

Sortir, partager, se retrouver

Le CCAS à vos côtés

Avril - Juillet 2026

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.



Sassenage



Sassenage

Un choix de vie

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 9h 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 le cerveau.

Ateliers numérique collectifs

28 avril : France Connect : CAF / AMELI / Impôts

26 mai : Premiers pas avec l'intelligence artificielle

30 juin : Les bases de Windows

Sur inscription uniquement

Atelier des familles

Les mercredis matins de 9h30 à 11h.

8 avril : atelier jardinage

Plantation au jardin partagé

29 avril : atelier ludique

Quiz dessin animé

13 mai : atelier créatif

Création de fleurs en papier

27 mai : atelier jardinage

Suivi et entretien du jardin

10 juin : atelier créatif

Création d'une grande fresque collective

24 juin : fête de fin d'année

Initiation au tennis avec le Tennis Club de Sassenage et repas convivial partagé

Atelier cognitifs

Les jeudis de 10h à 11h30

21 et 28 mai, 11, 18 et 25 juin, 2 juillet

Prévenir le vieillissement et le déclin cognitif, maintenir et améliorer les capacités cognitives et prolonger l'autonomie intellectuelle.

Atelier Brain Ball

Les jeudis matin du 29 octobre au 17 décembre de 10h à 11h30

Les exercices Brain Ball stimulent les fonctions cognitives et mobilisent le système sensoriel (vision, audition, équilibre, dextérité...). Pratiqué avec des balles et sacs de sable, il repose sur des mouvements rythmés, seul ou en groupe, favorisant le développement sensoriel ainsi que la coordination des sens.



Les temps forts

Avril

Décoration tote bag

Mardi 14 avril de 14h30 à 16h30

Atelier créatif parent-enfant de décoration de tote bag cousus par l'atelier fil en aiguille de l'EVS.

Droit d'entrée : une denrée alimentaire ou un produit d'hygiène pour les bénéficiaires de la distribution alimentaire.

Sortie familiale à Autrans

Samedi 25 avril de 9h30 à 15h30

Sortie familiale à la journée à Autrans, gratuite et ouverte aux familles, visant à faire découvrir les loisirs de montagne accessibles.

Au programme : visite de la ferme des bisons du Pré Lauzes, pique-nique collectif tiré du sac et jeux.

Mai

Semaine de l'environnement

Du 4 au 7 mai

Repair Café

Lundi 4 mai de 14h à 18h

Réparation d'objets du quotidien afin de promouvoir le développement durable avec l'association Repair Café : **intervention gratuite** mais 5 € encaissé par les bénévoles en cas de réparation réussie (habituel sur ce dispositif).

Dans le cadre de la Semaine de l'environnement, le CCAS investit les écoles de la commune pour sensibiliser les plus jeunes aux enjeux environnementaux.

Mardi 5 mai

L'association Action Éducation animera des ateliers ludiques sur le **tri des déchets** auprès de deux classes de CM1/CM2 de l'école des Pies.

Jeudi 7 mai

C'est Bee-GRE, apiculteur basé à Noyarey, qui

viendra à la rencontre d'une classe de CE2 de l'école Vercors pour parler de son métier et de l'**importance des abeilles** pour notre environnement.

Journée des familles

Samedi 30 mai de 9h30 à 12h

Espace en herbe près du pumptrack

Voir encart page 4.

Juin

L'Odyssée de Sassenage

Samedi 6 juin de 10h à 12h

L'Odyssée de Sassenage est un grand jeu d'aventure immersif, destiné aux familles, mêlant énigmes, défis ludiques, épreuves créatives et coopération.

Juillet

Sortie habitants Lac de Paladru

Samedi 4 juillet de 10h à 16h

Départ en bus depuis l'EVS pour une journée d'été placée sous le signe de la détente : baignade surveillée, jeux d'eau, animations pour tous les âges et pique-nique partagé.



Journée des familles

Samedi 30 mai de 9h à 12h

Rejoignez-nous devant le pumtrack pour un moment unique avec vos enfants. Au programme : yoga parents-enfants, parcours de motricité, sable magique et transvasement pour les petits. Les plus grands profiteront de l'initiation cirque, du scrapbooking, des grands jeux en bois et d'une fresque collective. Venez échanger avec les professionnels et découvrir les ressources du territoire dans une ambiance festive.

Accès gratuit

Inscriptions aux ateliers sur place.



Des temps de qualité partagés entre parents et enfants

ATELIER DES FAMILLES

JARDINAGE, ACTIVITÉS CRÉATIVES ET LUDIQUES

Un cycle d'animations permettant aux parents et aux enfants de partager des moments conviviaux.

Les 4 et 18 mars, 8 et 29 avril, 13 et 27 mai et le 10 juin

Mercredi 24 juin : fête de fin d'année
Initiation au tennis avec le Tennis Club Sassenage et repas convivial partagé.

CCAS de Sassenage | 04 76 26 34 90 | evs@sassenage.fr



Sassenage
Un choix de vie

Nouveaux créneaux pour l'aide administrative et numérique

Les mardis 9h à 10h et de 10h à 11h en plus des vendredis matins et des ateliers collectifs mensuels.

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
evs@sassenage.fr

