

**GUIDE PRATIQUE**  
**2 0 2 5 - 2 0 2 6**



Être

# Senior

à Audincourt

**PRÉPARER SA RETRAITE**

**VIVRE À AUDINCOURT**

**VIVRE CHEZ SOI**

**PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ**

**ÊTRE ACCOMPAGNÉ, PROTÉGÉ ET AIDÉ**

**LES NUMÉROS UTILES**



# SOMMAIRE

---

**2** PRÉPARER SA RETRAITE

**5** VIVRE À AUDINCOURT

**24** VIVRE CHEZ SOI

**32** PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ

**34** ÊTRE ACCOMPAGNÉ,  
PROTÉGÉ ET AIDÉ





# EDITO

---

La solidarité est au cœur de notre action. Accompagner les seniors, aider les personnes fragiles, lutter contre les exclusions ou l'isolement social, mener des actions de prévention... Telles sont les missions que nous menons au quotidien, au service des Audincourtoises et Audincourtois.

Quels que soient son âge, son milieu social ou son parcours, chacun peut avoir besoin des services du CCAS. Ce jour-là, nous serons simplement présents à vos côtés. Dans ce livret, vous retrouverez toutes les informations utiles pour connaître les services, vos droits ou encore faire vos démarches.

Nous remercions les agents du CCAS, de la ville, les bénévoles, les associations qui sont pleinement mobilisés pour faire d'Audincourt une ville solidaire et inclusive.

**Isabelle Gunbek**  
*Vice Présidente du CCAS*

**Martial BOURQUIN**  
*Maire d'Audincourt*



# PRÉPARER SA RETRAITE

---

Retracer sa vie professionnelle  
Les caisses de retraite  
Comment percevoir une pension de réversion

# PRÉPARER SA RETRAITE

## Retracer sa vie professionnelle

À partir de 35 ans, vous recevez tous les 5 ans votre relevé de situation individuel. Ce relevé vous est adressé par l'un des organismes dont vous dépendez ou avez dépendu en dernier lieu. Il reprend tous les droits acquis dans tous vos régimes de retraite obligatoires de base et complémentaires.

### Pour en savoir plus

Pour tout renseignement concernant les retraites, pour consulter votre relevé de situation individuel en ligne

**[www.info-retraite.fr](http://www.info-retraite.fr)**

## Les caisses de retraite

Elles vous accompagnent dans les démarches administratives lors de votre départ à la retraite. Elles peuvent également financer, selon certains critères et généralement conditions de ressources, des prestations d'action sociale.

Elles diffèrent selon votre statut (salarié, fonctionnaire, commerçant, profession libérale, agriculteurs...). Vous avez cotisé à une caisse de retraite de base et à une caisse de retraite complémentaire. Ces cotisations sont obligatoires et vous donnent droit à des pensions de retraite. La caisse de retraite de base dont vous relevez dépend de votre ancienne activité.

## Les adresses

### CARSAT Bourgogne & Franche-Comté

46 rue Elsa Triolet  
21000 DIJON

Tél : 39 60

[www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr)

### MSA Franche-Comté

13 avenue Elisée  
Cusenier  
25090 BESANCON  
Cedex 9

Tél : 03 84 35 25 25  
[contact@franchecomte.msa.fr](mailto:contact@franchecomte.msa.fr)

### SSI Sécurité Sociale des Indépendants

CPAM Pays de Montbéliard  
3 avenue Léon Blum  
25200 MONTBELIARD

Tél : 36 46

La retraite complémentaire des salariés est gérée par l'Agirc-Arrco. Pour demander votre retraite complémentaire vous devez déposer un dossier auprès de l'Agirc-Arrco de votre dernier employeur sur le site **[www.agirc-arrco.fr](http://www.agirc-arrco.fr)** (Possibilité de faire les démarches en ligne)

## CICAS

### Centre d'Information de Conseil et d'Accueil des Salariés

11 A rue Alexis Chopard  
25000 BESANCON

Tél : 09 70 66 06 60  
Tél : 0 820 200 189

## La pension de réversion

Au décès de votre époux.se ou ex-époux.se, vous pouvez percevoir une pension de réversion. Elle correspond à une partie de la retraite dont bénéficiait l'assuré décédé. Elle est versée si certaines conditions sont remplies à l'époux.se ou ex-époux.se survivant. Pour cela, vous devez adresser le formulaire de demande de retraite de réversion à la caisse de retraite du.de la défunt.e.

Le.la conjoint.e peut également prétendre à une pension de réversion calculée à partir de la retraite complémentaire du.de la défunt.e selon certaines conditions.

**Pour en savoir + :** se renseigner auprès de la CARSAT.



# VIVRE À AUDINCOURT

---

Se loger,  
Activités et loisirs  
La culture



# VIVRE À AUDINCOURT

## SE LOGER

À la recherche d'un logement ? Vous pouvez vous adresser aux agences immobilières audincourtoises ou déposer un dossier auprès des bailleurs sociaux présents sur Audincourt. Les dossiers sont à retirer auprès des organismes ou en mairie service urbanisme. (Possibilité de faire les démarches en ligne)

### Les organismes logeurs

#### NEOLIA

34 rue de la combe aux biches 25200 Montbéliard

03 81 99 16 16

[www.neolia.fr](http://www.neolia.fr)

#### HABITAT 25

6 bis du petit Chênois BP 232 25200 Montbéliard Cedex

0810 11 96 32

[www.habitat25.fr](http://www.habitat25.fr)

#### IDEHA

53 avenue Chabaud-Latour 25 202 Montbéliard cedex

03 81 99 27 10

[contact@ideha.fr](mailto:contact@ideha.fr)

### Pour connaître les quartiers concernés

[www.audincourt.fr/cadre de vie/logement/les organismes logeurs](http://www.audincourt.fr/cadre-de-vie/logement/les-organismes-logeurs)

## La Villagénération

Ce micro quartier composé de maisons est adapté aux seniors aux revenus modestes. C'est une solution intermédiaire entre le domicile et l'EHPAD. Implanté rue Simone Veil (vers l'ancienne piscine), il se compose de 20 logements (T2 et T3) indépendants et d'une salle commune où les locataires peuvent se retrouver pour échanger et participer aux animations proposées par l'hôtesse. Celle-ci est présente du lundi au vendredi pour assurer une veille sociale et faciliter le quotidien des locataires.



### Renseignements

#### Néolia

74 avenue du 8 mai  
25400 Audincourt  
03 81 99 19 00

Préparer  
sa retraite

Vivre à  
Audincourt

Vivre chez soi

Prendre soin  
de sa santé

Être  
accompagné

Notes

## EHPAD • Résidence du Parc



Equipé de 115 chambres et une Unité Alzheimer.

Vous y retrouvez un salon de thé, pressing, salon culturel, un restaurant pour résidents et familles. L'accent

a également été mis sur le physique avec un poste d'esthéticienne et un espace « Snoëzelen » pour la stimulation des sens.

### Renseignements

03 81 37 74 74

secretariat@mr-laresidenceduparc.fr

[www.audincourt.fr/cadre-de-vie/residence-du-parc](http://www.audincourt.fr/cadre-de-vie/residence-du-parc)

## Trouver une maison de retraite

**ViaTrajectoire** est un portail d'orientation. Il vous aide à trouver une maison de retraite qui correspond à vos critères. Vous pouvez également faire votre demande en ligne, transmettre votre dossier à votre médecin et suivre l'avancement de votre dossier. Le site ViaTrajectoire propose à toute personne qui cherche une place en maison de retraite :

- Un annuaire national des maisons de retraite
- Une aide à la recherche des établissements répondant aux critères
- Le formulaire unique national de demande d'admission
- La transmission sécurisée des données médicales

# SE DÉPLACER

## Evoluty

À partir de 60 ans vous pouvez bénéficier de tarifs réduits sur les pass et abonnements :

- **10 pass Voyages Seniors** valables chacun pour un trajet sur l'ensemble des lignes du réseau Evoluty durant 1 heure à compter de leur validation **5.50€**

- **Abonnement mensuel seniors** pour circuler en illimité sur l'ensemble du réseau Evoluty. (Valable du 1<sup>er</sup> au dernier jour du mois) acheté

**18€**

- **Frais de création de carte** **5€**



### Où acheter ? où recharger ?

#### Agence commerciale d'Audincourt

2 rue Duvernoy

03 81 35 03 64

[www.evoluty.fr](http://www.evoluty.fr)



Préparer  
sa retraite

Vivre à  
Audincourt

Vivre chez soi

Prendre soin  
de sa santé

Être  
accompagné

Notes

## Carte Mobilité Inclusion (CMI)

La CMI a pour but de faciliter la vie quotidienne et les déplacements des personnes en situation de handicap et en perte d'autonomie. Elle est accordée sous conditions et permet de bénéficier de certains droits notamment dans les transports. Il existe 3 mentions principales pour la CMI :

- **CMI invalidité** : elle donne le droit de demander une place assise dans les transports en commun et les salles d'attente, de passer en priorité dans une file d'attente d'un magasin ou d'un établissement public. Elle permet également de bénéficier de certains avantages fiscaux (réductions SNCF, RATP, Air France sous conditions, une demi-part supplémentaire accordée lors de la déclaration de revenus).



- **CMI priorité** : elle donne le droit de demander une place assise dans les transports en commun et les salles d'attente et le droit de passer en priorité dans une file d'attente d'un magasin ou d'un lieu public.

- **CMI stationnement** : elle donne le droit à son titulaire ou la personne qui l'accompagne de stationner gratuitement et sans limite de durée sur toutes les places de stationnement public.

### Pour en faire la demande

#### Maison Départementale pour Personnes Handicapés (MDPH)

13-15 rue de la Préfecture 25043 Besançon  
03 81 25 90 00

Mail : [contact@mdph.doubs.fr](mailto:contact@mdph.doubs.fr)  
[www.mdph.doubs.fr](http://www.mdph.doubs.fr)

Ou retirer un dossier au CCAS Audincourt

## Sortir Plus

Vous rencontrez des difficultés pour vous déplacer ? Vos proches ne sont pas toujours disponibles ?



La caisse de retraite AGIRC ARRCO vous offre la possibilité de vous faire accompagner à pied ou en voiture grâce au dispositif "Sortir Plus". Une somme forfaitaire vous est versée chaque année, lorsque vous en faites la demande, en prévision de sorties (courses, coiffeur, visite à des amis,...). N'hésitez pas à contacter votre téléconseiller qui se chargera de vous trouver un accompagnateur de confiance.

**Le coût de ce service est intégralement pris en charge par votre caisse de retraite complémentaire AGIRC ARRCO quel que soit le niveau de vos ressources.**

### Pour tout renseignement

Par téléphone au 0 971 090 971  
[www.services75ans.agirc-arrco.fr](http://www.services75ans.agirc-arrco.fr)

## ACTIVITÉS & LOISIRS

Envie de sortir et de bouger ? Retrouver la liste des associations sportives et non sportives audincourtoises sur le site de la ville d'Audincourt : [www.audincourt.fr](http://www.audincourt.fr)

Préparer  
sa retraite

Vivre à  
Audincourt

Vivre chez soi

Prendre soin  
de sa santé

Être  
accompagné

Notes



## Les animations du CCAS

Tout au long de l'année le CCAS vous propose des activités afin que vous passiez d'agréables moments de convivialité :

### LES REPAS DANSANTS

De février à novembre, 6 à 7 repas dansants, avec parfois des thématiques, sont organisés au foyer municipal. Les inscriptions se font au CCAS 15 jours avant. Vous pouvez retrouver les dates dans l'Audinfo et le site de la ville. Tarif : 30 €

### LE GOÛTER DES FORAINS

À l'occasion de la fête foraine d'Audincourt, la ville d'Audincourt, le CCAS et le Comité des Forains vous convient à un grand goûter dansant en présence de la reine des forains.

### LE VOYAGE D'UNE SEMAINE

Il a lieu au mois de juin. Les inscriptions débutent au mois de janvier.  
Places limitées

### LES ATELIERS SPORTIFS

Adaptés aux seniors et mis en place au mois de juin et juillet, vous pourrez pratiquer le yoga, le smovey, la marche.

**LE REPAS DE NOËL DES SENIORS** : chaque année la ville d'Audincourt offre aux personnes de plus de 65 ans le traditionnel repas de Noël à la salle de la Filature.

Le CCAS et la ville d'Audincourt vous proposent également le colis de Noël si vous avez plus de 70 ans. L'inscription se fait au CCAS au mois de septembre.

Pour tout renseignement sur les activités mises en place par le CCAS, vous pouvez contacter le **03 81 30 69 76**.

## Le centre social Escapade

Différents ateliers sont organisés entre les familles du centre et les seniors pour des rencontres intergénérationnelles.



### LUNDI ANTI-GASPI

Une fois par mois le lundi, l'occasion d'apprendre des trucs et astuces et de partager petits conseils et grands gestes économes.

### LE CAFÉ PART'ÂGE

Une fois tous les deux mois, partagez un moment intergénérationnel pour et avec les habitants, où nous discutons du quotidien, des projets à venir et des envies de chacun(e).



### BAR À SALADE

Tous les mardis, de 12h à 14h, au Centre Social Renée Lods aux Forges. 10€/ personne (entrée, plat dessert).

Sur inscription une semaine avant au 03.81.35.03.64 ou par mail [contact@centresocialescapade.fr](mailto:contact@centresocialescapade.fr)

### MARCHÉS CONVIVIALES

Pendant 2 heures le vendredi après-midi de 14h à 16h.



## JEUX DE SOCIÉTÉ

Partagez un moment de plaisir et de convivialité autour de jeux de société tous les vendredis matins, au Centre Social Renée Lods, aux forges.

## GYM DOUCE :

À partir de 60 ans, chaque vendredi de 9h à 10h, travaillez votre souplesse, votre équilibre et votre bien-être en douceur. Une activité adaptée pour préserver votre mobilité et soulager les tensions. Animé par Siel Bleu.

**GYM RENFORCEMENT MUSCULAIRE :** le mercredi de 9h30 à 10h30, entretenez votre force, votre posture et votre tonicité avec des exercices adaptés. Une activité idéale pour rester en forme et prévenir la perte musculaire.

## LOTO

1 fois par trimestre, de 14h30 à 16h30. Vous avez 65 ans et plus, habitez à Audincourt et vous vous sentez isolés ? Venez participer au loto organisé avec le Relais Amical Malakoff, en partenariat avec le CCAS. **Inscription obligatoire.**

### Informations

**Tarif :** adhésion au centre Escapade 5€ + 5€/session

#### Pour tout renseignement :

2 rue Aimé Césaire 25400 Audincourt

Tél : 03 81 35 03 64

contact@centresocialescapade.fr

Envie de rencontrer du monde, de vous défouler ? Des activités physiques adaptées, à petit prix, sont proposées tout au long de l'année aux séniors.

## GYM DOUCE

18 séances de 1h tous les jeudis de 15h15 à 16h15

*Sans interruption pendant les vacances scolaires (Hors vacances de Noël)*

## MAINTIEN EN FORME

10 séances de 45 minutes tous les lundis de 14h45 à 15h30

TARIF UNIQUE 5€/session

## RENFORCEMENT MUSCULAIRE DOUX

TARIF UNIQUE 5€/5ession

## CROSS SÉNIOR

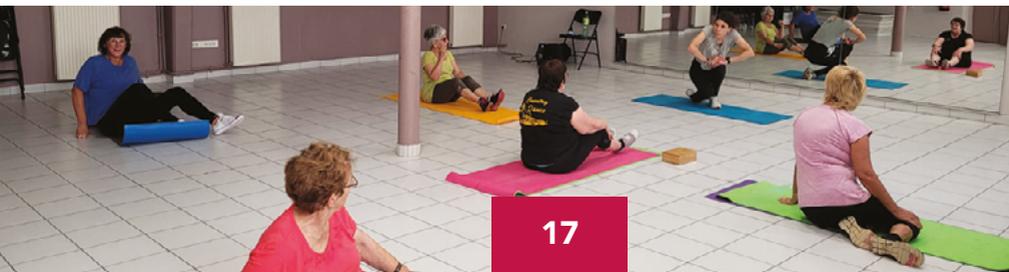
10 séances de 45 minutes tous les lundis de 14h45 à 15h30

TARIF UNIQUE 5€/5ession

## SEMAINE BLEUE DU 30 SEPTEMBRE AU 6 OCTOBRE

Activités gratuites dans la MJC et dans toute la ville d'Audincourt.

Un animateur intergénérationnel est à votre écoute au cœur de la MJC. Venez échanger vos envies et construire vos projets. Rendez-vous les mardis de 14h à 16h lors d'ateliers thématiques construits avec vous.



## Les clubs

### Les Croq-Raves

Cette association propose différentes activités aux personnes âgées pour favoriser leur bien-être et le lien social. Les croq raves se rejoignent le mardi après midi.

#### Contact

**Claudette COURQUET**

06 75 57 68 05

### Les Amis du jeudi

Chaque jeudi après midi à la salle des Croq Raves, le club des seniors se réunit pour rompre l'isolement social, partager un moment convivial autour d'un goûter, une partie de cartes entre amis, etc.

#### Contact

**Annette RUEZ**

07 44 79 93 25

## Horaires d'ouverture

Mardi, jeudi et  
vendredi  
de 14h à 18h

Mercredi  
de 9h à 12h et de 14h  
à 18h

Samedi  
de 9h à 16h

Fermeture  
le lundi et dimanche

## La médiathèque Janusz Korczak

La médiathèque vous accueille du lundi au samedi. L'inscription est gratuite. Vous pouvez emprunter 15 livres et 4 magazines.

#### Renseignements

Par téléphone au 03 81 36 37 58  
Mail : [bibliotheque@audincourt.fr](mailto:bibliotheque@audincourt.fr)  
8 rue du puits 25400 Audincourt



## L'espace Gandhi

Ce lieu accueille des expositions, des séminaires, des conférences.

Retrouvez toutes les informations dans l'Audinfo.



Préparer  
sa retraite

## Le cinéma Mégarama



Situé au 12 bd Moïse Foglia 25400 Audincourt, Il propose aux personnes de **+ de 60 ans un tarif réduit à 8.70€** (tarif plein à 10.90€)

### Renseignements

Par téléphone au 03 81 71 02 00  
[audincourt.megarama.fr](http://audincourt.megarama.fr)

Vivre à  
Audincourt

## Les marchés et brocantes

### Le marché couvert

Venez retrouver les producteurs locaux

**Le mercredi**  
de 8h à 12h

**Le vendredi**  
de 8h à 19h

**Le samedi**  
de 8h à 14h

**Le dimanche**  
de 8h à 14h



### Le marché hebdomadaire

Tous les samedis matin de 8h à 14h au centre-ville, place du Marché.

**Le stationnement est gratuit le samedi à Audincourt.**

### Les brocantes du dimanche matin

1 fois par mois, la place du Marché accueille une brocante.

Vivre chez soi

Prendre soin  
de sa santé

Être  
accompagné

Notes

## Le bénévolat

Envie de vous investir dans votre ville ou d'apporter votre aide ? La ville d'Audincourt accueille un grand nombre d'associations (Secours populaire, Restos du cœur, Secours catholique, Entraide Protestante, Les Petits frères des Pauvres,...).

Vous pouvez retrouver la liste des associations et leurs coordonnées sur [www.audincourt.fr](http://www.audincourt.fr)

## Conseils de quartier

Vous avez aussi la possibilité de faire partie des conseils de quartier. Ils ont pour objectif l'amélioration du cadre de vie, l'animation, la valorisation et la promotion des quartiers. La ville compte 4 conseils de quartier : Centre-Cantons/Champs-Montants/Pont de Gland/Forges-Montanot.

## Renseignements

### Ville d'Audincourt

Par téléphone au 03 81 36 37 38

[www.audincourt.fr](http://www.audincourt.fr) vie municipale/conseils de quartier

## CCAS

Vous pouvez également être bénévole au CCAS et vous investir dans les différentes actions proposées tel que le service lors des repas, la distribution des colis de Noël, la décoration pour le repas de Noël...



## UnisCité Solidarité Seniors

L'association UnisCité Solidarité Seniors propose aux plus de 60 ans de rencontrer et de partager des moments conviviaux avec des jeunes faisant leur service civique.

Ils peuvent venir à votre domicile, jouer avec vous aux jeux de société, faire des promenades...



Préparer sa retraite

Vivre à Audincourt

**Renseignements**  
**Romain AJOUX**  
07 69 08 85 96

Vivre chez soi

## Les Petits Frères des Pauvres

L'association des Petits Frères des Pauvres de Bourgogne Franche-Comté œuvre auprès des personnes les plus démunies dans le but de lutter contre l'isolement et la solitude des personnes âgées.

Vous ressentez le besoin d'une visite de courtoisie, vous souhaitez participer à des activités collectives ou individuelles ? N'hésitez pas à les contacter.

**Renseignements**  
**Adrien VARENGUE**  
07 84 90 32 71

Prendre soin de sa santé

Être accompagné

Notes



# LA CULTURE

## La Maison du Patrimoine

Grâce au travail de **l'Association Pour la Mémoire des Forges d'Audincourt (AMFA)**, le quartier des Forges revit son histoire à travers une exposition permanente à la Maison du Patrimoine, inaugurée en 2007. Sur 200 m<sup>2</sup>, une centaine d'affiches et de photos, dont la plus ancienne date de 1881, retracent la vie des forgerons, au travail comme au quotidien.



Des éléments marquants, tels que la fresque d'**Aimé Bessot** illustrant le processus de fabrication et son adaptation en BD par **Maxime Perroz**, rendent l'histoire accessible à tous.

Maquettes du quartier du Patouillet, outils, objets du quotidien et archives complètent ce témoignage vivant du passé industriel d'Audincourt.

### Adresse

7 rue de Champagne 25400 AUDINCOURT  
à côté de l'Église de l'Immaculée Conception

# Donation Patt – Centre d'Art d'Audincourt

DONATION  
**PATT**  
Centre d'art  
d'Audincourt

Préparer  
sa retraite

Vivre à  
Audincourt

Vivre chez soi

Prendre soin  
de sa santé

Être  
accompagné

Notes

## Informations pratiques

### Adresse :

Château Peugeot – 2  
rue du Puits 25400  
AUDINCOURT

### Horaires d'ouverture :

Vendredi : de 15h à 18h  
Samedi : de 15h à 18h  
Dimanche : de 14h à  
18h

### Tarif :

3€ – gratuit pour les  
moins de 18 ans  
Accessible aux  
personnes à mobilité  
réduite

### Téléphone :

03 81 36 37 47  
(uniquement aux  
horaires d'ouverture)



Le château Peugeot, édifié en 1882 et acquis par la ville en 1989, devient en 1998 le Centre régional d'Éveil aux Arts plastiques et à la Bande dessinée.

Il prend une nouvelle dimension grâce à la donation **Andrée et Gérard Patt**. Entièrement réhabilité, il allie patrimoine et modernité pour accueillir plus de 150 œuvres (peintures et sculptures) sur 12 salles et 568 m<sup>2</sup>. La collection mêle artistes de renom et talents émergents, offrant ainsi un large panorama de l'art contemporain. On y retrouvera notamment des œuvres de **Robert Combas, Hervé Di Rosa, Salvador Dalí, Lucio Fontana, Jean Messagier...**

## Le Ph'arts Maison de la photographie



Cette ancienne librairie, propriété de la ville d'Audincourt, a été entièrement rénovée pour devenir **Le Ph'Arts**, un lieu d'exception dédié à la culture photographique. Situé en plein centre, à deux pas de la place du marché et de son parking gratuit de 400 places, il accueille ses expositions dans une galerie lumineuse de 100 m<sup>2</sup>, dotée de 5 vitrines offrant une visibilité permanente aux œuvres présentées.



Chaque mois, l'association **Mode Ouverture** invite un artiste, émergent ou confirmé, à exposer ses images à la Maison de la Photographie. La programmation mise en avant des démarches artistiques innovantes, offrant aux visiteurs un large panorama de la création contemporaine.

La diversité des thématiques et techniques exposées, les scénographies soignées, offrent aux visiteurs une large palette de la création photographique actuelle.

### Adresse

8 rue de Seloncourt  
25400 AUDINCOURT

## Le Tiers Lieu le 5

Le 5, le tiers-lieu culturel, a ouvert au 5 rue Pasteur. Porté par l'Association les Enracinés, ce lieu chaleureux et intergénérationnel propose concerts, débats, ateliers et moments de partage dans une ambiance conviviale.



Les Enracinés ont pour objectif principal de promouvoir la culture au sein de la ville d'Audincourt.

L'association est ouverte à tous ceux qui souhaitent s'impliquer dans la vie culturelle locale et propose une adhésion annuelle à 5 €, donnant droit à une boisson gratuite et à des événements accessibles pour un tarif maximum de 10 € .

Préparer  
sa retraite

Vivre à  
Audincourt

Vivre chez soi

Prendre soin  
de sa santé

Être  
accompagné

Notes



# VIVRE CHEZ SOI

---

L'aide à domicile  
La téléassistance  
La Poste  
La bibliothèque à domicile  
Le relais Malakoff

La restauration  
Le portage des repas  
Les petits travaux  
L'aménagement du logement  
S'équiper en matériel médical



## VIVRE CHEZ SOI

### AIDE À DOMICILE

#### SOLI-CITES AIDES / Fondation Arc-En-Ciel

Association d'aide à domicile, elle s'adresse à toute personne qui se trouve dans l'incapacité d'accomplir certaines tâches de la vie quotidienne (aide au lever et au coucher, soins d'hygiène, prise de repas, entretien de la maison, entretien du linge, courses, conduite aux rendez-vous, aide dans les démarches administratives...).

Soli-Cités Aides propose également la téléassistance et des boîtes à clefs.

#### Coordonnées

##### **Soli-cités Aides / Fondation Arc-En-Ciel**

11 rue de Belfort 25400 Audincourt

Tél : 03 81 31 81 31

[www.fondation-arcenciel.fr](http://www.fondation-arcenciel.fr)

### VIA'DOM

Service d'aide et d'accompagnement aux personnes âgées de plus de 60 ans, aux malades et aux personnes en situation de handicap. Le personnel réalise des actes de la vie quotidienne (aide au lever et coucher, habillage et déshabillage, aide à la toilette et aux changes, entretien du logement et du linge, préparation et aide à la prise des repas...)

#### Coordonnées

##### **VIA'DOM**

1 rue centrale 25200 Montbéliard

Tél : 03 81 97 33 77

[www.aide-domicile-apasad.fr](http://www.aide-domicile-apasad.fr)

## Femmes Actives du Pays de Montbéliard

Basée à Montbéliard, cette association facilite l'accès au travail des femmes en difficultés d'insertion. Les missions principales réalisées sont l'entretien du cadre de vie, le ménage, le repassage, la préparation des repas, les petites courses. Cette structure agréée permet aux personnes qui la sollicite la déduction d'impôts.

### Permanence à Audincourt

Le 1er vendredi de chaque mois de 9h à 12h  
à l'espace associatif situé à côté de la mairie, bureau n°4,  
**sur RDV au 03 81 90 05 83**

## Associations d'aide pour le maintien à domicile



### SOLI-CITES AIDES

11 rue de Belfort  
25400 AUDINCOURT

16 rue des Alouettes  
25200 MONTBELIARD

03.81.31.81.31

### Senior Compagnie

11 B rue Villedieu 25700  
VALENTIGNEY  
03.81.61.71.17  
06.23.47.03.66

### O2

22 rue du Général Leclerc 25200  
MONTBELIARD  
02.43.72.02.02

### MA100T

8 rue de Belfort  
25400 AUDINCOURT  
*Et sur Exincourt,  
Hérimoncourt,  
Valentigney, Seloncourt*  
03.81.34.38.12

### AZAE

Quasar1 – 16 rue  
Frédéric Japy 25200  
MONTBELIARD  
03.81.94.68.32

### Âge d'Or Services

4 rue Armand Bloch  
25200 MONTBELIARD  
03.81.94.09.25

Préparer  
sa retraite

Vivre à  
Audincourt

Vivre chez soi

Prendre soin  
de sa santé

Être  
accompagné

Notes

## VIA'DOM

1 rue Centrale 25200  
MONTBELIARD  
03.81.97.33.77  
02.43.72.02.02

## VOUS FAIRE SOURIRE ENCORE

3 rue Derrière l'Église 25113  
SAINTE MARIE  
03.81.97.39.84

## Les chèques CESU

Vous souhaitez employer un salarié à domicile ? Le CESU (Chèque Emploi Service Universel) vous permet d'effectuer vos déclarations sociales et de rémunérer votre employé. Il peut être utilisé pour l'entretien de la maison, l'assistance aux personnes âgées ou fragiles, les petits travaux de jardinage et de bricolage. Il existe 2 types de CESU :

- **Le CESU déclaratif** : c'est un mode de déclaration permettant aux particuliers employeurs de simplifier leurs démarches lorsqu'ils ont un salarié à domicile.
- **Le CESU préfinancé** : c'est un moyen de paiement pour les particuliers qui souhaitent recourir aux services à la personne. Vous pouvez l'obtenir auprès des organismes qui vous versent des prestations sociales (caisse de retraite, CAF, caisse d'assurance maladie, mutuelle...). Il permet également d'obtenir un crédit d'impôts à hauteur de 50% des sommes versées.

**Plus de renseignements sur [www.cesu.urssaf.fr](http://www.cesu.urssaf.fr)**



## TÉLÉASSISTANCE

Elle vous permet de rester à votre domicile en toute sécurité. Un problème médical, un malaise, une chute, il suffit d'appuyer sur le bouton du bracelet ou du médaillon. Un opérateur vous répond 24h/24 7j/7 et contacte un proche ou les services d'urgence selon la situation.

**Renseignements au CCAS 03 81 30 69 76**

Préparer  
sa retraite

Vivre à  
Audincourt

Vivre chez soi

Prendre soin  
de sa santé

Être  
accompagné

Notes

## LA POSTE

Elle propose un service senior avec des visites régulières du facteur afin de maintenir le lien social et de rompre l'isolement.



Pour de plus amples renseignements sur les actions de la Poste Service à la personne : **laposte.fr/services-seniors**

## BIBLIOTHÈQUE À DOMICILE

Si vous ne pouvez pas vous déplacer, la bibliothèque vient à vous. Une fois par mois, un agent du CCAS et un agent de la Bibliothèque se rendent à votre domicile pour vous déposer des livres. **Inscriptions au CCAS 03 81 30 69 76**

## RELAIS AMICAL MALAKOFF

Le Relais Amical Franc-Comtois, parrainé par le groupe Malakoff Humanis, est l'une des 41 associations réparties sur le territoire français. Initialement composé de retraités des institutions Malakoff Humanis, il est aujourd'hui ouvert à tous et intervient dans différentes actions de bénévolat social.

Il intervient notamment dans les domaines tel que :

- l'aide aux personnes âgées avec accompagnement individuel à domicile en fonction de leurs besoins
- l'aide à l'assistance informatique pour les adhérents
- des « Ateliers d'entretien et de stimulation » de la mémoire, qui doivent permettre de donner aux adhérents « les clés du bien vieillir » par une démarche de santé
- et pour la convivialité, ne sont pas oubliées les activités de culture et de loisirs pour les adhérents, avec visites de sites patrimoniaux, de musées, d'exposition, d'entreprises. Mais aussi des sorties à thèmes, des rencontres conviviales et des randonnées pédestres...

**Renseignements au 06 85 76 02 20.**

# LA RESTAURATION

## LE PORTAGE DES REPAS.

Ce service est proposé par le CCAS. Livraison du lundi au vendredi (les repas du samedi et du dimanche sont livrés les jeudis et vendredis). Vous avez libre choix de la fréquence de livraison.

**Renseignement au CCAS : 03 81 30 69 76**



Préparer  
sa retraite

Vivre à  
Audincourt

Vivre chez soi

Prendre soin  
de sa santé

Être  
accompagné

Notes

## LE RESTAURANT SOLIDAIRE

Pour les petits budgets, pour rencontrer des personnes de milieux différents et créer du lien social, À la Table des Saveurs vous propose des repas les vendredis midi...

### Coordonnées

#### À la Table des Saveurs

Salle des Croq'Raves

06 58 05 05 89

Rue de la mairie 25400 AUDINCOURT

alatabledessaveurs@gmail.com

## LES PETITS TRAVAUX

Des petits travaux intérieurs et extérieurs à réaliser chez vous ? Vous pouvez faire appel à l'association Défi. Elle propose un large choix de prestations telles que la tonte de la pelouse, le ramassage des feuilles, la taille des végétaux, le montage de meubles, la peinture. Elle a pour but de permettre à des personnes sans emploi de bénéficier de contrats de travail en vue de faciliter leur insertion sociale et professionnelle.

### Coordonnées

#### Ensemblier DEFI

43 rue Villedieu

25700 Valentigney

03 81 37 10 08

ensemblie-defi.fr

## L'AMÉNAGEMENT DU LOGEMENT

Vous souhaitez adapter votre logement pour continuer à vivre le plus longtemps chez vous ? Des aides financières et fiscales existent pour vos projets d'amélioration de votre logement (accessibilité à la salle de bain, pose d'une rampe d'accès...)

### MA PRIME ADAPT :

Le 1er janvier 2024, est entré en vigueur Ma Prime Adapt. Destinée aux propriétaires de plus de 70 ans, cette aide financière de l'État a pour but d'améliorer l'habitat des personnes âgées en l'adaptant à leurs nouveaux besoins liés à la perte d'autonomie et de mobilité.

### Conditions d'accès

Les revenus annuels ne doivent pas dépasser 27 343€

Renseignements sur [www.adapt.soliha.fr](http://www.adapt.soliha.fr)

### SOLIHA

Vous propose une approche personnalisée avec la visite à votre domicile d'un ergothérapeute pour définir vos besoins et vous accompagne ensuite dans les démarches.

**Attention : Soumis à conditions de ressources**

### Renseignements

#### Soliha

4 rue André Boulloche (Ancien hôpital)

25200 Montbéliard

Tél : 03 81 81 23 33

## AUDIN'ŒUR HABITAT

Vous avez un futur projet travaux ? La permanence en mairie vous accueille sans rendez-vous les jeudis de 14h à 17h30 puis sur rendez-vous de 17h30 à 19h.

[audincourt.fr/cadre de vie/logement/audincoeur-habitat/](http://audincourt.fr/cadre-de-vie/logement/audincoeur-habitat/)



Préparer  
sa retraite

## S'ÉQUIPER EN MATÉRIEL MÉDICAL

### LES PHARMACIES :

#### Pharmacie de la Mairie

8 rue de la mairie 25400 Audincourt  
03 81 35 54 26



#### Pharmacie Nouvelle

70 rue de Seloncourt 25400 Audincourt  
03 81 34 51 91



#### Pharmacie des Forges

21 rue de Montbéliard 25400 Audincourt  
03 81 35 56 95



Vivre à  
Audincourt

Vivre chez soi

Prendre soin  
de sa santé

## ENVIE AUTONOMIE

L'association propose du matériel médical reconditionné (lit médicalisé, fauteuil, barre d'appui, chaise de douce...) issu du réemploi et remis en bon état d'usage.

### Coordonnées

#### Envie Autonomie

5 avenue de l'Europe  
25400 Arbouans  
03 39 30 00 20  
[autonomie25@envie.org](mailto:autonomie25@envie.org)  
[envieautonomie.org](http://envieautonomie.org)



Être  
accompagné

Notes



# PRENDRE SOIN DE SA SANTE

---

Le cabinet infirmier

Le site Lucine

Maison de santé Citévie à Montbéliard



## PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ

### LE CENTRE MUNICIPAL DE SANTÉ

Le centre, situé sur le site Lucine, compte trois médecins généralistes, un ophtalmologue, un centre infirmier, une ostéopathe et une sage-femme.



### LA MAISON MÉDICALE DE GARDE

La prise de RDV se fait par téléphone pendant les heures d'ouverture. **Uniquement sur rendez-vous.**

#### Les horaires d'ouverture

**Du Lundi au vendredi** 20h-minuit

**Les samedis** 14h-minuit

**Les dimanches** 8h-12h | 14h-minuit

*Numero Unique*

**116 117**

### LE CABINET INFIRMIER

Le cabinet infirmier Soli-Cités Soins MA100T est ouvert les lundis, mercredis et vendredis de 8h à 12h.

#### Coordonnées

8 rue de Belfort 25400 Audincourt

Tél : 03 81 34 38 12



# ÊTRE ACCOMPAGNÉ, PROTÉGÉ, AIDÉ,

---

Le CCAS (ses missions)

La santé

Les aides sociales

Les aides au logement

Les démarches administratives

Les démarches juridiques

# ÊTRE ACCOMPAGNÉ, PROTÉGÉ, AIDÉ

## LE CCAS

Le Centre Communal d'Action Sociale a pour rôle d'accueillir, d'écouter, d'aider, de soutenir pour tenter de résoudre toute difficulté relationnelle, de santé, judiciaire et d'orienter vers des services adaptés afin d'éviter ou de limiter la marginalisation du public en difficulté.

La ville d'Audincourt est soucieuse de répondre à la volonté des personnes âgées de pouvoir vivre chez elle en toute sécurité. C'est pourquoi le CCAS a mis en place des services diversifiés qui vous permettent de vivre en toute quiétude malgré la solitude, l'avance en âge et parfois la dépendance qui l'accompagne en :

- **Favorisant le maintien à domicile** le plus longtemps possible
- **Brisant la solitude** et l'isolement
- **Accueillant, informant et orientant** les personnes âgées et leurs familles
- **Promouvant la place des retraités et des personnes âgées** dans la cité
- **Coordonnant les interventions professionnelles** autour de la personne âgée dans le respect des champs de compétences des partenaires.

## Plan Canicule



Si vous souhaitez être inscrit sur le registre et recevoir un appel d'un agent lorsque le plan canicule est déclenché.

**Inscription au CCAS au 03 81 30 69 76**

# LA SANTÉ

## LA MUTUELLE SANTE INTERCOMMUNALE

Depuis le 1er janvier 2025, Pays de Montbéliard Agglomération (PMA) a signé une convention de partenariat avec **La Mutuelle Familiale** afin de mettre en place une mutuelle intercommunale à destination des habitants.

Elle propose 4 niveaux de garanties permettant un meilleur accès aux soins de santé

et une offre adaptée au budget et aux besoins de ses administrés.

### *Renseignement*

#### En ligne :

[www.agglo-montbeliard.fr/mutuelle-sante-intercommunale](http://www.agglo-montbeliard.fr/mutuelle-sante-intercommunale)

**E-mail :** [pma@mutuelle-familiale.fr](mailto:pma@mutuelle-familiale.fr)

**Téléphone :** 06.78.72.87.12

### Permanence

**Sur rendez-vous uniquement.** À compter du 8 avril 2025, tous les mardis, de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30, en mairie.

## COMPLÉMENTAIRE SANTE SOLIDAIRE (C2S)

Elle permet, aux personnes ayant de faibles revenus, de faire face aux dépenses de santé et ainsi d'éviter le renoncement aux soins. Elle est attribuée sous conditions de ressources.



### *Êtes-vous éligible ?*

#### Le simulateur du site Ameli

[ameli.fr/simulateur-droits](http://ameli.fr/simulateur-droits)

#### Permanence de la CPAM

8 avenue Aristide Briand 25400 Audincourt  
les lundis et jeudis de 9h à 12h

# LES AIDES SOCIALES

## L'ALLOCATION PERSONNALISÉE D'AUTONOMIE (L'APA)

L'APA est une allocation versée par le Département, destinée aux personnes de 60 ans et plus, vivant en France de façon régulière et stable, en perte d'autonomie. Seules les personnes appartenant aux GIR 1 à 4 de la grille AGGIR peuvent en bénéficier. L'APA à domicile aide à financer les dépenses pour le maintien à domicile (aide à domicile, portage de repas, téléassistance, travaux pour

l'aménagement du logement...) L'APA en établissement aide à payer une partie du tarif dépendance facturé aux résidents des EHPAD.

### Obtenir un dossier

Les dossiers pour la demande d'APA sont téléchargeables sur le site [www.doubs.fr](http://www.doubs.fr) ou à retirer au CCAS.

### Contact et dépôt de dossier

**Département du Doubs,**  
Direction de l'Autonomie,  
Service des prestations et  
maintien à domicile  
7 avenue de la Gare d'Eau  
25031 BESANÇON cedex

#### APA à domicile :

03 81 25 92 59

#### APA en établissement :

03 81 25 86 06

### L'AIDE A L'AUTONOMIE DES PERSONNES ÂGÉES POUR LE MAINTIEN A DOMICILE

Cette aide concerne les personnes appartenant au GIR 5 et 6 de plus de 65 ans et est soumise à conditions de ressources. Elle est à demander à la CARSAT.



Préparer sa retraite

Vivre à Audincourt

Vivre chez soi

Prendre soin de sa santé

Être accompagné

Notes

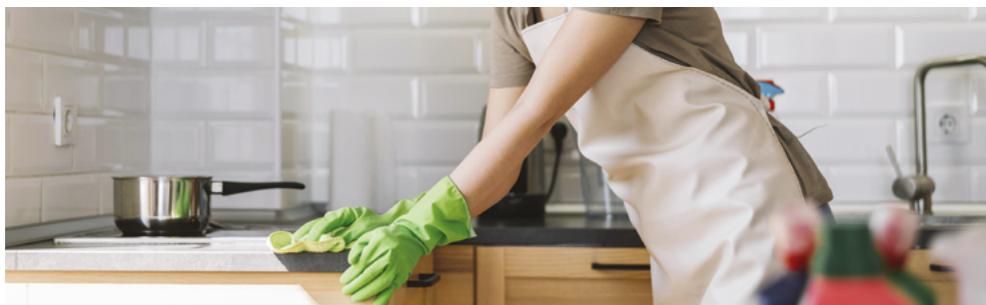
## L'AIDE MÉNAGÈRE À DOMICILE PRISE EN CHARGE PAR L'AIDE SOCIALE

Cette aide versée par le Département concerne les personnes de plus de 65 ans, qui ne bénéficient pas de l'APA et dont les ressources sont inférieures au minimum social.

**Le dossier est à constituer au CCAS.**

### Prendre rendez-vous

Par téléphone  
au 03 81 30 69 76



## L'AIDE A DOMICILE MOMENTANÉE

Vous pouvez en bénéficier si vous êtes dans l'incapacité temporaire d'assumer certaines tâches du quotidien. Il faut être âgé de 75 ans et plus et ne pas déjà bénéficier d'une aide à domicile régulière avec une prise en charge APA ou CARSAT.

Le nombre d'heures est de 10h maximum.

### Renseignements

Par téléphone  
au 0 971 090 971

Cette aide est prise en charge par l'Action Sociale de votre caisse de retraite complémentaire.

### Pour les personnes hospitalisées

Prendre contact avec l'assistante sociale de l'hôpital pour organiser le retour à domicile.

## AIDE SOCIALE ACCORDÉE AUX PERSONNES ÂGÉES QUI ENTRENT EN EHPAD

Prendre RDV au CCAS 03 81 30 69 76

## L'ALLOCATION DE SOLIDARITÉ AUX PERSONNES ÂGÉES (L'ASPA)

L'ASPA est une prestation mensuelle accordée aux retraités âgés de plus de 65 ans et ayant de faibles ressources. Elle est versée par votre caisse de retraite (CARSAT, MSA...). Vous pouvez y prétendre si vos ressources sont inférieures au minimum vieillesse.

Préparer sa retraite

Vivre à Audincourt

### À qui s'adresser ?

#### **CARSAT Bourgogne et Franche-Comté**

46 rue Elsa Triolet 21000 Dijon

Tel : 3960

[www.lassuranceretraite.fr](http://www.lassuranceretraite.fr)

Vivre chez soi

## AIDE DES CAISSES DE RETRAITE

En tant que retraités vous pouvez bénéficier d'aides de la part de votre caisse de retraite principale ou complémentaire selon certaines conditions. **Se renseigner auprès des caisses de retraite.**

Prendre soin de sa santé

## LA MAISON DÉPARTEMENTALE DES PERSONNES HANDICAPÉES (MDPH)

Ses missions sont l'accueil, l'information, le conseil et l'ouverture des droits pour les personnes handicapées et leurs proches. Elle traite les dossiers de CMI, PCH et AAH.

## LA PRESTATION COMPENSATOIRE DU HANDICAP (PCH)

Elle permet de financer certaines dépenses liées à votre handicap.

## L'ALLOCATION ADULTE HANDICAPE (AAH):

Si vous êtes en situation de handicap, l'AAH peut vous garantir un revenu minimal. Son montant dépend de votre

situation familiale et de vos ressources.

Les dossiers sont à retirer au CCAS, qui pourra vous aider pour le constituer.

Être accompagné

### Vous faire aider

#### **MDPH**

41 avenue du Maréchal Joffre 25200 Montbéliard

Tél. 03.81.71.03.30

Notes



## LES AIDES AU LOGEMENT

### L'AIDE PERSONNALISÉE AU LOGEMENT (APL)

Elle peut vous être accordée si vous êtes locataire d'un logement conventionné et est soumise à conditions de ressources.

Pour tester votre éligibilité [www.caf.fr](http://www.caf.fr)

### L'ALLOCATION DE LOGEMENT SOCIALE (L'ALS)

Elle peut vous être accordée si vous êtes locataire et que vous ne bénéficiez pas de l'APL.

Elle est soumise à conditions de ressources et à la taille du logement.

Pour en faire la demande s'adresser à la CAF

#### Les horaires d'ouverture

##### **Permanence CAF à Audincourt**

8 avenue Aristide Briand

**Lundi** : 9h 12h

**Mardi** : 13h30 16h30

**Jedi** : 9h 12h

**Vendredi** : 9h 12h



## L'AIDE SOCIALE A L'HÉBERGEMENT (L'ASH)

Cette allocation permet de financer totalement ou partiellement les frais liés à l'hébergement d'une personne âgée en établissement ou chez un accueillant familial. Elle est versée par le département. Pour la percevoir il faut remplir certaines conditions :

- Avoir plus de 65 ans (ou plus de 60 ans s'il on est reconnu inapte au travail)
- Vivre en France de façon régulière et stable
- Avoir des ressources inférieures au montant des frais d'hébergement

L'ASH est versée en EHPAD si cet établissement dispose de places réservées aux bénéficiaires de l'aide sociale.

## LES DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

### LE CONSEILLER NUMÉRIQUE

Son rôle est de vous accompagner et de vous initier au numérique. Envoyer et recevoir des mails, naviguer sur internet, apprendre les bases du traitement de texte. Il pourra vous expliquer et vous accompagner dans vos démarches administratives en ligne **mais ne les réalisera pas à votre place.**

#### Les horaires d'ouverture

##### **Centre social Renée Lods :**

14 avenue du Maréchal Foch 25400 Audincourt  
Prendre RDV au 03 81 35 03 64 - Séances numériques

##### **Centre social Escapade :**

2 rue Aimé Césaire 25400 Audincourt  
Sans RDV (Permanence le mardi matin) - Séances numériques

##### **En partenariat avec le CCAS Audincourt**

Salle des Croq'Raves - rue de la Mairie 25400 Audincourt  
sans RDV (Permanence le lundi matin de 9h à 12h)

Préparer sa retraite

Vivre à Audincourt

Vivre chez soi

Prendre soin de sa santé

Être accompagné

Notes

## L'ESPACE FRANCE SERVICE

Le réseau France Service permet de rapprocher les services publics des usagers. Il a pour vocation d'offrir à chaque citoyen un accompagnement dans la réalisation de ses démarches administratives. Les agents vous accompagnent dans vos démarches administratives du quotidien des partenaires : la Poste, Pôle Emploi, Caisse des allocations familiales, Assurance maladie, Caisse d'assurance retraite, Mutualité Sociale Agricole, Direction générale des finances publiques, URSSAF, France Rénov', Chèque Energie, France Titres, Point Justice.



### France Services Montbéliard

5 rue de la Petite Hollande  
25200 Montbéliard

03 81 36 52 03

montbeliard@france-services.gouv.fr

#### Ouverture : Sans rendez-vous

Lundi : 08:30 - 13:00 / 13:30 - 16:30

Mardi : 08:30 - 13:00 / 13:30 - 16:30

Mercredi : 08:30 - 13:00 / 14:00 - 16:30

Jeudi : 08:30 - 13:00 / 13:30 - 16:30

Vendredi : 08:30 - 13:00 / 14:00 -

16:30

### France Services Valentigney

Pôle Multi-services

14bis Rue Gustave Courbet 25700 Valentigney

Tél. 03 81 36 12 81

#### Ouverture :

Lundi : 9:00 - 12:00 / 13:30 - 17:30

Mardi : 13:30 - 17:30

Mercredi : 9:00 - 12:00

Jeudi : 13:30 - 17:30

Vendredi : 9:00 - 12:00 / 13:30 - 17:30

## France Services Sochaux

4 rue de la poste  
25600 Sochaux

france.services.sochaux@outlook.fr  
Tél. 09 62 69 61 15

### Ouverture :

Lundi : 9:00 - 12:00 / 14:00 - 17:00

Mardi : 9:00 - 12:00 / 14:00 - 17:00

Mercredi : 9:00 - 12:00

Jeudi : 9:00 - 12:00 / 14:00 - 17:00

Vendredi : 9:00 - 12:00

Préparer  
sa retraite

Vivre à  
Audincourt

Vivre chez soi

Prendre soin  
de sa santé

Être  
accompagné

Notes

## Comment bien préparer son rendez-vous ?

Nous vous invitons à prendre contact avec France Services, par téléphone ou par mail, avant votre venue afin de préparer au mieux votre rendez-vous.

## Renouveler son passeport ou sa carte d'identité



Pour renouveler votre carte d'identité ou passeport, faites une pré-demande en ligne sur France Titres ([www.ants.gouv.fr](http://www.ants.gouv.fr)).

Prenez ensuite rendez-vous en mairie. Sur place, déposez votre demande et fournissez vos empreintes.

Vous pourrez suivre l'avancement sur l'ANTS et récupérer votre titre en mairie.

Pour les personnes éloignées du numérique il est toujours possible de prendre RDV par téléphone ou sur place dans les France Services



## LES DÉMARCHES JURIDIQUES

### LE DÉFENSEUR DES DROITS

Les missions du Défenseur des Droits sont de défendre les personnes dont les droits ne sont pas respectés et de permettre l'égalité de tous et toutes dans l'accès aux droits. Le recours au défenseur des droits est gratuit.

#### Rendez-vous

**Espace associatif** (bureau n°4)

8 avenue Aristide Briand

Tel : 03 81 30 69 76

**Prise de RDV au CCAS Audincourt**

**Les rendez-vous ont  
lieu uniquement le  
jeudi matin**

### SOS MEDI'AGIR

Son but est de prendre en charge les litiges des citoyens de façon globale et efficace grâce à la pluridisciplinarité d'intervenants et à la centralisation des compétences.



Elle est un centre de médiation dont la vocation est de rassembler des médiateurs et des professionnels pluridisciplinaires et libéraux, spécialisés dans leurs domaines de compétence pour résoudre les conflits à l'amiable de façon personnalisée en traitant chaque problématique pour en atteindre le cœur.

#### Permanence

**Espace associatif** (bureau n°4)

8 avenue Aristide Briand

Permanence tous les 1er et 3ème mardi du mois de 9h à 12h.

Permanence sans RDV et si RDV appeler au 06 20 82 19 94

France Victime Nord Franche-Comté couvre les ressorts des Tribunaux Judiciaires de Montbéliard, Vesoul et Belfort grâce à ses antennes France Victime 25 Montbéliard, France Victime 70 et France Victime 90.



Elle a pour mission d'informer et d'accompagner les victimes d'infractions pénales (violences conjugales, harcèlement, viol, homicide, blessure involontaires, agression sexuelle, menace, injure, abus de confiance, escroquerie, vol, dégradation, destruction,...) tout au long du processus judiciaire et propose une aide juridique et/ou psychologique.

**Permanence**

**France Victimes Montbéliard**

15 rue de la Petite Hollande 25200 Montbéliard  
09 70 19 52 52

**Permanence sur Audincourt**

Espace Associatif - Bureau n°4

Tous les jeudis après-midi de 14h à 17h. **Sur rendez-vous**  
Prise de rendez-vous au 09 70 19 52 52.

**LE CONCILIEUR DE JUSTICE**

C'est un auxiliaire de justice bénévole. Son rôle est de trouver une solution amiable à un différend entre une ou plusieurs parties, qu'elles aient ou non déjà saisi un juge.

**Le recours au conciliateur de justice est gratuit**

**Rendez-vous**

**Centre social Jean Ferrat**

Place du 14 Juillet 25460 ETUPES  
Tel : 03 81 94 38 47

**Permanence**

Mardi matin  
de 9h à 12h

Préparer sa retraite

Vivre à Audincourt

Vivre chez soi

Prendre soin de sa santé

Être accompagné

Notes



# NUMÉROS & SITES UTILES

---



15



17



18



Médecins de garde

116 117



Pharmacies de garde

32 37

**CCAS** : 03 81 30 69 76

**Canicule info service** : 0800 06 66 66

**Avec nos proches** (pour les aidants) :

01 84 72 94 72

[www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr](http://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr)



*Retrouvez toutes les infos sur*  
[www.audincourt.fr](http://www.audincourt.fr)



**Mairie d'Audincourt** •

Création graphique : Katia Parisot - [www.katiaparisot.fr](http://www.katiaparisot.fr) • Crédits photo : mairie d'Audincourt, CCAS  
Audincourt, Freepik, Adobe Stock • Imprimé par RealisaPrint.com

Ne pas jeter sur la voie publique