

Sortir, partager, se retrouver

Le CCAS à vos côtés

Septembre - Décembre 2025

Le CCAS est un acteur de proximité essentiel pour le bien être des Sassenageois.

Il déploie des services d'aide et d'accompagnement social pour l'ensemble des habitants.

Il propose à travers son Espace de Vie Sociale des animations et activités tout public.



Les ateliers réguliers

Les ateliers réguliers sont ouverts à tous.
Adhésion annuelle: 13€ pour les Sassenageois, 20€ pour les extérieurs (si inscription en milieu d'année le prix de l'adhésion sera divisé par deux).

De fil en aiguille

Les lundis de 9h à 11h30 et de 14h à 16h30

Une bénévole vous accueille et vous conseille sur la réalisation de vos ouvrages, chaque participant doit apporter sa machine et son matériel de couture.



Activités libres

Les mardis de 14h à 16h

Au Centre associatif Saint-Exupéry

Atelier d'échanges et de création autour de diverses activités.

Scrabble duplicate

Les mardis de 14h à 16h

Variante du jeu de scrabble, dans laquelle chaque joueur joue simultanément avec les mêmes lettres, face à l'ordinateur.

Découverte du dessin

Les mercredis de 14h30 à 16h30

Atelier d'initiation au dessin, pour tous à partir de 10 ans (débutants et confirmés), pour développer sa créativité.

Voix et chant

Les jeudis de 9h30 à 11h30

Au Centre associatif Saint-Exupéry

Faites entendre votre voix dans cet atelier vocal et chantant. Relaxation, exercices de respiration, échauffement de la voix, et jeux vocaux, en groupe et individuellement.

Pause gourmande

Un jeudi sur deux, de 14h à 16h

Atelier cuisine, échanges de recettes, de techniques et d'astuces.

Sur inscription.

Remue méninges

Les vendredis de 9h30 à 11h

Jeux de mémoire, exercices de concentration et de logique pour stimuler son cerveau.



Jardin'âge

Les mercredis de 9h à 11h

Apprendre à cultiver des plantes, construire des structures de jardin, et à utiliser leurs récoltes en cuisine. Cet atelier favorise le lien social, sensibilise à l'environnement et promeut une alimentation saine.

Atelier Numérique

NOUVEAU!

Les mardis de 9h30 à 11h

Apprenez les bases du numérique en 10 séances : e-mail, démarches CAF/Ameli, navigation web, sécurité. Groupes de 6-10 adultes, accompagnement personnalisé. Apportez votre matériel. Sur inscription.

Les temps forts

Septembre

Goûter des personnes âgées

Vendredi 5 septembre de 14h30 à 16h30

Portes Ouvertes

Mercredi 10 septembre de 16H30 à 19H

Présentation des ateliers et des services du CCAS : portage repas, accès aux droits, PIA, logement... Tout public. Pot de l'amitié.

Octobre

Semaine Bleue 2025

«Vieillir, une force à partager»

Mercredi 8 octobre

Dès 15h : Forum sur la douleur invisible au gymnase des Pies suivi d'une conférence à 18h30.

Jeudi 9 octobre

De 14h à 18h : Les défis de « l'Âge d'or » à l'EHPAD : mini-jeux, énigmes, parcours sensoriels et spectacle voix/chant. Détente et convivialité garanties.



Halloween pour toute la famille !

Vendredi 31 octobre

Jeu de piste spécial Halloween avec le service jeunesse et la Grotte les Cuves de Sassenage. Parcours avec stands et jeux variés tout au long du trajet. Frissons et amusement garantis pour petits et grands !

Novembre

160 ans de la Grotte les Cuves

Exposition : du 3 au 14 novembre

Découvrez des reproductions de cartes postales anciennes, un voyage dans le temps au cœur de l'histoire locale..

L'histoire des Cuves de Sassenage - Conférence

Vendredi 14 novembre de 14h30 à 16h30

Grâce au marquis de Béranger et aux différents guides de 1865 à nos jours, retracez l'histoire de la Grotte les Cuves de Sassenage.

Soirée Solidaire

Mardi 25 novembre de 18h30 à 20h30

Créez vos décorations de Noël ! Atelier créatif pour préparer les fêtes dans une ambiance chaleureuse. Participation solidaire : apportez un produit alimentaire qui sera offert aux familles dans le besoin.

Décembre

Colis de Noël

Vendredi 5 de 8h30 à 17h

et samedi 6 décembre de 8h30 à 12h

Distribution des colis de Noël pour les plus de 70 ans de la ville de Sassenage.

Repas de Noël

Mercredi 10 décembre à 11h

au Gymnase des Pies

Repas annuel pour les 70 ans et plus de la Ville de Sassenage.



Noël des anciens

Cette année encore, les Sassenageois âgés de 70 ans et plus sont invités à faire leur choix entre colis de Noël et repas dansant.

Coupon d'inscription à retourner le vendredi 17 octobre au plus tard.

Pour toute information, contactez le CCAS au 04 76 26 34 90.



Bénévolat

Le CCAS recherche des bénévoles pour la réalisation de ses activités. Partagez un peu de votre temps avec nos adhérents !



Newsletter du CCAS

Flashez le QR-CODE ci-bas pour vous inscrire à la newsletter du CCAS et ne rater aucune de nos actualités !



CCAS, 4 Rue Pierre de Coubertin, 38360 Sassenage
04 76 26 34 90 · ccas@sassenage.fr

