prolongée) ? Ce cours d'une heure est fait pour vous ! Nous travaillerons le renforcement musculaire et le cardio de manière progressive, sécurisante et adaptée à chacun.

ANIMATRICE : Sandra Carion

OÙ & QUAND : MPT - lundi de 18h30 à 19h30

PUBLIC : + 16 ans (tous niveaux) - **TARIF :** 105 €*
105 €*

CONSEIL : une tenue confortable, des baskets propres et une bouteille d'eau.

Reprise semaine du 07 au 12 septembre

Nouveau

Nouveau

DANSES DE BAL



ANIMATEUR : Léon Briois - Tél. 06 07 72 11 52
ACTIVITÉ : acquisition des bases dans les principales danses de salon, chorégraphies.

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 €*

DANSE COUNTRY



ANIMATRICES : Coralie CARREY
et Lucile KNORST

OÙ & QUAND : MPT - samedi de 10h à 11h

PUBLIC : tous niveaux,
+ 16 ans seul, en couple ou en famille

TARIF : 105 €*

Reprise semaine du 07 au 12 septembre

VOLLEY-BALL

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 €*

Reprise semaine du 07 au 12 septembre



RANDONNÉES PÉDESTRES

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

Calendrier dispo à l'accueil MPT



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 07 au 12 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 07 au 12 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 07 au 12 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.

ANIMATRICE : Géraldine Chapet

OÙ & QUAND : MPT : - mercredi de 20h15 à 21h45
- vendredi de 9h à 10h30

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


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

PILATES

Reprise semaine du 07 au 12 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

- jeudi de 18h15 à 19h15 - DOJO

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


Séances ouvertes à tous et aux capacités de chacun.

QI-GONG

Reprise semaine du 07 au 12 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.

Attention !
Pour participer à la 1ère
séance, réservation obligatoire
au 06.68.51.14.73

COUTURE

Nouveau

*Vous n'avez pas
de machine à coudre ?
Aucun souci pour
débuter !*

Martine est une passionnée de couture, elle a suivi des cours pendant 13 ans. Elle vous apprendra les techniques de base nécessaires à l'apprentissage de la couture de vos vêtements et accessoires dans la bonne humeur.

ANIMATRICE : Martine Sanglard

OÙ & QUAND : MPT - jeudi de 18h à 20h

Pour la première séance joindre la MPT qui vous donnera la liste du matériel nécessaire.

PUBLIC : + 16 ans - tous niveaux

TARIF : 105 €*

Reprise semaine du 07 au 12 septembre

ITALIEN



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

ANIMATRICE : Christelle Dananchet

OÙ & QUAND : MPT

- **niveau débutant :** mercredi de 17h à 18h30

- **niveau confirmé :** mercredi de 18h30 à 20h

PUBLIC : adultes - **TARIF : 84 €***

Reprise semaine du 07 au 12 septembre

ESPAGNOL



ANIMATEUR : Josep Bea

OÙ & QUAND : MPT

- **niveau débutant :**

mercredi 16h30-18h

- **niveau confirmé :**

mercredi de 18h à 19h30

PUBLIC : adultes

TARIF : 84 €*

*Vous êtes au collège ou au lycée
et l'espagnol vous intéresse ?
Contactez la MPT !*

ANGLAIS



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 €***

Reprise le 21 septembre

ARTS PLASTIQUES

Atelier d'initiation à différentes techniques.

Thème et exposition commune à l'atelier enfant.

ANIMATEUR : Laurent Mougin

OÙ & QUAND : Atelier MPT - mercredi de 18h30 à 20h

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

Reprise semaine du 07 au 12 septembre



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



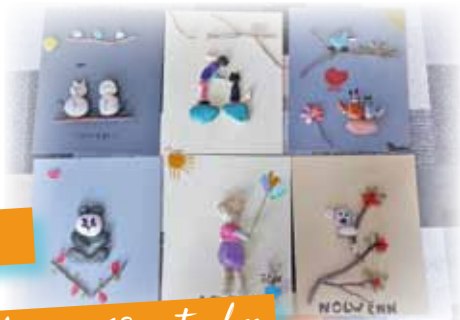
Activités manuelles parents-enfants (ex : déco de Noël, pâques ...), culinaires (beignets, crêpes, gâteaux...) et possibilité de sorties.

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 16 septembre

ZUMBA FAMILY

Reprise semaine du 07 au 12 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 €*



DANSE COUNTRY



Nouveau

ANIMATRICES : Coralie CARREY et Lucile KNORST

OÙ & QUAND : MPT - samedi de 10h à 11h

PUBLIC : tous niveaux,
+ 16 ans seul ou en couple
et à partir de 10 ans accompagné d'un adulte.

TARIF : 105 €*



le Café de Martine

Nouveau

Martine vous accueille un mardi par mois à la MPT pour « le Café de Martine ».

« le Café de Martine » est un moment de partage et d'échange autour d'un café.

Parler à bâtons rompus de tout et de rien, faire part de ses difficultés, de sa solitude en toute confiance et recevoir le soutien du groupe permet de créer de magnifiques amitiés.

Reprise mardi 8 septembre à 14h à la MPT/1 mardi par mois

Calendrier établi à la rentrée avec les participantes
+ sorties possibles en dehors des rdvs du mardi.

Des sorties : marché de Noël, sortie d'une journée, d'un après-midi, sortie BusÔThéâtre avec Ma Scène Nationale, travaux manuels de déco, etc... viennent agrémenter notre activité.

Adhésion MPT obligatoire (18€).



Le coin des ados !

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.

Point Net

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

Un ordinateur relié à internet est 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 2026/27 pour les jeunes rudipontains en statut scolaire ou étudiant (6-18ans). 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.

**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 9 septembre.



IDEIS Mission Locale
Pays de Montbéliard
BOURGOGNE FRANCHE-COMTE

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

PANIERIS SOLIDAIRES

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

Livraison le mercredi de paniers bio locaux des jardins d'IDéES **derrière le CCAS.**

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



**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 2026-2027 ! PROGRAMME

La saison 2025-2026 est achevée, vive la saison 2026-2027.

Le tissu associatif rudipontain, particulièrement dynamique, proposera toute une série d'animations, expositions, événements culturels et sportifs ...

Réservez un peu de votre temps. Votre présence sera le meilleur soutien.

En plus des associations je tiens à remercier les services techniques de la commune sans qui ces événements ne seraient pas possibles.

Je souhaite à toutes et à tous une belle saison 2026-2027.

Philippe Peroz

*Adjoint au Maire,
Vie associative - Sports - Culture*

Les Halles

- samedi 3 & dimanche 4 octobre 2026

5e Week-end de la photo

organisé par le Club photo Rudipontain.

Les Halles

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



- en mars 2027

Exposition photo

organisée par le Club photo Rudipontain.

- en mars 2027

Exposition Tranche de l'Art

organisée par Agir Ensemble.

- du dimanche 2 mai au 16 mai 2027

Art en Mai

Découvrez des artistes contemporains près de chez vous !

Entrée libre. Vernissage public le samedi 1er mai à 18h.

Organisé par la MPT et le collectif Art en Mai.

- du 6 au 20 juin 2027

Expo des ateliers Arts Plastiques de la MPT

dans le cadre du Festival des Jeunes Talents.

Salle Polyvalente

- samedi 12 septembre 2026

Fête du sport

organisée par la Mairie.

- samedi 19 & dimanche 20 septembre 2026

Animation

organisée par le Comité des Fêtes Rudipontain

- samedi 26 et dimanche 27 septembre 2026

Expo modèles réduits

organisé par Modèles réduits Rudipontains

- samedi 3 octobre 2026

Bourse aux jouets

(le 02/10 : dépôt, le 03/10 : vente, le 04/10 : reprise) organisée par Festi'Projets.

- samedi 10 octobre 2026

Loto

organisé par l'Harmonie Fanfare Rudipontaine.

- dimanche 11 octobre 2026

Vide-grenier

organisé par l'Harmonie Fanfare Rudipontaine.

- dimanche 18 octobre 2026

Cyclocross

organisé par l'ACR.

- mercredi 21 octobre 2026

Repas des anciens

organisé par la Mairie.

- dimanche 25 octobre 2026

Vide-grenier

organisé par l'USPV Foot.

- samedi 7 et dimanche 8 novembre 2026

Championnat de tir à l'arc

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

- dimanche 15 novembre 2026

Salon du Bien-être et de l'Artisanat

organisé par Festi'Projets.

Salle polyvalente Michel Tarreinbergue

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



- samedi 21 novembre 2026

Concert Ste Cécile

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

- vendredi 4 & samedi 5 décembre 2026

Téléthon

- samedi 12 décembre 2026

Loto

organisé par le Club de Canoë-Kayak.

- dimanche 13 décembre 2026

Après-midi dansant

organisé par la Mairie.

- samedi 16 janvier 2027

Vœux à la population

organisés par la Mairie.

- samedi 23 janvier 2027

Loto

organisé par le Club de Canoë-Kayak.

- samedi 30 janvier 2027

Tournoi Georges Mairot

organisé par l'USPV Judo.

- samedi 6 février 2027

Loto

organisé par l'Harmonie Fanfare Rudipontaine.

- dimanche 7 février 2027

Thé dansant

organisé par l'Harmonie Fanfare Rudipontaine.

- samedi 27 février 2027

Loto

organisé par l'USPV Foot.

Salle Polyvalente

- samedi 6 mars 2027

Bourse aux affaires de bébés

(le 5 : dépôt, le 6 : vente, le 7 : reprise) organisée par Festi'Projets.

- samedi 13 & dimanche 14 mars 2027

Championnat de tir à l'arc

(Challenge Adultes) organisé par l'AUTO Tir à l'Arc.

- samedi 20 mars 2027

Soirée années 80

organisée par le Comité des Fêtes du Pays Rudipontain.

- samedi 3 avril 2027

Concert de Printemps

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

- samedi 24 & dimanche 25 avril 2027

Anniversaire de la MPT 60 ans

organisé par la MPT

- samedi 26 juin 2027

Fête des associations

organisée par le Comité des Fêtes du Pays Rudipontain.

Plein air et lieux publics

- samedi 10 octobre 2026

La Caravane des Mûchettes

organisé par la MPT et Côté Cour

- en novembre 2026

Petites Fugues

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

Plein air et lieux publics

- en décembre 2026

Noël en Fête

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

- samedi 19 décembre 2026

Spectacle jeune public et fête de Noël

à la MPT à partir de 13h30, organisé par la MPT

- dimanche 20 décembre 2026

Concert de Noël

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

- vendredi 1^{er} janvier 2027

Feu d'artifice

organisé par la Mairie.

- en février 2027

Opération entraide catholique et protestante

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

- en juin 2027

Braderie

organisée par les commerçants Rudy.com.

- samedi 12 juin 2027

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.

- lundi 21 juin 2027

Fête de la Musique

organisée par la Mairie en partenariat avec les associations Rudipontaines.



LES ASSOCIATIONS *Rudipontaines*

USPV FOOTBALL section masculine et féminine



CONTACTS :

- Philippe Prost (*Président*)
Tél. 06 11 48 61 68
 - Daniel Plichard (*secrétaire*)
Tél. 06 27 46 79 71
 - Mickaël Monjournal
Tél. 06 89 73 83 14
 - Alexis Giraudet (*senior féminine*)
Tél. 06 78 70 94 28
- 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.



USPV FOOTBALL section jeunes



CONTACT : Mickaël Monjournal
(*responsable des pôles*)

Tél. 06 89 73 83 14

@ : mickael.monjournal@gmail.com

@ : pont-roide.us@lbfc-foot.fr

f US Pont de Roide-Vermondans



PÔLES :

Babyfoot (3-5ans) mercredi de 10h à 11h

Garçons :

- Foot à 5
- Foot à 8
- Foot à 11

Filles

ACTIVITÉ :

Pratique du
football dans nos
écoles labellisées

FFF : Excellence pour les garçons et Argent
pour les filles. A partir de 3 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'îlot d'information au
stade de Pont de Roide, pages Facebook
ou mail : pont-roide.us@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 :

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

f USPV tir



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

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

- **mixte 8/13 ans** (*aucun niveau requis*)

10 Mts => Stand Claude CONVERCY mardi et vendredi de 16h30 jusqu'à 18h.

- **mixte à partir de 14 ans et +**

(*aucun niveau requis*)

10 Mts => mardi et vendredi de 18h à 20h

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 28 septembre** (25 séances pour l'année sportive).

TARIFS : de **50 € à 250 €** l'année en fonction de l'âge et du type de cours choisis. *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 5 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

f USPV gym aero

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

AÉROBIC + GYM
ARTISTIQUE FILLE
110 € !

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 €**

- Aérobie : **100 €**

- Gymnastique adulte : **100 €**

(Possibilité de paiement en 3 fois).



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) :

mercredi de 16h45 à 18h

vendredi de 17h45 à 19h

(reprise le 11 septembre)

- à partir de 12 ans :

mercredi de 18h à 19h30

& vendredi de 19h à 20h30

(reprise le 9 septembre)

JU JITSU SELF DÉFENSE :

lundi de 18h00 à 19h30

(reprise le 7 septembre)

MUSCU : dès 17h15 du lundi au vendredi

(reprise le 8 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 8 septembre de 17h à 19h au Dojo. Reprise des cours semaine du 07 au 11 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

 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 14 ans :**
dimanche de 9h à 12h

PUBLIC : mixte, tous niveaux

TARIFS : licence à partir de **67 €**
+ cotisation **30 €**
adhérent **30 €**

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

 ckpontderoide

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 :

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 Olympe de Gougès 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 :

- jusqu'à 17 ans : 88 €

(- de 18 ans au 31/08/2026)

- Adultes (+ de 18 ans) : 108 €

- licence famille (à partir de 3 personnes) :
63 €/personne

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



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).
Cardio-boxing.

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

OÙ & QUAND :

Self défense

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

Cardio-Boxing

jeudi de 20h15 à 21h15
salle 14x14 de la salle
polyvalente.

BodyFit

samedi de 9h30 à 10h30

salle 14x14 de la 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 **160 € la saison** (payable en
plusieurs fois) avec deux séances d'essais
gratuites.

- BodyFit ou Cardio-Boxing **180 € 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

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

*Les activités vont reprendre
à partir du lundi 14 septembre 2026.*

*Un questionnaire de santé sera fourni avec les documents
d'inscription. Si toutes les réponses sont négatives,
pas de certificat médical.*

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



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

Patrick Maillard Tél. 03 81 96 59 32

TARIF : licence annuelle 95 €

(avec prêt de matériel et protections pour
débutants et jeunes).



COMITE DES FÊTES DU PAYS RUDIPONTAIN



CONTACT : Pascal Colin

Tél. 06 35 32 08 71

@ : cdfrudipontain@gmail.com

f 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 19h30 à 21h30
- **Jeunes** (à partir de 10 ans) : jeudi 18h à 19h30

TARIFS :

- Licence traditionnelle :
adulte 73 € / jeune 45 €
- Licence promotionnelle :
adulte 45 € / jeune 35 €

REPRISE :

- LE LUNDI 7 SEPTEMBRE (COMPÉTITION)
- LE JEUDI 3 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 : cartedepeche.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

f 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 commerces 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 du club

- 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-Verr

*Courant septembre, octobre 2027,
on fête nos 30 ans avec le salon
du modèle réduit à la salle polyvalente,
avec la participation de nombreuses
associations de toute la France !*



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**

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



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 et de l'artisanat, marché de Noël.
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 : **50 €**

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

 Harmonie-Fanfare-Rudipontaine

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} mardi de chaque mois à 17h30.

PUBLIC : tout public, tout âge.



Randonnée au Mont-Julien



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

 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 le dernier dimanche du mois de mars à septembre.

TARIF : 20 € par an





CINÉMA LE FOYER

PONT-DE-ROIDE

ASSO.CINÉMA LE FOYER

CONTACTS : Eric Mougey (*Président*)
Emmanuelle Vuillemin (*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 12 ans uniquement pendant les vacances scolaires.



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...).

TARIF : 10 € par an



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 samedi de 10h à 11h30 (*sauf mois d'août, jours fériés et vacances de Noël*).

PUBLIC : tout public



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 : 2 € 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

f section JSP de Pont de Roide



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 : 80 €

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



AMICALE DES SAPEURS-POMPIERS PONT DE ROIDE - VERMONDANS



CONTACT : Rayan Kebaili

Tél. 06 29 12 37 82

@ : amicale.spontderoide@gmail.com

OÙ & QUAND :

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



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)

Jérémy Tournoux - Eric Vernier (Directeurs)

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. Téléexpertise (Dermatologie, Endocrinologie, Hématologie, ORL, Cardiologie...) 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.

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.

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 17h15

TARIF : cotisation 20 €

PUBLIC : retraités

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.



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.

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

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)

- A la salle Polyvalente de Pont-de-Roide les mardis 22 septembre et 24 novembre 2026 puis les 9 février, 6 avril, 29 juin et 24 août 2027.

- A la salle polyvalente de Mathay le mardi 29 décembre 2026

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 fatigant, 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



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

@ : secretariat@mptpontderoide.fr

@ : direction@mptpontderoide.fr

 MPT Pont de Roide

Web : mpt-pontderoide.fr

 YouTube

www.promeneursdunet.fr

 Reasmeiy-PDN25

 reasmeiy-pdn25

@ : animation@mptpontderoide.fr

Illustration réalisée par Daniel Machavoine
du Club Photo rudipontain
Réalisation : AdelineArtDcom
& Sophie Behra
Impression : Bon Caractère - Belfort