



**MDA**  
**nFC**



*Maison de l'Adolescence  
Nord Franche-Comté*

## **UN SERVICE À DESTINATION DE 3 PUBLICS**

-  **LES JEUNES DÈS LA 6<sup>ème</sup> JUSQU'À 25 ANS INCLUS**
-  **LES PARENTS D'ADOLESCENTS**
-  **LES PROFESSIONNELS TRAVAILLANT AVEC DES ADOLESCENTS**

**MAL-ÊTRE, HARCÈLEMENT, DIFFICULTÉS FAMILIALES,  
CONDUITES À RISQUE, DIFFICULTÉS LIÉES A LA SCOLARITÉ...**



**GRATUITÉ**



**LIBRE  
ADHÉSION**



**CONFIDENTIALITÉ**

# LA MDA NORD FRANCHE-COMTÉ PROPOSE

- une salle d'attente sensorielle (Belfort)
- des entretiens individuels
- des entretiens familiaux
- un accompagnement à la parentalité
- une permanence addictologie
- des ateliers pour les adolescents et/ou les parents
- des colloques

## 11 VILLES D'ACCUEIL SUR RDV



8 av. Briand / 72 av. 8 mai  
25400 AUDINCOURT

3 rue Jules Vallès  
90000 BELFORT

13 rue Buffon  
25200 BETHONCOURT

1 imp. des Combasles  
90500 BEAUCOURT

2 ter rue du Lomont  
25310 BLAMONT

24 faubourg de Belfort  
90010 DELLE

4 rue de l'Hôtel de Ville  
25600 SOCHAUX

Place Emile Peugeot  
25702 VALENTIGNEY

2 avenue Jean Moulin  
90200 GIROMAGNY

11 rue Ravel / 9 av. Blum  
25200 MONTBELIARD

59 rue Paul Vinot  
70400 HERICOURT

UN NUMÉRO UNIQUE :  **03 84 57 43 10**



 [mda-nfc@ahbfc.fr](mailto:mda-nfc@ahbfc.fr)

 [www.mda-nfc.fr](http://www.mda-nfc.fr)

 [@MDA.NordFrancheComte](https://www.facebook.com/MDA.NordFrancheComte)

 [@mda.nordfranchecomte](https://www.instagram.com/mda.nordfranchecomte)



# ATELIER PHOTOGRAPHIE

MDA et Ecole d'Art de Belfort



Sur inscription au 03.84.57.43.10  
ou [mda-nfc@ahbfc.fr](mailto:mda-nfc@ahbfc.fr) avant le 17/10/2025

Un mercredi après-midi par mois  
de novembre 2025 à juin 2026

A Belfort - Ecole d'Art et MDA



@ecoledartdebelfort



@mda.nordfranchecomte



## Engagement sur l'année

Mercredi de 13h30 à 16h30



Note dans ton agenda !

12/11 : Rallye photo dans l'école d'art

10/12 : L'art de l'autoportrait

21/01 : Un appareil vintage, le sténopé

25/02 : Utilise les techniques de photo

25/03 : La chambre noire

22/04 : Crée le portrait de ton binôme

20/05 : Street box camera

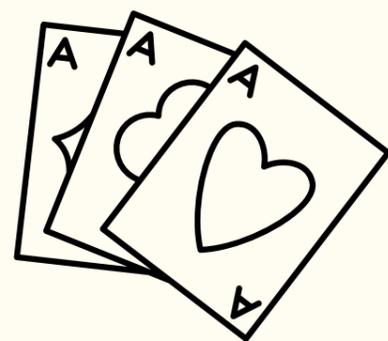
17/06 : On prépare l'exposition !

# ATELIER

## Jeux de société

**Belfort**

Proposé par la  
**MDA NFC**

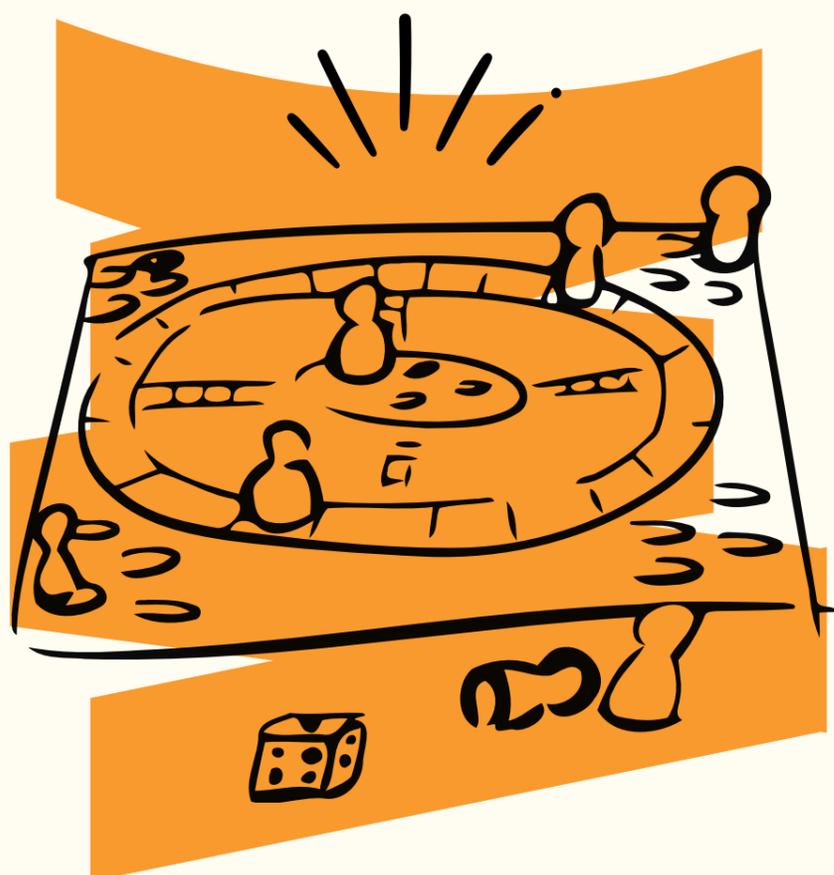
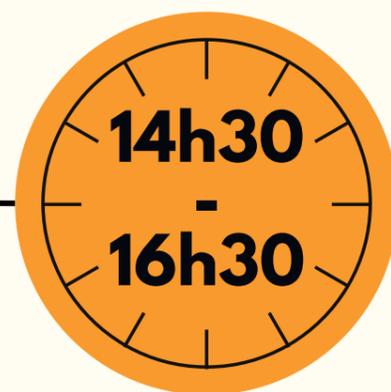


Le mercredi

- 15 octobre 2025
- 19 novembre 2025
- 17 décembre 2025
- 21 janvier 2026
- 18 mars 2026
- 22 avril 2026
- 27 mai 2026
- 24 juin 2026

Atelier aux mêmes dates  
dans le Pays de Montbéliard !

**Goûter sur place**



**A BELFORT, LIEU DONNÉ  
LORS DE L'INSCRIPTION**

**SUR INSCRIPTION AU  
03.84.57.43.10  
OU MDA-NFC@AHBFC.FR**



@mda.nordfranchecomte

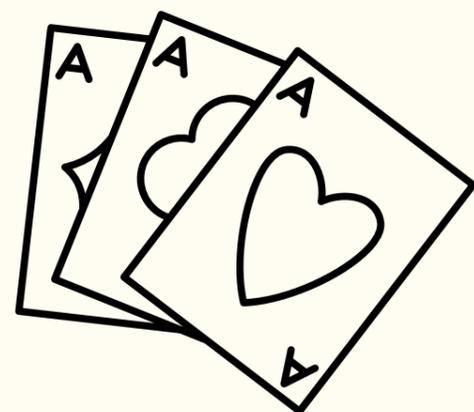
Maison de l'Adolescence  
Nord Franche-Comté

# ATELIER

## Jeux de société

Pays de Montbéliard

Proposé par la  
MDA NFC

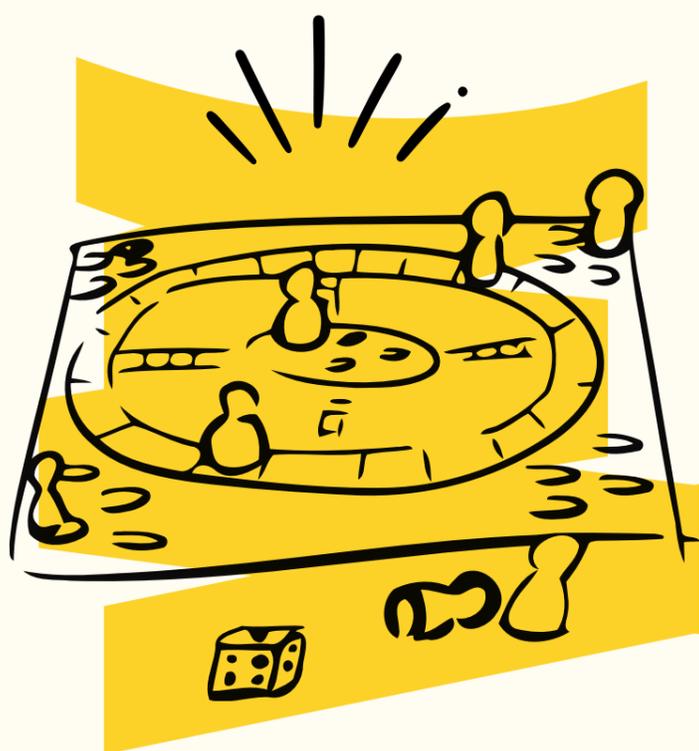
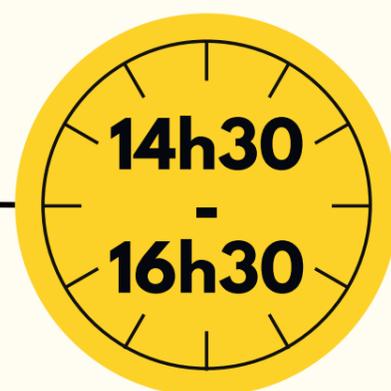


Le mercredi

- 15/10/25 Montbéliard
- 19/11/25 Valentigney
- 17/12/25 Audincourt
- 21/01/26 Bethoncourt
- 18/03/26 Montbéliard
- 22/04/26 Valentigney
- 27/05/26 Audincourt
- 24/06/26 Bethoncourt

Goûter sur place

Atelier aux mêmes  
dates à Belfort !



ADRESSE EXACTE DONNÉE  
LORS DE L'INSCRIPTION

SUR INSCRIPTION AU  
03.84.57.43.10  
OU MDA-NFC@AHBFC.FR



@mda.nordfranchecomte

Maison de l'Adolescence  
Nord Franche-Comté

# SORTIES NATURE

Avec La Maison De  
L'Adolescence

De 13h30 à 18h

Ramassage possible à La MDA de Belfort  
et au parking de La Roselière  
à Montbéliard

- Mardi 10 février : La Damassine à Vandoncourt
- Mardi 7 avril : La grotte de la tante Airie à Blamont
- Mercredi 8 juillet : Le tour du Fort de Giromagny

Sur inscription  
par mail/téléphone

# ATELIER

## *Cuisine*

PROPOSÉ PAR LA  
MDA NFC DE 14H À 16H30

- 1er octobre 2025
- 5 novembre 2025
- 3 décembre 2025
- 7 janvier 2026
- 4 février 2026
- 4 mars 2026
- 6 mai 2026
- 3 juin 2026

A la MJC St Exupéry  
25400 Audincourt

Sur inscription au  
**03.84.57.43.10**  
MDA-NFC@AHBFC.FR



@mda.nordfranchecomte



# ACCROS AUX ÉCRANS ?

Mardi 7 octobre 2025  
Jeudi 29 janvier 2026  
Mardi 28 avril 2026  
De 18h à 20h

PROPOSÉ PAR LE  
CSAPA ET LA MDA NFC

INSCRIPTION À LA MDA AU 03 84 57 43 10



ATELIER  
PARTICIPATIF ET  
CONVIVIAL

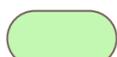
AU CSAPA 6 RUE DU RHÔNE, BELFORT,  
SALLE REZ-DE-CHAUSSEE.

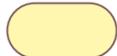
# Calendrier de la MDA 2025-2026



	SEPTEMBRE		OCTOBRE		NOVEMBRE		DÉCEMBRE		JANVIER		FÉVRIER		MARS		AVRIL		MAI		JUIN		JUILLET
01	L		01 <b>CUISINE</b>		01 S		01 L		01 J		01 D		01 D		01 M		01 V		01 L		01 M
02	M		02 J		02 D		02 M		02 V		02 L		02 L		02 J		02 S		02 M		02 J
03	M		03 V		03 L		03 <b>CUISINE</b>		03 S		03 M		03 M		03 V		03 D		03 <b>CUISINE</b>		03 V
04	J		04 S		04 M		04 J		04 D		04 <b>CUISINE</b>		04 <b>CUISINE</b>		04 S		04 L		04 J		04 S
05	V		05 D		05 <b>CUISINE</b>		05 V		05 L		05 J		05 J		05 D		05 M		05 V		05 D
06	S		06 L		06 J		06 S		06 M		06 V		06 V		06 L		06 <b>CUISINE</b>		06 S		06 L
07	D		07 <b>APERO PARENT/ADO</b>		07 V		07 D		07 <b>CUISINE</b>		07 S		07 S		07 <b>SORTIE NATURE</b>		07 J		07 D		07 M
08	L		08 M		08 S		08 L		08 J		08 D		08 D		08 M		08 V		08 L		08 <b>SORTIE NATURE</b>
09	M		09 J		09 D		09 M		09 V		09 L		09 L		09 J		09 S		09 M		09 J
10	M		10 V		10 L		10 <b>PHOTOGRAPHIE</b>		10 S		10 <b>SORTIE NATURE</b>		10 M		10 V		10 D		10 <b>JUST DANCE</b>		10 V
11	J		11 S		11 M		11 J		11 D		11 M		11 M		11 S		11 L		11 J		11 S
12	V		12 D		12 <b>PHOTOGRAPHIE</b>		12 V		12 <b>RESOLUTIONS</b>		12 J		12 <b>ESCAPE GAME</b>		12 D		12 M		12 V		12 D
13	S		13 L		13 J		13 S		13 M		13 V		13 V		13 L		13 M		13 S		13 L
14	D		14 M		14 V		14 D		14 M		14 S		14 S		14 M		14 J		14 D		14 M
15	L		15 <b>JEU DE SOCIETE</b>		15 S		15 L		15 J		15 D		15 D		15 M		15 V		15 L		15 M
16	M		16 J		16 D		16 M		16 V		16 L		16 L		16 J		16 S		16 M		16 J
17	M		17 V		17 L		17 <b>JEU DE SOCIETE</b>		17 S		17 M		17 M		17 V		17 D		17 <b>PHOTOGRAPHIE</b>		17 V
18	J		18 S		18 <b>COLLOQUE</b>		18 J		18 D		18 M		18 <b>JEU DE SOCIETE</b>		18 S		18 L		18 J		18 S
19	V		19 D		19 <b>JEU DE SOCIETE</b>		19 V		19 L		19 J		19 J		19 D		19 M		19 V		19 D
20	S		20 L		20 J		20 S		20 M		20 V		20 V		20 L		20 <b>PHOTOGRAPHIE</b>		20 S		20 L
21	D		21 <b>HALLOWEEN</b>		21 V		21 D		21 <b>JEU PHOTO</b>		21 S		21 S		21 M		21 <b>RELAXATION</b>		21 D		21 M
22	L		22 M		22 S		22 L		22 J		22 D		22 D		22 <b>JEU PHOTO</b>		22 V		22 L		22 M
23	M		23 J		23 D		23 M		23 V		23 L		23 L		23 J		23 S		23 M		23 J
24	<b>MARIO KART</b>		24 V		24 L		24 M		24 S		24 M		24 M		24 V		24 D		24 <b>JEU DE SOCIETE</b>		24 V
25	J		25 S		25 <b>FIOLE EMOTIVE</b>		25 J		25 D		25 <b>PHOTOGRAPHIE</b>		25 <b>PHOTOGRAPHIE</b>		25 S		25 L		25 J		25 S
26	V		26 D		26 M		26 V		26 L		26 J		26 J		26 D		26 M		26 V		26 D
27	S		27 L		27 J		27 S		27 M		27 V		27 V		27 L		27 <b>JEU DE SOCIETE</b>		27 S		27 L
28	D		28 M		28 V		28 D		28 M		28 S		28 S		28 <b>APERO PARENT/ADO</b>		28 J		28 D		28 M
29	L		29 M		29 S		29 L		29 <b>APERO PARENT/ADO</b>				29 D		29 M		29 V		29 L		29 M
30	M		30 J		30 D		30 M		30 V				30 L		30 J		30 S		30 M		30 J
			31 V				31 M		31 S				31 M				31 D				31 V

 Atelier jeu de société  
14h30-16h30  
Pays de Montbéliard  
et Belfort

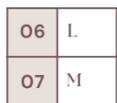
 Activités ponctuelles  
à la MDA à Belfort

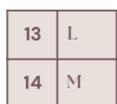
 Atelier cuisine,  
14h-16h30, centre social  
Saint Exupéry

 Colloque sur les  
violences intrafamiliales  
Ouvert à tous  
8h30-17h  
Monbtéliard

 Apéro parent-ado :  
accros aux écrans ?  
18h30-20h30  
Belfort

 Groupe photo  
Engagement à l'année  
13h30-16h30  
Belfort

 06 L  
07 M  
Vacances  
MDA ouverte

 13 L  
14 M  
MDA fermée

## C'est quoi ces activités ponctuelles ?

Mario Kart  
Tournoi sur la switch  
14h-17h

Halloween  
Sortie en nature pour trouver et créer sa déco  
14h-17h

Fiole émotive  
Concocte des potions d'émotions  
17h-19h

Résolutions  
Crée ton vision board ou tes défis pour l'année  
17h-18h

Sortie nature  
Viens faire une rando avec les psy/éduc  
13h30-18h

Escape game  
Résous l'enquête secrète de la MDA  
17h-18h

Just Dance  
Danse et blind test : get ready pour la fête de la musique !  
14h-17h

Relaxation  
Relâche le stress avant les exams  
17h30-18h30



Ateliers sur inscription :

03.84.57.43.10  
mda-nfc@ahbfc.fr

3 rue Jules Vallès  
90000 Belfort

@mda.nordfranchecomte



## Calendrier de la MDA 2025-2026

Tous les ateliers prévus cette année !

gratuits