

2026

PROGRAMME AÎNÉS + 60 ans

septembre / octobre / novembre / décembre



La Norville
Votre CCAS

Infos pratiques



Qui peut participer ?

Vous habitez La Norville et avez plus de 60 ans ? Profitez d'activités variées pour vous divertir, apprendre et créer des liens au cœur de votre ville ! **Pour en profiter et ne louper aucune actualité, inscrivez-vous au CCAS en fournissant votre adresse email.**



Financement et tarification des activités

Pour vous proposer un programme riche et varié, le CCAS de La Norville s'appuie sur différents modes de financement. Voici comment sont calculés vos tarifs :

- * **Les activités gratuites** : elles ne coûtent rien aux participants ; elles sont soit financées par des partenaires extérieurs (Conférence des financeurs, PRIF), soit offertes par le CCAS de La Norville.

- * **Les activités payantes** : le coût réel est différencié afin de rester accessible à tous.

- ↳ Pour les Norvillois : La commune prend en charge la majeure partie du prix. Votre participation varie entre 10 %, 50% et 70 % du coût réel, selon des critères spécifiques (l'âge, les ressources).

- ↳ Pour les personnes hors commune : L'activité est facturée à 100 % du coût réel.



Comment s'inscrire ?

L'inscription est simple et peut se faire de plusieurs manières auprès du CCAS de La Norville :

- * Par mail : ccas@lanorville91.fr
- * Par téléphone : 01 69 26 19 05

Agenda - sommaire

sept. > déc. 2026

1^{er} jeudi du mois C'est ciné p. 4

Septembre 2026

Du 8.09 au 9.10 Ateliers Inclusion numérique p. 5

Octobre 2026

Du 5 au 11 Semaine bleue p. 6

Ven 9 Loto gourmand p. 7

Mar 13 P'tit bouillon p. 8

Mer 14 Atelier cuisine p. 9

Sam 17 Journée conduite p. 10

Novembre 2026

Du 3.11 au 1.12 Ateliers Santé mentale p. 11

Dim 22 Banquet des aînés p. 12

Décembre 2026

Jeu 3 P'tit bouillon p. 8

Sam 12 Café des lutins p. 13



Sudoku - casse-tête qui va muscler vos neurones ! p. 14

Infos à connaître p. 15

1^{er} jeudi c'est ciné !

Partagez la magie du cinéma et vivez de belles émotions !

Envie d'une pause détente ? En partenariat avec le Cinéma Stars d'Arpajon, des séances mensuelles sont proposées pour savourer le plaisir du grand écran. C'est le rendez-vous idéal pour découvrir les dernières nouveautés et partager un moment de convivialité.

Le film sélectionné sera dévoilé une semaine avant chaque séance. Consultez régulièrement nos supports de communication (site internet, réseaux sociaux, panneaux d'affichage) pour connaître la programmation.



Chaque 1^{er} jeudi après-midi du mois



©Image par Werner Redlich de Pixabay

INFOS PRATIQUES



Stars Cinéma

13 av. du Général de
Gaulle à Arpajon

TARIFS



3,50€ auprès du CCAS

SUR INSCRIPTION



15 places disponibles

Ateliers

Inclusion numérique

Apprivoisez le numérique en toute sérénité !

Découvrez un accompagnement pas à pas pour maîtriser les outils du quotidien en toute confiance.

Dans une ambiance bienveillante, apprenez à manipuler votre tablette, smartphone ou ordinateur à votre rythme. De la navigation sur Internet à l'échange de courriels, en passant par la réalisation de démarches en ligne et la sécurisation de vos usages, ces séances vous offrent toutes les clés pour gagner en autonomie.

Merci d'apporter votre propre équipement (tablette, smartphone ou ordinateur). Prêt de tablette possible sur demande.



**les mardis et vendredis,
du 8 sept. au 9 oct. 2026**



14h à 16h



© Image par Gerd Altmann de Pixabay

INFOS PRATIQUES



salle Vendôme
Maison des associations



10 séances de 2h

TARIFS



Gratuit

SUR INSCRIPTION



Places limitées

Semaine bleue

Partagez vos souvenirs et tissez des liens entre les générations !

À l'occasion de la Semaine Bleue, le CCAS vous invite à célébrer la place des aînés à travers des moments de transmission entre générations.

Venez partager vos expériences, vos métiers ou vos souvenirs lors d'interventions dans les écoles, participez à des jeux d'hier et d'aujourd'hui ou encore à des temps d'échange conviviaux.

Cette semaine festive sera également rythmée par des animations culturelles et festives.

Vous souhaitez participer à un moment d'échange intergénérationnel ? Contactez le CCAS pour vous inscrire.



Du 5 au 11 octobre 2026



INFOS PRATIQUES

Le détail complet des rendez-vous sera communiqué ultérieurement.

TARIFS



Gratuit



visuel "Marches bleues 2024" ©Philippe Ferron

Loto gourmand

Alliez plaisir du jeu et bien-être nutritionnel !

Participez à des parties de loto endiablées avec de nombreux lots gourmands à gagner !

Organisé en partenariat avec Les Insatiables, cet après-midi convivial est l'occasion idéale de partager un moment chaleureux tout en bénéficiant de conseils nutritionnels et d'échanges privilégiés avec une diététicienne-nutritionniste dans une ambiance conviviale.



vendredi 9 octobre 2026



de 14h15 à 16h45

- 14h15 - Accueil des participants
- 14h30 - Point nutrition et 3 parties de loto
- 16h30 - Goûter de clôture



Illustration générée par IA Gemini

INFOS PRATIQUES



salle Pablo Picasso

TARIFS



Gratuit

SUR INSCRIPTION



40 places disponibles

Le P'tit bouillon

Au menu : saveurs de saison, convivialité et proximité assurée !

Une belle occasion de partager un moment chaleureux et convivial autour d'un délicieux repas entre amis.

Savourez un menu unique, élaboré avec soin, exclusivement à partir de produits frais et de saison.

Le service est assuré à table par vos élus, garantissant une expérience attentive et de proximité.



mardi 13 octobre 2026
jeudi 3 décembre 2026



À 12h

La priorité sera donné aux aînés n'ayant jamais participé à cette activité.



Visuel©Mairie de La Norville 2024

INFOS PRATIQUES



salle Rosa Bonheur

TARIFS



18€

SUR INSCRIPTION



30 places disponibles

Atelier Cuisine

Cuisinez, partagez et savourez les richesses de la terre !

Venez mettre la main à la pâte lors de cette matinée gourmande au Chemin des Fleurs. L'idée est simple : se retrouver pour découvrir les légumes de saison, les récolter directement sur place, puis préparer un repas tous ensemble.

La matinée se termine tout naturellement par un moment convivial autour de la table pour déguster vos créations, accompagné d'un dessert et d'un café. Une parenthèse chaleureuse pour apprendre, échanger et surtout se régaler.



mercredi 14 octobre 2026



de 9h à 14h



visuel©Mairie de La Norville 2025

INFOS PRATIQUES



Chemin des fleurs
Avrainville

SUR INSCRIPTION



12 places disponibles
(atelier par groupe de 6)

TARIFS



Norvillois 68 ans et + : 10€

Autres Norvillois : 14€

**Norvillois non imposables
et/ou bénéficiaires de l'ASPA /**

ASI : 2€

Non-Norvillois : 20€

Journée Sécurité routière

Gardez le volant en toute confiance !

Des professionnels vous proposent une remise à niveau complète du code de la route ainsi qu'un bilan personnalisé de votre conduite. L'objectif est simple : vous rassurer, vous conseiller et vous aider à circuler avec toujours plus d'assurance.

- * Matin : Code de la route en famille, simulateur et stand auto-école (ouvert à tous).
- * Après-midi : séances de conduite d'environ 30mn avec moniteur, pour les aînés, avec bilan personnalisé - sur réservation.



samedi 17 octobre 2026



10h-17h

Horaires à confirmer



Illustration générée par Adobe Firefly

INFOS PRATIQUES



Salle Pablo Picasso

TARIFS



Gratuit

ENTRÉE LIBRE

Bien-être mental

Envie de prendre soin de votre équilibre psychologique et de cultiver votre sérénité au quotidien ?

Parce que la retraite est une étape de vie qui mérite d'être vécue pleinement, ce cycle d'ateliers vous invite à faire le point sur votre santé mentale. Ces rencontres sont l'occasion idéale de partager vos expériences et de prévenir les petites baisses de moral, l'anxiété ou le sentiment d'isolement.

Entre conseils pratiques et temps d'échanges, chaque séance est pensée pour vous aider à préserver votre bien-être sur la durée.



**tous les mardis,
du 3 nov. au 1^{er} déc. 2026**



14h30 à 17h



Illustration générée par IA Gemini

INFOS PRATIQUES



salle La Grange



5 séances de 2h30

TARIFS



Gratuit

SUR INSCRIPTION



Places limitées

Banquet des aînés

Le rendez-vous incontournable des aînés est de retour ! Une journée placée sous le signe de la convivialité et du partage pour célébrer le plaisir d'être ensemble.

Envie de partager un moment de joie et de bonne humeur ? Le traditionnel banquet vous attend pour une journée rythmée par la fête et le lien social. Au programme : un repas soigné, des rencontres et des animations pour égayer l'après-midi.

C'est l'occasion idéale de se retrouver entre amis ou de nouer de nouveaux liens dans une ambiance chaleureuse, pensée tout spécialement pour vous.



**Dimanche 22 novembre
2026**



de 12h à 16h



visuel © Mairie de La Norville 2025

INFOS PRATIQUES



Gymnase Alice Milliat

TARIFS



Gratuit

SUR INSCRIPTION



auprès du CCAS

Café des lutins

Envie de partager un moment chaleureux pour clore l'année ?

Ce rendez-vous est l'occasion idéale de se retrouver pour un temps d'échange privilégié. Si l'événement sert aussi à la **remise des colis aux aînés** qui les ont commandés, le café reste ouvert à tous, invitant chacun à partager une boisson chaude et quelques douceurs.

C'est une parenthèse simple et festive, pensée pour favoriser les rencontres et la bonne humeur, dans un esprit de proximité.



samedi 12 décembre 2026



9h à 12h



visuel © Mairie de La Norville 2025

INFOS PRATIQUES



salle des mariages
Mairie de La Norville

TARIFS



Gratuit

ENTRÉE LIBRE

Sudoku

Le Sudoku est le jeu idéal pour garder un esprit vif. À la fois calme et stimulant, il permet de faire travailler la mémoire et la logique tout en s'amusant.

Comment jouer ?

Le but est de remplir la grille avec les chiffres de 1 à 9. La règle est très simple, chaque chiffre ne doit apparaître qu'une seule fois : sur chaque ligne et chaque colonne ainsi que dans chaque carré de 9 cases.

	3	6		9	8			
	8					5		
		4	1	2			6	
9	2					3		
4	6		2	7	3		9	8
1	7			8	4	2	5	6
		2			1			
			8	3		4		5
	4						8	1

Niveau intermédiaire où l'intuition visuelle laisse place, par moments, à votre sens de la déduction.

Infos utiles



Centre Local d'Information et de Coordination gérontologique

Un service de proximité
à l'écoute des besoins
des personnes de 60 ans et +



CLIC Orgessonne

MDS d'ARPAJON
25 route d'Egley - 91290 ARPAJON

Tél : 01.64.90.61.84

Fax : 01.64.90.50.75

clic.orgessonne@orange.fr | www.clic-orgessonne.com

Numéros d'urgence

15 - Samu

Urgences médicales

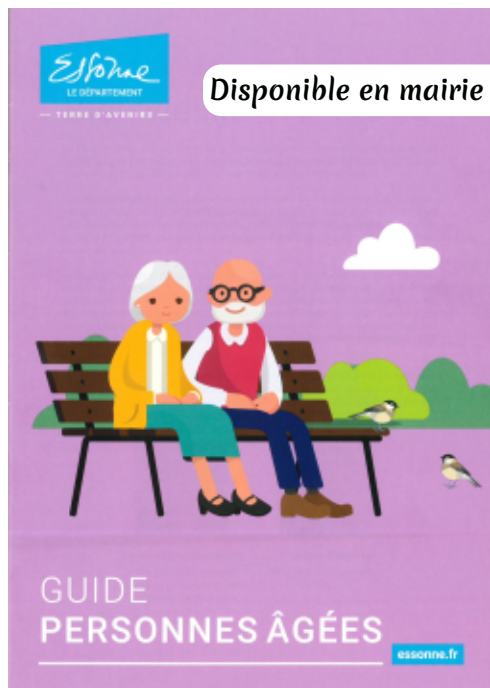
17 - Police secours

Danger, agression et infraction

18 - Pompiers

incendie, accident et secours
à la personne

36 24 - SOS Médecins



Numéros de prévention

31 33 - Maltraitance des
adultes vulnérables

39 49 - France Alzheimer

0 800 47 47 88 Solitude'

écoute - Personnes âgées
isolées

CCAS de La Norville



Adresse

Mairie

1, rue Pasteur 91290 La Norville



Renseignements et inscriptions

ccas@lanorville91.fr

01 69 26 19 05

www.lanorville91.fr > À tout âge > Séniors



Horaires d'ouverture

Lundi - mardi - jeudi - vendredi :

8h15 - 12h15 / 13h15 - 17h15

Mercredi : fermée

Samedi : 8h15 - 12h15



*Atelier d'art-thérapie
mars 2026*

S'épanouir, découvrir, s'amuser : faites le plein de bons moments.

Rejoignez-nous !