



Dans ce numéro il y a :

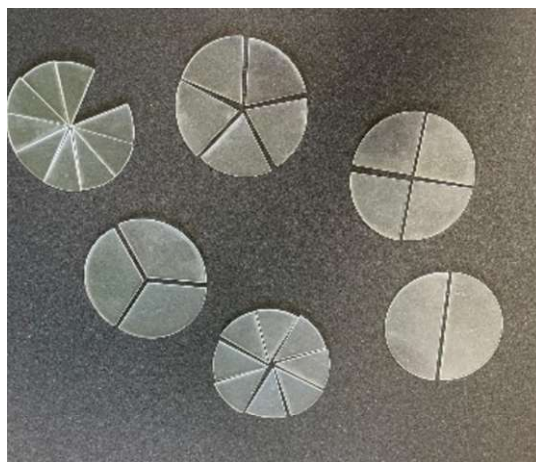
- Visite de l'ESAT par l'école de Nancray
- Visite de l'école de Nancray
par des travailleurs.
- Stage à la serre de Valdahon
par Christopher
- Mise à disposition de travailleurs
chez PSP
- Exercice incendie à l'ESAT
- formation aux gestes de 1^{er} secours
- Ma passion photo par Marylou
- l'autodétermination par Christine
- Le gâteau aux citrons par Cyril
- Ma passion du dessin par Carlos
- Les mots cachés
- Jeux des 9 erreurs
- Calendrier 2026 de fermeture de l'ESAT
- Résultats des jeux



L'école de Nancray visite de l'ESAT par Marylou et Victoria

Depuis quelques temps l'ESAT fabrique des jeux pédagogiques pour l'école de Nancray.

Un jeu avec des pièces en bois et en plastique pour apprendre le calcul et les fractions.



Le 17 mars matin, 19 élèves de CM1 CM2 (10, 11 ans) sont venus à l'ESAT. Ils étaient accompagnés de 3 professeurs et d'une personne de l'académie. Il y avait 3 groupes d'élèves avec un moniteur de l'ESAT.

Les élèves ont regardé tous les postes de l'atelier. Certains travailleurs ont expliqué eux-mêmes leur travail.

Nous avons aimé faire découvrir notre travail aux enfants.
Nous étions fiers de leur montrer ce que nous savons faire.
Nous fabriquons les jeux avec la machine laser.
Les enfants ont bien aimé voir comment cette machine fonctionne.

Puis les élèves ont posé des questions à 3 travailleurs. Victoria, Joël et Christian.

Ils nous ont enregistrés quand on parlait.

Les élèves vont ensuite travailler sur ces enregistrements à l'école.

Ils ont demandé depuis quand on travaillait à l'ESAT.

Et si on avait déjà travaillé en milieu ordinaire.

Victoria :

C'était un peu stressant de répondre aux questions.

Mais j'étais contente de rencontrer les enfants.

Visite de l'école de Nancray par Christian et Jonathan le 11 avril

Après la venue des enfants à l'ESAT,
nous avons visité l'école de Nancray avec Christian, Jonathan
et Anne-Catherine.

Les enfants nous ont préparé
des gâteaux.

Ils se sont souvenus de nous.

Nous leur avons apporté des petits cadeaux.

Nous avons fabriqué des porte-clés en bois.

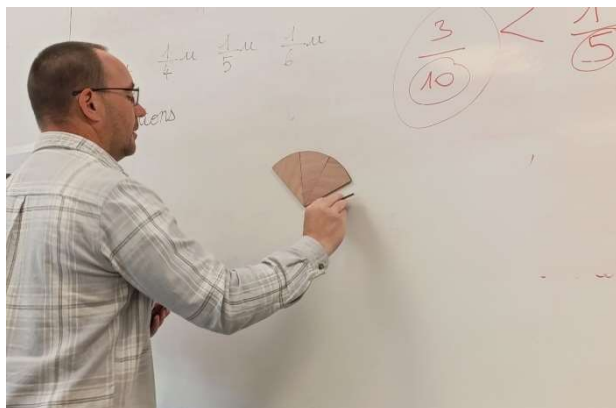
Et nous avons gravé leur prénom dessus
avec la machine laser.

Les enfants étaient très contents.



Nous avons visité les 4 classes, de la maternelle au CM2.

Ils nous ont montré comment ils utilisent le jeu pédagogique
fabriqué à l'ESAT.



Ce jeu permet d'apprendre les fractions.

Certains enfants trouvent que c'est difficile d'apprendre les fractions.

L'institutrice dit que les enfants doivent s'entraîner beaucoup pour comprendre.

C'était une très bonne expérience.



Ces 2 visites ont permis de montrer aux enfants que les personnes en situation de handicap :

- vivent comme tout le monde.
- font un vrai travail utile.

Anne-Catherine, Jonathan et Christian :

Nous remercions les enfants, les instituteurs et la directrice.

Stage à la serre de Valdahon par Christopher.



J'ai fait un stage à la serre du 17 au 28 mars.

J'ai travaillé de 8h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00 du lundi au vendredi

J'ai été accueilli par Nicolas, Vero, Manon et Mathilde.

Dans ces serres on fait pousser des légumes : des choux, des betteraves ou encore des tomates.

J'ai enlevé des mauvaises herbes sur la lavande.

J'ai installé des crochets de suspension sur les pots de géraniums.



J'ai planté des graines de tournesol dans des plaques de polystyrène.

Je devais mettre 1 graine dans chaque alvéole.

J'ai déplacé certains plants de légumes dans une autre serre moins chaude.

J'ai travaillé avec Mathilde pour repiquer des plants de légumes et des fleurs dans des pots avec l'aide d'une machine.



J'ai mis des tuteurs dans les pots pour indiquer la couleur des géraniums. Ce travail permet aux clients de choisir la couleur de géranium.

Christopher : Je trouve que le stage est passé trop vite.

Le changement de lieu de travail m'a fait du bien.

C'était bien de voir d'autres collègues et de faire un autre travail.

Le travail m'a beaucoup plu.

J'ai envie de refaire un autre stage dans un autre endroit.

Mise à disposition chez PSP à Quingey par Joël et Philippe

Depuis 2 ans, des travailleurs de l'ESAT vont travailler dans l'usine PSP à Quingey.

Nous nous déplaçons à 4 travailleurs plus le moniteur.

Voici les personnes qui vont travailler régulièrement chez PSP :

Jonathan, amandine, Cyril, Joël Philippe, Victoria, Constantin et Christian.

Depuis septembre 2025, nous y allons 2 jours par semaine.

Nous restons la journée sur place.

Nous emmenons nos repas d'Uzel que nous réchauffons.

Nous travaillons dans l'atelier avec les salariés de PSP.

Les salariés travaillent en 2X8.

Ça veut dire qu'il y a une équipe de matin et une équipe d'après-midi.

Nous devons conditionner les plats à tajine.



Voici les 5 postes que nous tenons :

1 : on monte les boîtes et on met le couvercle du tajine au fond de la boîte.

2 : on met le plat du tajine dans un plastique. On pose le plat dans la boîte

3 : on met le livret dans la boîte.

4 : la monitrice vérifie le contenu de la boîte.

Elle ferme la boîte. Elle colle la gommette de couleur sur la boîte

Ça permet de savoir de quelle couleur est le tajine

(rouge, jaune, vert, noir ou bleu)

5 : on colle l'étiquette code-barres sur la boîte.

Puis on range les cartons sur les palettes.

Ces commandes sont en préparation pour Noël.

Cette expérience nous permet de voir la différence entre l'ESAT et le milieu ordinaire :

- ⇒ Les salariés de PSP travaillent plus vite que nous.
- ⇒ L'ambiance est plus calme chez PSP qu'à l'ESAT.
Il y a moins d'histoires là-bas.
- ⇒ On est plus sérieux à PSP. On ne peut pas rigoler comme des guignols.
Sinon, PSP ne voudrait plus que nous allions travailler là-bas.

Il faut avoir un comportement adapté.



Nous sommes toujours bien accueillis.

Cette expérience est une chance pour nous.

Nous sommes fiers de pouvoir travailler chez PSP.

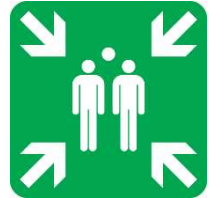
Exercice incendie à l'ESAT d'Ornans

le vendredi 28 mars 2025

Par Christian, Florian et Manu.

Vers 14h30, l'alarme incendie a sonné à l'ESAT.

Nous sommes tous sortis sur le parking
au point de rassemblement.



Nous avons vu de la fumée sortir sous les portes de garage de l'ESAT.

Les moniteurs ont vérifié que tout le monde était bien sorti.

Les pompiers sont arrivés avec 4 véhicules :

- Un fourgon
- Une ambulance
- Une voiture
- Une grande échelle



17 pompiers se sont déplacés à l'ESAT.

Un des pompiers était allongé dans le garage.

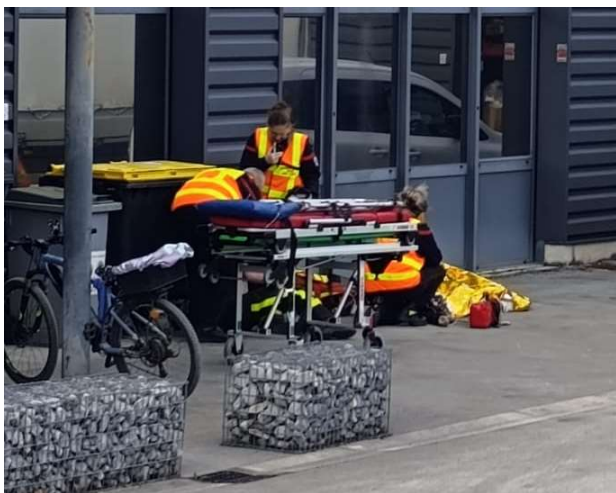
Il s'est fait passer pour une victime.

Etienne Martin est responsable sécurité pour l'ESAT industrie.

Il était présent et nous a expliqué que c'était un exercice incendie.

Les pompiers ont :

- mis la fausse victime sur un brancard
- arrosé le toit et le garage de l'ESAT avec la grande échelle
- fait le tour de l'atelier pour vérifier qu'il n'y avait pas de danger.



Comme nous ne savions pas que c'était un exercice,
certains travailleurs étaient impressionnés.
Ensuite nous sommes retournés travailler.
Les pompiers sont venus nous voir travailler.



Florian : Cet exercice était intéressant.
Il nous a permis de savoir quoi faire
le jour où il y aura vraiment un feu à l'ESAT.

Formation 1er secours par Christine et Joel.

Nous avons suivi une formation pour apprendre à faire les gestes de 1^{er} secours.

C'est-à-dire tout ce qu'on doit faire et ne pas faire s'il y a un accident.

Isabelle Maya était notre formatrice.

Elle est responsable sécurité de la fondation Pluriel.

Quand il y a un problème on appelle **les pompiers au 112**.

Il faut dire :

- Qui je suis.
- Où je me trouve : l'adresse précise
- Ce qui s'est passé. Je décris la blessure.
- Je peux donner le nom de la victime.



On utilise le numéro 114 pour envoyer des SMS

quand on ne peut pas parler. Par exemple :

- s'il y a un attentat terroriste ou
- pour les sourds et malentendants ou
- les violences conjugales. Ce sont des violences dans les couples.



On a fait des exercices de secours tout au long de la formation :

⇒ **Quand quelqu'un saigne du nez :**

- la personne doit s'asseoir
- la personne doit se moucher
- elle doit pencher la tête en avant

Presser sur les 2 narines pendant 10 minutes

Si ça saigne toujours, appeler les secours au 112.



⇒ **Si un collègue se coupe et saigne :**

On éteint la machine si on peut.

On appelle un moniteur.

On sécurise l'endroit pour que les autres ne se blessent pas avec des chaises par exemple.

On met la main de la personne blessée sur la plaie.

On lui fait un bandage avec un morceau de tissu propre.

On appelle les secours.



Quand quelqu'un s'étouffe avec un aliment.

On penche la victime en avant.

On écoute si elle peut parler ou si elle peut respirer.

Si elle peut respirer, elle doit tousser.

Si elle ne peut pas respirer,

nous avons appris la technique :

Taper 5 fois dans le dos

en soutenant la personne par le torse.



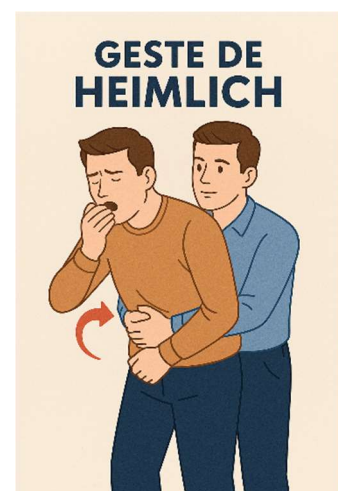
Si ça ne suffit pas :

il faut se placer derrière la personne,

mettre son poing au milieu sous ses côtes

et appuyer avec l'aide de l'autre main

en remontant 5 fois.



Si une personne se brûle.

Elle doit passer la brûlure sous l'eau tiède pendant 10 minutes.

Si la brûlure est plus grosse que la moitié de la paume de la main, il faut appeler les secours tout de suite.

On peut mettre du film alimentaire sur la brûlure.



Nous avons également appris à faire **des massages cardiaques**.

Nous avons également appris à utiliser le défibrillateur.

C'est un appareil qui permet de réanimer une personne qui est en arrêt cardiaque.

C'est-à-dire que son cœur s'est arrêté de battre.



Nous avons appris que s'il y a une catastrophe naturelle comme une grosse inondation, toutes les personnes de la zone reçoivent un message de France Alerte sur son portable.

Les cloches du village peuvent également sonner.

Christine : c'est une très belle formation.

S'il nous arrive quelque chose dans notre vie personnelle, on saura quoi faire.

Il y a des choses difficiles comme le massage cardiaque.

Même si on a peur d'intervenir, on peut appeler les secours.

Joël : Je trouve que c'était une expérience incroyable.

Ça m'a appris ce que je dois faire si je suis seul.

Pour ma vie personnelle aussi.

Tout le monde devrait suivre cette formation.

Ma passion photo par Marylou

J'ai fait un stage chez Laurent, le photographe à Ornans quand j'étais à l'IME.

Il m'avait expliqué comment bien cadrer les photos.

Surtout les photos d'identité.

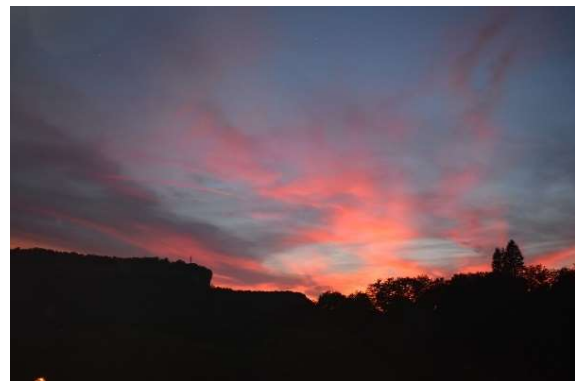


J'utilise mon appareil photo Réflex Canon.

Avant je prenais ma famille en photo.

Aujourd'hui je prends en photo des paysages.

J'adore prendre en photo le ciel, quand il a des couleurs différentes.



Je garde mes photos dans le disque dur de mon ordinateur.

J'ai déjà fait sur le site de photobox :

- Un agenda avec les photos de ma famille.
- Un album de mon voyage à New York
- Un album de mes vacances à Bordeaux

L'autodétermination par Christine

L'autodétermination veut dire faire ses propres choix pour sa vie.

J'ai suivi une formation pour devenir personne ressource « Autodétermination ».

J'étais en binôme avec ma monitrice Pauline.

Nous avons présenté l'autodétermination :

- aux professionnels de l'ESAT

Tous les professionnels de la fondation doivent suivre une formation en ligne sur l'autodétermination.

- à mes collègues travailleurs

Nous avons présenté la charte Autodétermination avec toutes ses valeurs.

Tout le monde peut signer cette charte sur le site de la Fondation Pluriel.

Pour signer la charte il faut scanner le QR code avec son téléphone portable.

Les autres QR code de la charte

permettent de voir les vidéos de chaque valeur.

Un module de formation en ligne gratuit va être proposé à toutes les familles.

Christine : J'ai trouvé cette formation intéressante.

C'est important de dire que tout le monde peut faire ses choix.

On a le droit de se tromper, de faire des erreurs.

Ça nous permet de nous améliorer et d'avancer dans sa vie.

Les valeurs de la Fondation Pluriel pour soutenir le droit à l'autodétermination

Valeur 1

L'empathie, l'écoute



Frédéric explique l'empathie et l'écoute dans une vidéo.
Il faut scanner le QR code avec son téléphone pour voir la vidéo.



Valeur 4

L'inclusion



Sabrina explique l'inclusion dans une vidéo.
Il faut scanner le QR code avec son téléphone pour voir la vidéo.



Valeur 2

L'accessibilité, la communication



Régis explique l'accessibilité et la communication dans une vidéo.
Il faut scanner le QR code avec son téléphone pour voir la vidéo.



Valeur 5

L'équité, le respect



Luan et Amandine expliquent l'équité et le respect dans une vidéo.
Il faut scanner le QR code avec son téléphone pour voir la vidéo.



Valeur 3

La confiance, la liberté, la prise de risques



Marc et Alain expliquent la confiance, la liberté et la prise de risques dans une vidéo.
Il faut scanner le QR code avec son téléphone pour voir la vidéo.



FONDATION
PLURIEL

Pour découvrir la charte entière,
il faut scanner le QR code.

Recette du cake au citron par Cyril

Ingrédients :

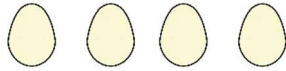
200 grammes de farine



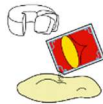
200 grammes de sucre



4 oeufs



½ sachets de levure



1 citron



100 g de beurre



Ustensiles de cuisine

1 moule à cake



2 saladiers



1 fouet



1 maryse



1 batteur



J'allume le four à 180° ou thermostat 6



Je sépare les blancs des jaunes d'œuf.

Je bats les blancs en neige avec le batteur

avec une pincée de sel



Je fais fondre le beurre au micro-ondes pendant 1 minute

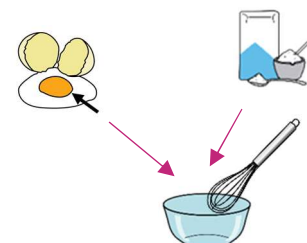


Je râpe la peau du citron pour utiliser le zeste.



Je mélange dans un saladier les jaunes d'œuf

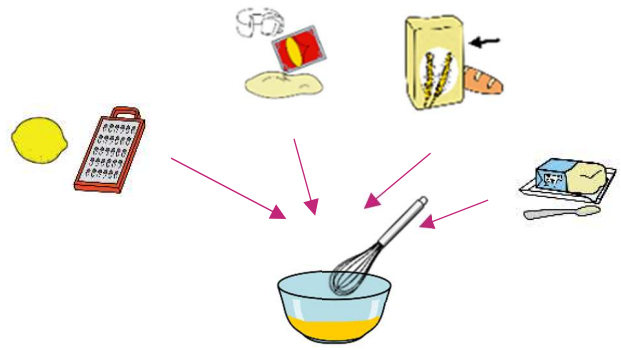
et le sucre avec un fouet.



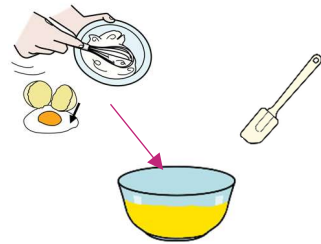
J'ajoute dans le saladier :

- le citron râpé,
- la levure,
- la farine
- et le beurre fondu

⇒ Je mélange



Puis j'ajoute les blancs en neige.



Je mélange doucement avec la maryse.

Je frotte les bords du moule à cake avec du beurre



Je verse le mélange dans le moule à cake

Je mets le moule dans le four chaud

Je laisse cuire pendant 40 minutes



A la fin de la cuisson, je pique le gâteau avec un couteau

Si le couteau ressort propre,

ça veut dire que le gâteau est bien cuit



Je sors le gâteau du four avec des gants de cuisine
pour ne pas me brûler.



Bon appétit !

Cours de dessin par Carlos

Tous les mardis je prends des cours de dessin dans une école de dessin à Valdahon.

On est libre de dessiner ce que l'on veut.

Je choisis un dessin dans un livre.

Je dessine ce dessin au crayon de papier.

Je le colorie ensuite avec des pastels.

Les pastels sont des craies grasses de couleurs différentes.

Ça va plus vite pour colorier.

J'ai essayé la peinture au début mais je n'aime pas ça.

C'est trop salissant.

La professeure me montre comment faire.

Elle me montre des techniques :

- Comment centrer son dessin
- Quelles couleurs utiliser
- Comment utiliser les couleurs

J'aime dessiner des animaux comme des singes, des grues ou des chevaux.

Quand je rentre au foyer,

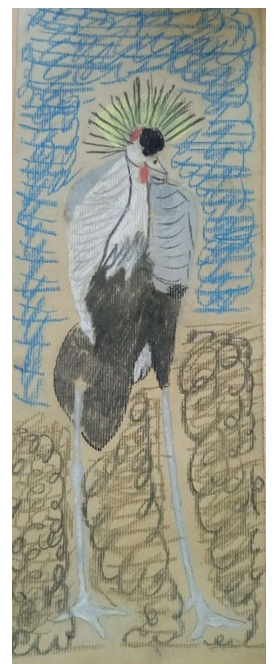
J'encadre mes dessins avec Isore.

Isore est ma référente au foyer.

Pendant cette activité j'apprends des choses nouvelles sur les animaux.

Je vois du monde et ça me fait du bien.

Je suis fier des dessins que je fais.



Mots mêlés sur l'Autodétermination

O	P	Y	I	N	C	L	U	S	I	O	N	L	Z
E	X	P	E	R	I	E	N	C	E	N	V	I	E
G	T	C	N	H	U	V	R	E	G	L	E	S	M
E	C	O	U	T	E	E	L	H	G	T	B	F	W
R	I	S	Q	U	E	D	R	O	I	T	X	W	N
C	W	X	E	D	T	S	O	U	T	I	E	N	R
R	N	C	O	N	F	I	A	N	C	E	Y	L	Q
L	C	N	K	P	R	O	J	E	T	Y	J	G	K
P	J	C	C	B	L	I	B	E	R	T	E	B	Q
S	F	T	V	A	L	E	U	R	S	R	H	C	E
I	D	E	C	I	D	E	R	R	G	N	U	Q	Z
H	U	Z	Q	O	C	H	O	I	X	F	O	M	Q
C	H	A	R	T	E	P	J	R	K	K	U	Z	Z
A	J	Q	W	X	R	E	S	P	E	C	T	B	A

Retrouve dans la grille les mots suivants :

CHARTÉ

INCLUSION

CHOIX

CONFIANCE

RESPECT

ECOUTE

DROIT

RISQUE

VALEUR

REGLE

SOUTIEN

EXPERIENCE

DECIDER

PROJET

LIBERTE

Jeux des 9 erreurs

Retrouve les 9 différences entre ces 2 images :



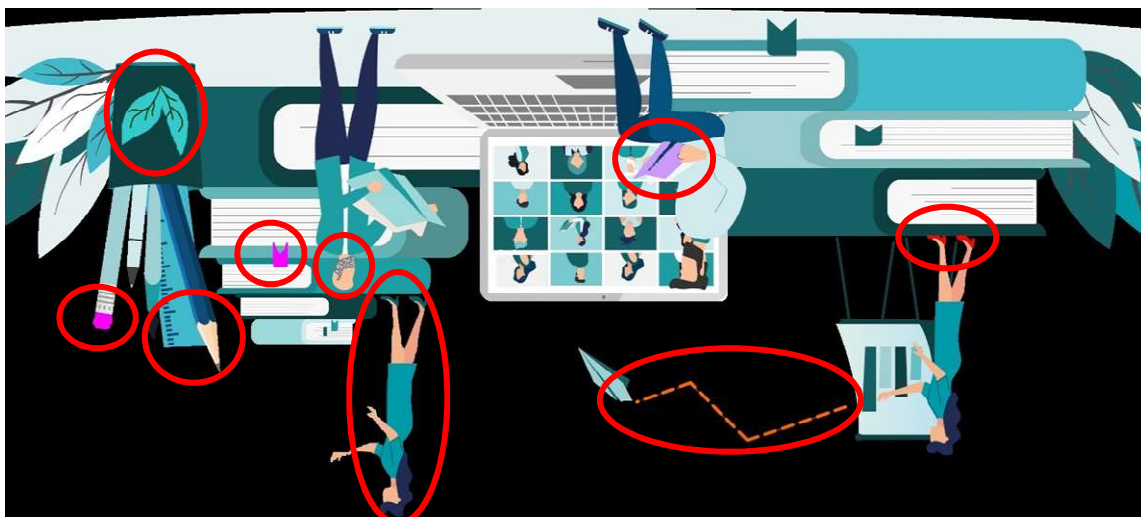
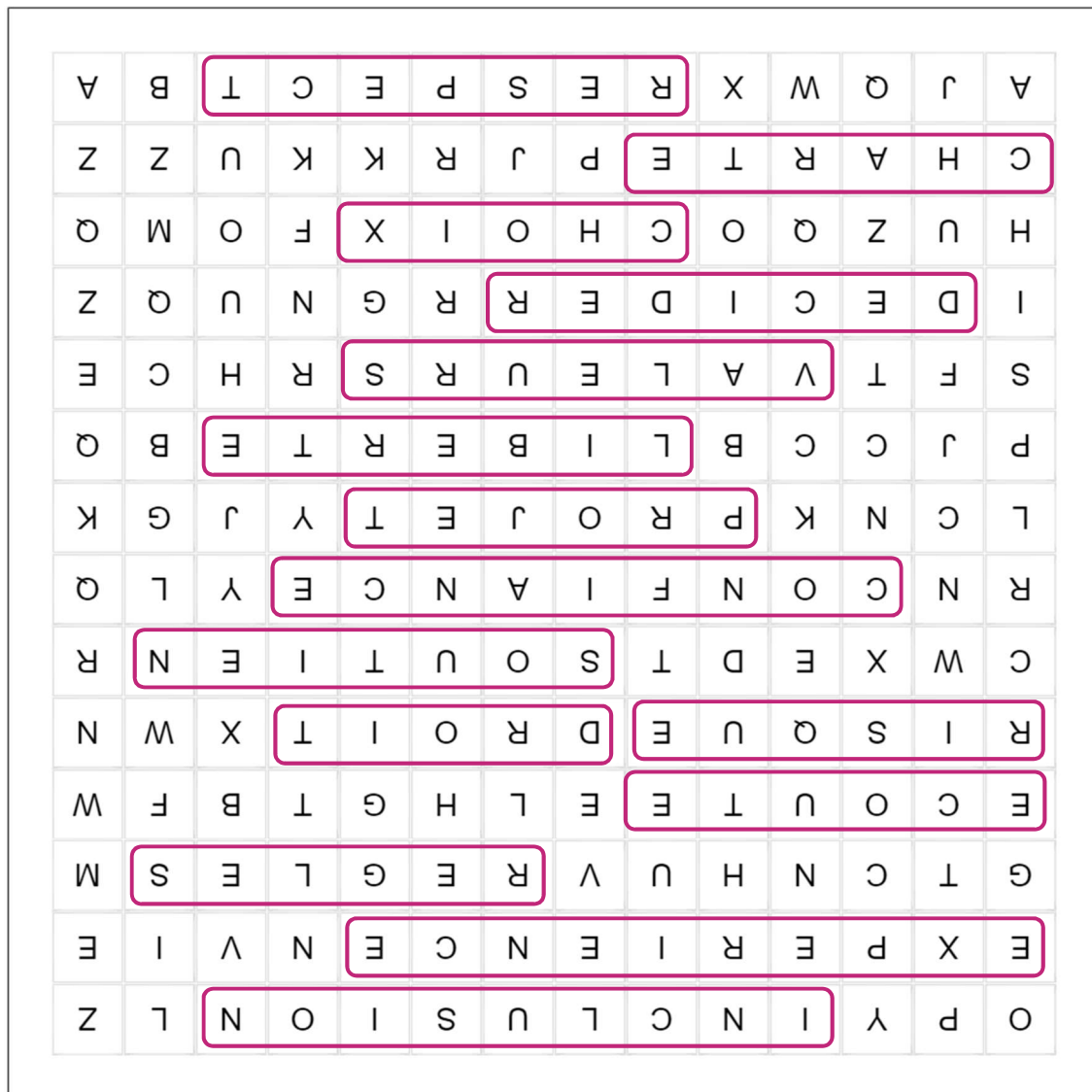
janvier	février	mars	avril	mai	juin
Jeu 1 février	Dim 1	Dim 1	Mer 1	Ven 1 février	Lun 1
Ven 2 JD 1	Lun 2	Lun 2	Jeu 2 sem 14	Sam 2	Mar 2
Sam 3	Mar 3	Mar 3	Ven 3	Dim 3	Mer 3 sem 23
Dim 4	Mer 4 sem 6	Mer 4 sem 10	Sam 4	Lun 4	Jeu 4
Lun 5	Jeu 5	Jeu 5	Dim 5	Mar 5	Ven 5
Mar 6 sem 2	Ven 6	Ven 6	Lun 6 février	Mer 6 sem 19	Sam 6
Mer 7	Sam 7	Sam 7	Mar 7	Jeu 7	Dim 7
Jeu 8	Dim 8	Dim 8	Mer 8 sem 15	Ven 8 février	Lun 8
Ven 9	Lun 9	Lun 9	Jeu 9	Sam 9	Mar 9
Sam 10	Mar 10	Mar 10	Ven 10	Dim 10	Mer 10 sem 24
Dim 11	Mer 11 sem 7	Mer 11 sem 11	Sam 11	Lun 11	Jeu 11
Lun 12	Jeu 12	Jeu 12	Dim 12	Mar 12	Ven 12
Mar 13	Ven 13	Ven 13	Lun 13	Mer 13 sem 20	Sam 13
Mer 14 sem 3	Sam 14	Sam 14	Mar 14	Jeu 14 février	Dim 14
Jeu 15	Dim 15	Dim 15	Mer 15 sem 16	Ven 15	Lun 15
Ven 16	Lun 16	Lun 16	Jeu 16	Sam 16	Mar 16
Sam 17	Mar 17	Mar 17	Ven 17	Dim 17	Mer 17 sem 25
Dim 18	Mer 18 sem 8	Mer 18 sem 12	Sam 18	Lun 18	Jeu 18
Lun 19	Jeu 19	Jeu 19	Dim 19	Mar 19	Ven 19
Mar 20	Ven 20	Ven 20	Lun 20	Mer 20 sem 21	Sam 20
Mer 21 sem 4	Sam 21	Sam 21	Mar 21	Jeu 21	Dim 21
Jeu 22	Dim 22	Dim 22	Mer 22 sem 17	Ven 22	Lun 22
Ven 23	Lun 23	Lun 23	Jeu 23	Sam 23	Mar 23
Sam 24	Mar 24	Mar 24	Ven 24	Dim 24	Mer 24 sem 26
Dim 25	Mer 25 sem 9	Mer 25 sem 13	Sam 25	Lun 25 février	Jeu 25
Lun 26	Jeu 26	Jeu 26	Dim 26	Mar 26	Ven 26
Mar 27	Ven 27	Ven 27	Lun 27	Mer 27 sem 22	Sam 27
Mer 28 sem 5	Sam 28	Sam 28	Mar 28	Jeu 28	Dim 28
Jeu 29		Dim 29	Mer 29 sem 18	Ven 29	Lun 29
Ven 30		Lun 30	Jeu 30	Sam 30	Mar 30
Sam 31		Mar 31		Dim 31	

juillet	août	septembre	octobre	novembre	décembre
Mer 1	Sam 1	Mar 1	Jeu 1	Dim 1 février	Mar 1
Jeu 2 sem 27	Dim 2	Mer 2	Ven 2	Lun 2	Mer 2
Ven 3	Lun 3	Jeu 3 sem 36	Sam 3	Mar 3	Jeu 3 sem 49
Sam 4	Mar 4	Ven 4	Dim 4	Mer 4 sem 45	Ven 4
Dim 5	Mer 5 sem 32	Sam 5	Lun 5	Jeu 5	Sam 5
Lun 6	Jeu 6	Dim 6	Mar 6 sem 41	Ven 6	Dim 6
Mar 7	Ven 7	Lun 7	Mer 7	Sam 7	Lun 7
Mer 8 sem 28	Sam 8	Mar 8	Jeu 8	Dim 8	Mar 8
Jeu 9	Dim 9	Mer 9 sem 37	Ven 9	Lun 9	Mer 9 sem 50
Ven 10	Lun 10	Jeu 10	Sam 10	Mar 10 sem 46	Jeu 10
Sam 11	Mar 11	Ven 11	Dim 11	Mer 11 février	Ven 11
Dim 12	Mer 12 sem 33	Sam 12	Lun 12	Jeu 12	Sam 12
Lun 13 JD 2	Jeu 13	Dim 13	Mar 13	Ven 13	Dim 13
Mar 14 février	Ven 14	Lun 14	Mer 14 sem 42	Sam 14	Lun 14
Mer 15 sem 29	Sam 15 février	Mar 15	Jeu 15	Dim 15	Mar 15
Jeu 16	Dim 16	Mer 16 sem 38	Ven 16	Lun 16	Mer 16 sem 51
Ven 17	Lun 17	Jeu 17	Sam 17	Mar 17	Jeu 17
Sam 18	Mar 18	Ven 18	Dim 18	Mer 18 sem 47	Ven 18
Dim 19	Mer 19 sem 34	Sam 19	Lun 19	Jeu 19	Sam 19
Lun 20	Jeu 20	Dim 20	Mar 20	Ven 20	Dim 20
Mar 21	Ven 21	Lun 21	Mer 21 sem 43	Sam 21	Lun 21
Mer 22 sem 30	Sam 22	Mar 22	Jeu 22	Dim 22	Mar 22
Jeu 23	Dim 23	Mer 23	Ven 23	Lun 23	Mer 23 sem 52
Ven 24	Lun 24	Jeu 24 sem 39	Sam 24	Mar 24	Jeu 24
Sam 25	Mar 25	Ven 25	Dim 25	Mer 25 sem 48	Ven 25 février
Dim 26	Mer 26 sem 35	Sam 26	Lun 26	Jeu 26	Sam 26
Lun 27	Jeu 27	Dim 27	Mar 27	Ven 27	Dim 27
Mar 28	Ven 28	Lun 28	Mer 28 sem 44	Sam 28	Lun 28
Mer 29 sem 31	Sam 29	Mar 29	Jeu 29	Dim 29	Mar 29
Jeu 30	Dim 30	Mer 30 sem 40	Ven 30	Lun 30	Mer 30 sem 53
Ven 31	Lun 31		Sam 31		Jeu 31

Pour 2026 : 253 j - 25 j congés annuels soit 226 j travaillés
A noter : reprise du travail théorique le lundi 4 janvier 2027

Jour du directeur
Jours de fermeture de l'ESAT
Non travaillé

Correction des jeux





*Toute l'équipe du journal
de l'ESAT d'Ornans
vous souhaite
de joyeuses fêtes de fin d'année
et une heureuse année 2026 !*

Avec la participation de :

- Marylou
- Victoria
- Christian
- Jonathan
- Anne-Catherine
- Christopher
- Joël
- Christ
- Amandine
- Florian
- Manu
- Christine
- Cyril
- Carlos
- Philippe

ESAT d'Ornans

20 Av du Mal Juin – 25 290 Ornans
03 81 84 17 62 – mailgenéral@fpluriel.org

Illustrations

Certaines illustrations ont été générées avec l'outil IA Copilot. D'autres visuels proviennent des bases Sclera et Arassac.

FONDATION
PLURIEL

Fondation Pluriel

9 chemin de Palente – 25 020 Besançon
03 81 51 96 20 – contact@fpluriel.org