



Mairie de Bessoncourt

19 rue des Magnolias ☎ 03 84 29 93 67 mail : bessoncourt.mairie@wanadoo.fr

13/02/2025

NETTOYAGES DE PRINTEMPS

✓ La commune renouvelle l'opération « **nettoyage de printemps** ».

Nous donnons rendez-vous à toutes les personnes volontaires le **samedi 29 mars 2025 à 9 heures devant l'ancienne école**. Vous pouvez vous munir de gants et de gilets de sécurité sinon ils seront fournis.

✓ Dans le cadre d'un projet national intitulé « **J'AIME LA NATURE PROPRE** », la Fédération Départementale des Chasseurs du Territoire de Belfort et la Fédération Départementale de Pêche du Territoire de Belfort poursuivent leur collaboration et organisent **1 matinée de nettoyage des forêts, des cours d'eau et plus généralement de l'environnement**.

La commune s'associe à leur démarche et invite les personnes volontaires à venir participer.

Cette opération se déroulera le **samedi 15 mars 2025 à Bessoncourt**. Rendez-vous **devant l'ancienne école à 8 h 30**, gants, gilets et sacs poubelle vous seront fournis.



DU COTÉ DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ DE LA COMMUNE

Ouverture d'un cabinet d'ophtalmologue le 17 mars 2025 route du Stratégique à Bessoncourt (derrière Auchan) - Prise de RV sur DOCTOLIB dès aujourd'hui ou par téléphone à partir du 17 mars 2025 au 03.39.79.02.24

INFORMATIONS EXPRESS

DU COTÉ DU CABINET MÉDICAL



**Forum
prévention santé**

Mardi 18 février 2025
de 10h à 12h et de 14h à 16h

Centre de Santé Médical
1 rue des Glycines

Mairie de Bessoncourt
19 Rue des Magnolias

Illustrations: pilule, cœur avec ECG, seringues, pilules, boîte de médicaments.



Au programme :

Rétinopathie diabétique

Uniquement pour les patients diabétiques n'ayant pas réalisé d'examen de rétine depuis plus de 2 ans

Dépistage diabétique

Prévention du cancer du sein

Vaccination

Addictologie

Service prévention de la CPAM

Prévention du cancer de la peau *Après-midi uniquement*

Dépistage du cancer colorectal *Après-midi uniquement*

Gratuit & Sans inscription

Pensez à prendre votre carnet de santé !



DU COTÉ DES ASSOCIATIONS



PROGRAMME 2025

Association du Fort de Bessoncourt



- Chasse aux œufs 21 avril 2025
- Marché de Printemps 18 mai 2025
- Journées Européennes du Patrimoine 20 et 21 septembre 2025
- Convention internationale de la Fortification 4 et 5 octobre 2025
- Marché d'automne 12 octobre 2025
- Soirées Halloween 31 octobre et 1^{er} novembre 2025
- Marché de Noël 30 novembre 2025

• Visites guidées : tous les dimanches de mai à septembre 2025 à 15h •



SAMEDI
08 MARS 2025

BABY BOURSE
VÊTEMENTS 0-14 ANS PUERICULTURE

BESSONCOURT

Salle de la Mairie / 9h - 13h (face l'église)

Tarif exposant : 5€ (payable à l'inscription)
Renseignements/inscriptions :
TEL 06 64 21 36 20
www.aba90.e-monsite.com



Le BRCL vous invite à leur LOTO
Samedi 15 mars 2025

à la Nouvelle Salle des Fêtes de BESSONCOURT

16 parties - 20 € la planche de 6 cartons- 25 € les 2 planches de 6 cartons- 1 carton offert si réservation- Moins de 15 ans : 5€ les 2 cartons.

Ouverture des portes : 19h- Début du jeu : 20 h

Nombreux bons d'achat, dont 1 de 300 €

Nombreux lots : tablettes, montre connectée, places Europa Park...

Réservation au 06.68.07.61.59

Buvette, Sandwich, Gâteaux



NOUVEAUTÉ A BESSONCOURT



La fatigue vous suit partout ?

Vous avez mal au dos ?

Le stress vous épuise ?

Vous souffrez de douleurs articulaires ?

Vous êtes à bout de souffle après avoir monté les escaliers ?

ENEZ DECOUVRIR LES COURS COLLECTIFS DE FITNESS ET MOBILITE

A BESSONCOURT 1A rue des Magnolias (petite salle de la SALLE DES FETES)

LES LUNDIS ET MERCREDIS DE 18H30 A 19H45 à partir du 3 mars 2025

Les cours sont adaptés à toutes et à tous

Adhésion à l'Association FITNESS et MOBILITES. Tarif 70 € pour la saison 2024/2025

Pour tous renseignements : fitnessetmobilite@gmail.com

COTÉ SÉNIORS Pensez à vous inscrire.

Comment participer ?

Les ateliers sont ouverts à toutes les personnes de + de 60 ans du Territoire de Belfort.
Covoiturage possible et recommandé.

Inscription obligatoire au 03 84 98 17 80 ou
com90@domicile90.org

Amaelles accompagne les personnes en **perte d'autonomie** (liée à l'âge, à la maladie, à un accident...) et les familles afin de répondre à leurs besoins du quotidien. Nous intervenons sur l'ensemble des 101 communes du Territoire de Belfort.

Nous proposons également des services complémentaires qui s'inscrivent dans une démarche de **prévention des risques** liés à l'âge :

- **e-Nutriv**, pour prévenir la dénutrition
- **La Parlote**, pour travailler sur la mémoire autour des souvenirs d'enfance
- **Alors on danse**, pour partager le plaisir de la danse
- **Accompagnement au numérique**, individuel et gratuit.



Une initiative de



avec le soutien financier de



Plus d'infos sur le collectif Amaelles

amaelles.org

Centre Atria
1 avenue de l'Espérance
90000 BELFORT

03 84 28 08 80
contact@domicile90.org

Retrouvez-nous également sur



Amaelles

Le Printemps
de la
Prévention
2025

Ateliers pour seniors
du 25/03 au 12/06/2025

Inscrivez-vous
03 84 98 17 80

créons
ensemble
des jours
heureux.

Programme



Ateliers gratuits

25/03 14h30-16h30

NOUVEAU

CHUTES | *Gardez l'équilibre*

animé par Amaelles

Par le biais d'un jeu, apprenez à maintenir un bon équilibre et à cerner l'origine des chutes. Chacun de vous sera encouragé à adopter des comportements préventifs, connaître les facteurs ayant une influence sur l'équilibre à maintenir pour réduire les risques de chutes et leurs conséquences.

LIEU SEVENANS - Salle « La Folichotte »
en partenariat avec la mairie



17/04 & 22/05

NOUVEAU

EXPRESSION | *Improvissez !* 14h30-16h00

animé par Virginie HENRY, sophrologue

Exercices d'improvisation pour faciliter l'expression avec un travail sur le corps, la voix, la mémoire, la connaissance de soi / aux autres et la relaxation. Vous choisirez un texte à travailler chez vous et à interpréter devant le groupe lors de la seconde séance.

LIEU VALDOIE - Centre Jean Moulin
(Place Jean Moulin)
en partenariat avec la mairie



01/04 14h30-16h30

ECOGESTES

Fabriquez vos produits ménagers !

animé par Amaelles

Les écogestes, c'est bon pour la planète, pour votre porte-monnaie, mais surtout pour votre santé ! Venez les découvrir et apprenez à fabriquer vous-même des produits ménagers écologiques. Apportez un petit saladier et 2 flacons vides (dont 1 spray) ainsi qu'un verre mesureur. Facile, rapide et économique, vous ne pourrez plus vous en passer !

LIEU MORVILLARS - Mairie, Salle du conseil
(3 Place du marché)
en partenariat avec la mairie



05/05 14h30-16h00

NOUVEAU

CHARGE MENTALE

Libérez-vous l'esprit pour mieux vivre

animé par Crescence GAUD, psychologue

Lors d'étapes charnières telles que le passage à la retraite, le décès d'un conjoint, l'entrée dans la maladie ou de tensions familiales, vous pouvez avoir des difficultés à gérer votre charge mentale. Avec une psychologue, vous découvrirez les clés pour vous en libérer ou mieux la gérer pour trouver plus de sérénité.

LIEU ÉLOIE - Maison du Temps Libre
(11 Grande rue)
en partenariat avec la mairie

