



ville-la-grand

BIEN VIVRE TOUS ENSEMBLE

CCAS

Centre Communal
d'Action Sociale

Se sentir bien dans sa tête, dans son corps et avec les autres

SEPT. > DEC.

2026

ZOOM sur...

l'Activité Physique Adaptée

Dans le cadre de sa mission de prévention, le CCAS reconduit cette activité pour l'année 2026-27, animée par des professionnels de l'association TousCap'.

Elle est organisée sous forme de cycle de 12 séances, permettant à **toutes et tous de se remettre en mouvement**. Ce cycle nécessite de l'assiduité pour mesurer les progrès accomplis en terme de capacités physiques.



Le CCAS a fait le choix d'inciter les personnes à l'issue de ce cycle à s'inscrire dans des clubs existants à Ville-la-Grand (notamment le Gym Club), qui proposent des activités à l'année.

À chacun son service

Symbole	Service	Public	Horaire	Lieu
	Cours d'anglais	Tout public	9h30 à 11h	Bergerie (1 ^{er})
	Cours de français	Tout public	14h30 à 16h	Bergerie (1 ^{er})
	Atelier numérique	Tout public	10h à 12h	Bergerie (4 ^{ème})
	Initiation aux échecs	Tout public	10h à 11h	Bergerie (4 ^{ème})
	Atelier tricot	Tout public	14h30 à 16h30	Espace Citoyen
	Activités physiques adaptées	+ 60 ans	9h30 à 10h30	Bergerie (4 ^{ème})
	Atelier Estime de soi	+ 60 ans	14h à 16h30	Bergerie (4 ^{ème})
	Bien manger bien bouger	+ 60 ans	14h30 à 16h30	Bergerie (4 ^{ème})
	Activités des lundis	+ 60 ans	14h à 16h	Bergerie (1 ^{er})
	Atelier Mobilité (révision du code)	+ 65 ans	13h30 à 16h30	Mairie
	Animation aux Magnolias	+ 65 ans	14h30 à 16h30	Bergerie (2 ^{ème})
	Gratifieria (marché 100% gratuit)	Tout public	10h à 14h	Prés des Plans
	Ridés mais pas fanés	Tout public	13h45 à 17h30	Salle du Savoy
	Semaine intergénérationnelle	Tout public	Détails sur le site : vlg.fr	
	Repas des seniors	+ 75 ans	12h	Salle du Savoy
	Colis de Noël	+ 80 ans	14h à 17h	Bergerie (1 ^{er})
Service de portage de repas à domicile		Tout public, sous conditions		
Aides au transport		+ 65 ans		CCAS



Septembre 2026

	1 ^{er} Mar	2 Mer 	3 Jeu 	4 Ven	5 Sam	6 Dim
7 Lun	8 Mar	9 Mer 	10 Jeu 	11 Ven	12 Sam Gratifieria	13 Dim
14 Lun 	15 Mar 	16 Mer 	17 Jeu FR	18 Ven 	19 Sam	20 Dim
21 Lun 	22 Mar 	23 Mer 	24 Jeu FR	25 Ven 	26 Sam	27 Dim
28 Lun 	29 Mar 	30 Mer Ridés mais pas fanés				



Octobre 2026

Vacances scolaires
du 19 octobre
au 02 novembre

Vacances scolaires du 19 octobre au 02 novembre				1 ^{er} Jeu	2 Ven	3 Sam	4 Dim
				 	 		
5 Lun	6 Mar	7 Mer	8 Jeu	9 Ven	10 Sam	11 Dim	
	 		  	 	 Repas des seniors		
12 Lun	13 Mar	14 Mer	15 Jeu	16 Ven	17 Sam	18 Dim	
 	 		  	 			
19 Lun	20 Mar	21 Mer	22 Jeu	23 Ven	24 Sam	25 Dim	
Semaine intergénérationnelle				 	 		
26 Lun	27 Mar	28 Mer	29 Jeu	30 Ven	31 Sam		
	  		 				



Novembre 2026

1^{er} Dim

2 Lun 	3 Mar  	4 Mer 	5 Jeu   	6 Ven  	7 Sam	8 Dim
9 Lun  	10 Mar  	11 Mer Féié	12 Jeu  	13 Ven  	14 Sam	15 Dim
16 Lun 	17 Mar  	18 Mer 	19 Jeu   	20 Ven  	21 Sam	22 Dim
23 Lun  	24 Mar   	25 Mer 	26 Jeu   	27 Ven  	28 Sam	29 Dim
30 Lun 						



Décembre 2026

	1 ^{er} Mar   	2 Mer  	3 Jeu   	4 Ven  	5 Sam	6 Dim
7 Lun  	8 Mar   	9 Mer 	10 Jeu   	11 Ven  	12 Sam	13 Dim
14 Lun 	15 Mar  	16 Mer 	17 Jeu   	18 Ven  	19 Sam	20 Dim
21 Lun	22 Mar	23 Mer	24 Jeu  	25 Ven Férial	26 Sam	27 Dim
28 Lun	29 Mar	30 Mer	31 Jeu	Vacances scolaires du 21 décembre au 04 janvier		

Ridés mais pas fanés

Découvrez le programme !

- **BAR À JUS**
Petite collation en continu
- **WII SPORT**
en continu, sans inscription
- **ATELIER WENDO**
Self defense UNIQUEMENT féminin
sur inscription - 15 personnes
› Séances à 14h / 15h15 / 16h30
- **ATELIER KRAVMAGA**
Self defense mixte
sur inscription - 15 personnes
› Séances à 14h / 15h15 / 16h30
- **ATELIER YOGA SUR CHAISE**
sur inscription - 15 personnes
› Séances à 14h / 15h / 16h
- **ATELIER CALLIGRAPHIE**
sur inscription - 10 personnes
› Séance de 14h30 à 16h30 (durée 2 heures)

L'évènement Ridés mais pas fanés
revient le **vendredi 30 septembre**
de 13h45 à 17h30
salle du Savoy à Ville-la-Grand

Cette année explorez le thème :

*Se détendre,
se défendre...*

Mairie de Ville-la-Grand

www.ville-la-grand.fr

12 rue Léary

ccas@vlg.fr

04 50 84 26 57

du lundi au vendredi
9h - 12h et 14h - 17h