

PROGRAMME D'ACTIVITÉS

(Septembre à Décembre 2026)



Version du 24 septembre 2026

Besançon

■ Activités pour les familles

■ Activités pour les personnes malades

■ Activités pour les aidants

Activité	Description	Adresse	Date(s)	Horaires
Permanence d'accueil et d'écoute	Écoute, conseils et orientation adaptés aux besoins de chacun <i>(pour toute personne malade et son entourage, sans obligation d'adhésion)</i>	2 Rue Kepler	Tous les lundis et mercredis sur RDV Nous consulter pour d'autres dates et horaires	de 14h à 17h
Visite-atelier au Musée du Temps	Visite guidée thématique du musée suivie d'un atelier d'art-thérapie	96 Grande Rue	6 oct, 6 nov, 24 nov et 15 déc	de 14h à 16h30
Ping-pong adapté	Activité ludique, accessible à tous, favorisant concentration, coordination, mobilité et lien social	Pôle sportif des Montboucons, 3 av. des Montboucons	Les mardis hors vacances scolaires à partir du 22 septembre	de 10h15 à 11h45
Jardin thérapeutique	Des ateliers jardinage pour stimuler les sens, préserver l'autonomie et favoriser les échanges	Jardin familial 32 Rue Schlumberger (ou siège si mauvais temps)	Les mercredis 2, 9, 16, 23, 30 sept, 7, 14, 28 oct, 18 nov, 9 déc	de 9h30 à 11h00 (horaires susceptibles d'évoluer)
Musicothérapie	Des ateliers pour communiquer autrement, stimuler les capacités préservées et partager des émotions en musique.	2 Rue Kepler	Les jeudis 3 et 17 sept, 1er et 15 oct, 12 et 26 nov, 10 décembre	de 14h à 16h30
Halte relais	Un temps d'accueil et d'activités adaptées pour les personnes malades et de répit pour les aidants	2 Rue Kepler	Tous les jeudis hors vac. scolaires à partir du 3 septembre	de 10h à 16h30
Formation des aidants	Pour mieux connaître la maladie, adapter sa communication, connaître les aides possibles et préparer l'éventuelle entrée en établissement <i>(sans obligation d'adhésion)</i>	2 Rue Kepler	17, 24 novembre et 1er décembre 8 et 15 décembre	de 14h à 17h de 14h à 16h30
Atelier relaxation	Pour mieux gérer le stress du quotidien, permettre de prendre du recul face aux situations difficiles et s'accorder un temps de répit	2 Rue Kepler	21 septembre, 26 octobre, 23 novembre et 14 décembre	de 14h à 16h30
Entretiens individuels / Groupes de parole	Un espace de rencontre, d'échange, de soutien et d'écoute animé par une psychologue <i>(sans obligation d'adhésion)</i>	Pour tout renseignement sur les conditions d'admission, nous contacter		

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

2 rue Kepler, Besançon

03 81 88 00 59

contact25@francealzheimer.org

🌐 www.francealzheimer.org/doubs/

Horaires d'ouverture siège Besançon :

du lundi au vendredi
de 9h à 12h30 et de 14h à 17h

📘 France Alzheimer Doubs

📷 francealzheimerdoubs

Activités sur inscription, réservées aux adhérents, sauf mention contraire.
Sous réserve de modifications ou de précisions. Consultez notre site internet ou notre page Facebook.

PROGRAMME D'ACTIVITÉS

(Septembre à Décembre 2026)



Version du 24 septembre 2026

Pays de Montbéliard (et environ)

■ Activités pour les familles

■ Activités pour les personnes malades

■ Activités pour les aidants

Activité	Description	Adresse	Date(s)	Horaires
Permanence d'accueil et d'écoute	Écoute, conseils et orientation adaptés aux besoins de chacun <i>(pour toute personne malade et son entourage, sans obligation d'adhésion)</i>	Espace Associatif 1 rue du Château Montbéliard	Tous les mardis hors vacances scolaires	de 14h à 16h30
Café détente	Un après-midi de convivialité et d'activités variées	Foyer Henri Domon 12 rue Debussy Montbéliard	Le 3ème mercredi du mois à partir du 16 septembre	de 14h à 16h30
Aquagym	Une activité aquatique de détente musculaire et d'entretien physique pour les personnes malades et les aidants	Espace aquatique La Citédo 11 rue du Collège Sochaux	Le jeudi hors vacances scolaires à partir du 10 septembre	de 14h15 à 15h30
Gymnastique adaptée	Une activité physique adaptée pour les personnes malades et leurs proches aidants	Centre Lou Blazer 12 rue Renaud de Bourgogne Montbéliard	Le vendredi hors vacances scolaires à partir du 11 septembre	de 9h45 à 10h45
Atelier de mobilisation cognitive	Pour stimuler la mémoire, le lien social, valoriser l'estime de soi	Maison bien-être médical 8 rue Edgar Faure 70400 Héricourt	Les jeudis, 15 et 29 oct, 12 et 26 nov, 10 déc (12 séances au total jusqu'au 1er avril 2027)	de 9h30 à 11h30
Entretiens individuels / Groupe de paroles	Un espace de rencontre, d'échange, de soutien et d'écoute <i>(sans obligation d'adhésion)</i>	Pour tout renseignement sur les conditions d'admission, nous contacter		
Formation des aidants	Pour mieux connaître la maladie, adapter sa communication, connaître les aides possibles et préparer l'éventuelle entrée en établissement <i>(sans obligation d'adhésion)</i>	CLAP 4 rue Boulloche Montbéliard	28 octobre, 4 et 18 novembre 25 novembre, 2 décembre	de 13h30 à 16h30 de 13h30 à 16h

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

2 rue Kepler, Besançon

03 81 88 00 59

contact25@francealzheimer.org

 www.francealzheimer.org/doubs/

Antenne de Montbéliard :

Espace associatif, 1 rue du château

Tél bénévole : 07 87 26 60 41



France Alzheimer Doubs



francealzheimerdoubs

Activités sur inscription, réservées aux adhérents, sauf mention contraire.

Sous réserve de modifications ou de précisions. Consultez notre site internet ou notre page Facebook.

PROGRAMME D'ACTIVITÉS

(Septembre à Décembre 2026)



Version du 24 septembre 2026

Baume-les-Dames

■ Activités pour les familles

■ Activités pour les personnes malades

■ Activités pour les aidants

Activité	Description	Adresse	Dates	Horaires
Atelier relaxation	Pour mieux gérer le stress du quotidien, prendre du recul face aux situations difficiles et s'accorder un temps de répit	Baume-Les-Dames (adresse à confirmer)	2, 30 novembre et 21 décembre (cycle d'une dizaine de séances de nov 2026 à juin 2027)	de 14h à 16h30

Ornans

■ Activités pour les familles

■ Activités pour les personnes malades

■ Activités pour les aidants

Activité	Description	Adresse	Date(s)	Horaires
Permanence d'accueil et d'écoute	Écoute, conseils et orientation adaptés aux besoins de chacun (pour toute personne malade et son entourage, sans obligation d'adhésion)	Contact téléphonique Bénévole : 06 60 93 26 32	Sur rendez-vous	
Choraoké Vagabond	Venez chanter en chœur et à l'unisson ! Des cafés chantants itinérants dans des lieux publics ouverts à tous	Club de l'amitié 3ème age 19 avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny	15 octobre	15h - 16h30
Atelier relaxation	Mieux gérer le stress du quotidien, prendre du recul face aux situations difficiles et s'accorder un temps de répit	Centre Aquatique NAUTILLOUE Allée de la Tour de Peilz	19 octobre, 16 novembre et 7 décembre	de 14h à 16h30

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

2 rue Kepler, Besançon

03 81 88 00 59

contact25@francealzheimer.org

 www.francealzheimer.org/doubs/

Antenne d'Ornans :

Tél bénévolé : 06 60 93 26 32



France Alzheimer Doubs



francealzheimerdoubs

Activités sur inscription réservées aux adhérents, sauf mention contraire.

Sous réserve de modifications ou de précisions. Consultez notre site internet ou notre page Facebook.

PROGRAMME D'ACTIVITÉS

(Septembre à Décembre 2026)



Version du 24 septembre 2026

Autres lieux

■ Activités pour les familles

■ Activités pour les personnes malades

■ Activités pour les aidants

Activité	Description	Ville et adresse	Date(s)	Horaires
Journée Mondiale Alzheimer RANDONNÉE SOLIDAIRE	Randonnée solidaire pour sensibiliser, informer, briser le tabou de la maladie et passer un bon moment ensemble ! Concert et petite restauration à l'arrivée. Participation 5 € / personne Inscription conseillée sur Hello Asso Ouvert à tous, parlez-en autour de vous !	Hautepierre-Le-Châtelet (accueil salle des fêtes, 19 grande rue)	20 septembre	Départ entre 9 et 10h Concert chorale à 12h30
Journée Mondiale Alzheimer VISITE Prieuré de Mouthier Haute-Pierre	Visite du Prieuré de Mouthier-Haute-Pierre et découverte de sa magnifique collection d'oeuvres franc-comtoises des XIX ^e et XX ^e . Tarif préférentiel 5€ (au lieu de 12 €) pour les participants à la journée mondiale Alzheimer. Sur réservation uniquement au 03 81 88 00 59.	Mouthier-Haute-Pierre 8 place du Prieuré	20 septembre	De 10h30 à 18h
Journée Mondiale Alzheimer Ping Santé	Venez tester le ping-pong adapté pour les malades et leurs aidants Pour plus d'information : 06 84 37 77 57	Baume-les-Dames Salle de tennis de table 10 rue de l'industrie Pontarlier CAP Tennis de 2 rue de la Fontaine	21 septembre	De 10h à 12h ***** De 15h à 18h
Choraoké vagabond	Venez chanter en chœur et à l'unisson ! Des cafés chantants itinérants dans des lieux publics ouverts à tous	Saint-Vit	24 septembre	De 15h à 16h30
Journée de convivialité	Pour célébrer la fin d'année en douceur autour d'un repas, suivi d'un concert de l'école de musique de Fertans et d'un spectacle de contes et musique par Mapie Caburet et Jan Vanek	Amancey Amathay Vésigneux (secteur Ornans)	9 décembre	11h - 18h30 (horaires à préciser)
Conférence Forum	Dans le cadre de la semaine bleue, un rendez-vous ouvert à tous pour comprendre la maladie et accompagner au mieux un proche au quotidien	Salle culturelle L'escalé Morteau	29 septembre	18h
	Dans le cadre de la journée des Aidants, un temps d'échanges sur la maladie d'Alzheimer	Saône	6 octobre	14h à 19h

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

2 rue Kepler, Besançon

03 81 88 00 59

contact25@francealzheimer.org

🌐 www.francealzheimer.org/doubs/

Horaires d'ouverture siège Besançon :

du lundi au vendredi

de 9h à 12h30 et de 14h à 17h



France Alzheimer Doubs



francealzheimerdoubs

Activités sur inscription, réservées aux adhérents, sauf mention contraire.

Sous réserve de modifications ou de précisions. Consultez notre site internet ou notre page Facebook.