

VIVRE
EN
VILLE

CHRONIQUES DE VIVRE EN VILLE

N°10 - Novembre 2024

Les Infos qui donnent du **Pep'S**

Un début d'automne très lumineux et chatoyant par ses couleurs accompagne notre numéro des Chroniques de fin d'année.

Elles vous feront voyager dans notre histoire franc-comtoise avec un témoignage sur les Séquanais et dans une époque plus contemporaine dans le Jura.

Nous évoquerons aussi l'avenir avec un aperçu sur nos nouveaux projets de 2025 ainsi que des départs et arrivées de professionnel(le)s !

Catherine P.

« Tout ce qui a un début a une fin, mais chaque fin est le début d'un nouveau départ » - S. Zeller

LA VIE AU SERVICE

A nous le Sport !

Weekend des 26 27 mai 2024

Animé par le CDSA

Nous sommes allés au lac de Vouglans pendant 3 jours, ne sachant pas trop à quoi m'attendre. J'étais entre autres avec les gens du sport adapté que je connais bien désormais : Mathias, François, Emilie et Pierre-Alexandre, donc j'avais confiance, même si ce n'était pas dans mes habitudes de vivre des grandes sorties comme celles-ci.

Nous avons fait les courses ensemble, puis petite route jusqu'au lac. Quand nous sommes arrivés, il faisait un temps idéal, nous en avons profité pour faire un ping-pong, l'ambiance était sympa, nos profs de sport adapté nous ont suivi avec un peu de compétition forcément, mais on aime ça ! On pouvait aussi aller se baigner dans la piscine, puis nous avons découvert ce lac, honnêtement on ne pouvait pas voir l'horizon tant il s'étendait à perte de vue ! C'est honnêtement magnifique ! Avec sa couleur bleu très clair, comme un goût de mini-vacances en quelque sorte.

Nous sommes partis en randonnée,

notamment en contournant cet immense lac. En se promenant dans la forêt nous avons croisé certaines cascades, nous les avons contemplé un peu et nous en avons profité pour prendre un selfie pour immortaliser ce moment. Je commençais à avoir plus trop d'énergie car on marchait depuis longtemps, la fatigue prenait le dessus, je commençais à être loin des autres mais ce n'est pas grave, je faisais au mieux !



Nous nous retrouvions ensuite à passer de bons moments ensemble à manger, il y a même eu la finale de coupe de France qu'on a pu regarder ensemble sur ordinateur. Dans l'ensemble, je pense que chacun a bien apprécié ce séjour, et cela nous a fait plaisir de nous retrouver dans un nouveau cadre. Merci pour cette opportunité !

Paul-François G.

Le territoire des Séquanes sous l'Empire romain

Besançon, Musée des Beaux-Arts et d'Archéologie -Exposition du 10 octobre 2023 au 18 mars 2024

On dit que pour assurer l'avenir, il faut connaître le passé.

Pour autant, je n'aurais pas cru que les peuples antiques se feraient aussi présents.



C'est à la rencontre des Séquanes - Gallo-Romains de l'actuelle Franche-Comté - que notre groupe mesura l'impact du Temps, au musée des Beaux-Arts et d'Archéologie de Besançon.

Au fil de la visite, chacun a constaté combien la boucle du Doubs garde toujours, en son sein, les traces d'une Vesancio vivace et prompte à livrer ses secrets.

En effet, du *cardo maximus* dessinant notre actuelle Grande Rue, jusqu'à l'ancien arc triomphal devenu la Porte Noire, en passant par le pont Battant érigé, à l'époque, en pierres : tout avait déjà, plus de XXII siècle plus tôt, la même disposition qui accompagne aujourd'hui nos vies bisontines.



Aussi, les nombreux artefacts millénaires, exposés pour l'occasion, nous donnèrent soit d'apprendre. D'ailleurs, chaque réponse du guide nous questionna davantage !

C'est ainsi qu'à l'heure de quitter le musée, nous nous retrouvâmes ravis de nos découvertes. Et honorés, aussi, de saisir un peu mieux cet héritage fabuleux...

Voilà pourquoi, même si l'exposition des Séquanes fut temporaire, elle laissa à tous un souvenir permanent.

Pierre D.

Les activités du Mercredi



INFO SAMS

Retour sur l'évaluation

Les 11 et 12 avril dernier, trois personnes accompagnées par le service et les professionnels ont participé à l'évaluation de Vivre en Ville. Les résultats sont satisfaisants et encourageants. Les évaluateurs ont souligné la qualité de l'accompagnement et du travail de l'équipe. Un merci très chaleureux aux personnes accompagnées qui ont accepté de répondre aux évaluateurs.



Votre avis compte !

Une enquête de satisfaction vous a été remise. Nous vous remercions de donner quelques minutes de votre temps pour la remplir. Elle est importante car elle sert à recueillir votre avis sur notre accompagnement pour continuer à l'améliorer. Les résultats de cette enquête vous seront transmis lors d'un prochain groupe d'expression.



Nouveaux ateliers en 2025

Nous avons le souci d'élargir notre palette de proposition d'ateliers. C'est dans ce cadre que de nouveaux ateliers seront proposés en 2025 avec des intervenants extérieurs qualifiés pour échanger sur la vie sexuelle et affective, sur la citoyenneté, sur la communication, la gestion des émotions. Tenez-vous informé(e)s !



Mouvement de personnel 2025

Julien POURCELOT a accepté de prolonger son contrat à durée déterminée jusque début février. Françoise TETU-LY lui succédera. Nathan MALFROY arrive bientôt au terme de sa mission à Vivre en Ville et Catherine PERRIN part en retraite début avril 2025. Nous ne manquerons de vous tenir informé(e)s de l'arrivée des nouveaux professionnels qui leur succéderont.

L'atelier santé PEPS revient !

Le PEPS, qu'est-ce que c'est ?

C'est un programme qui cherche à améliorer la motivation et le plaisir. Il se déroule en 8 séances d'une heure, en groupe de 4 à 6 personnes. Il est animé par les infirmiers. Ce programme permet d'apprendre à développer notre expérience du plaisir et à modifier les croyances défaitistes.



Si vous êtes intéressé (e) par un prochain atelier santé, n'hésitez pas à en parler à vos accompagnateurs.

Vos droits

La personne de confiance :

Vous pouvez désigner votre « personne de confiance », si vous le souhaitez. La loi prévoit que cette personne puisse vous accompagner dans vos décisions. Vos accompagnateurs recueilleront votre souhait dans les mois à venir.



Les directives anticipées :

Toute personne majeure peut rédiger « ses directives anticipées » concernant sa fin de vie. C'est une possibilité qui vous est donnée.



Des plaquettes d'information sur ces deux dispositifs sont à votre disposition sur votre demande. Vous pouvez également aborder ce point avec les professionnels du service.

Directrice de publication : C. Perrin, Directrice de Vivre en Ville

Rédaction : Catherine P., Paul-François G., Pierre D.

Infographie : Sabine D.

Credit photos/illustrations : Vivre en Ville, Pierre D.

Vivre en Ville – 40 rue des Frères Chaffanjon - 25000 Besançon – 03.81.40.12.80

AHS-FC - BP 36005 - 25012 Besançon Cedex - 03.81.65.44.44 – www.ahs-fc.fr