



Apprenez les gestes qui sauvent !

Cette année, la plateforme de répit vous invite à participer à des initiations aux gestes de premiers secours.

I Pesmes

Salle de la Maison pour Tous

05 mars

I Saint-Barthélemy

Salle derrière la mairie

12 mars

I Gray – Halle Sauzay

26 mars

👉 D'autres dates arrivent bientôt à Jussey et Vesoul en avril et mai.

Venez apprendre des gestes simples qui peuvent sauver des vies !

Sur inscription, places limitées

Être soutenu

Être écouté



AIDER
SON
PROCHE

Nous contacter
Tous les secteurs

SÉCRÉTARIAT
PLATEFORME DE RÉPIT
du lundi au vendredi
de 8h30 à 12h



03 84 78 67 55



secretariatpfr@fede70.admr.org



PLATEFORME DE RÉPIT



Programme actions collectives



Vous accompagnez un proche ?

Vous souhaitez :

Prendre du temps pour vous ?

Venez découvrir des activités pensées pour vous



ET POUR VOTRE PROCHE ?

Nous accueillons votre proche sur **INSCRIPTION*** pendant les animations.

*Obligatoire 1 semaine à l'avance minimum.

1er trimestre 2026



de 14h à 16h



VESOUL

Groupe de parole

Au café "Chez Georgette"
4 Pass Jules Dider - Vesoul
15 janvier - 26 février



Sophrologie

Maison des associations
53 rue Jean Jaurès

3ème jeudi de chaque mois

excepté 19 février - 19 mars

Maison des Services
9 rue des casernes



JUSSEY

Groupe de parole

Médiathèque intercommunale
Prés Jean Roche
06 janvier - 03 mars



Sophrologie

Salle du Club de détente
23 rue Hôtel de ville
2ème mardi de chaque mois



Sur inscription, places limitées
Un accueil est possible pour votre proche*



LURE

Groupe de parole

CENTRE SOCIAL ET CULTUREL
17, esplanade Charles de Gaulle
05 janvier - 02 mars



Sophrologie

Saint-Barthélemy - Salle derrière
la mairie
1er jeudi de chaque mois



RIOZ

Groupe de parole

Association du pays des 7 rivières
Place du Souvenir Français
06 janvier - 10 mars



PESMES

Groupe de parole

Lieu à confirmer
13 janvier - 03 mars



MARNAY

Groupe de parole

1 place du Roi de Rome
29 janvier - 12 mars

