



C.C.A.S.

Les rendez-vous du C.C.A.S.

2^E SEMESTRE 2026

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

11 rue de Brément, 93130 Noisy-le-Sec

01 41 83 81 30/22 • loisirs.ccas@noisyselec.fr

ÉDITOS

Accompagner nos seniors, permettre le bien vieillir

La municipalité renouvelée et moi-même sommes certains d'une chose : les valeurs d'une société, d'un territoire, d'une population, peuvent se mesurer à la manière dont nous traitons nos aîné-e-s. Quand les gouvernements successifs s'attaquent au statut de retraité-e-s, nous défendons haut et fort le droit de chacun et de chacune au repos, aux loisirs, à l'activité non professionnelle. Nous défendons également le droit au salaire socialisé, pris en charge par un système de solidarité fort, rendu possible par une vie de travail et de cotisations. Nous défendons la retraite, pilier de la sécurité sociale, héritage du Front Populaire et du syndicaliste et communiste Ambroise Croizat.

Vous, seniors, êtes les témoins vivants de notre histoire, vous transmettez la mémoire, vos savoirs et savoir-faire, participez à l'éducation des enfants et contribuez à la vie et l'animation de la ville par vos engagements associatifs.

Ainsi, il est de notre responsabilité collective de lutter contre les inégalités liées à l'âge et vous garantir le droit de bien vieillir.

Pour cela, la municipalité concerta, anticipe les défis de l'âge, les vulnérabilités spécifiques et mobilise les services municipaux, le C.C.A.S., le CMS pour protéger, accompagner et favoriser l'autonomie et la participation des seniors.

Par la co-construction, la municipalité, depuis six années, a bâti une série de politiques publiques dans tous les domaines qui vous touchent : accompagnement pour l'accès aux droits, lutte contre l'isolement, développement de l'offre de santé gériatrique, rénovation des résidences autonomie et création des conseils de la vie sociale, soutien aux aidant-e-s... Et, tout au long de l'année, des activités solidaires, citoyennes, culturelles, sportives, de bien-être, intergénérationnelles, à Noisy-le-Sec et en dehors, sont proposées par le C.C.A.S. dont cette brochure vous présente la programmation semestrielle.

La « Semaine bleue », semaine nationale des personnes âgées, revient cette année pour sa sixième édition à Noisy-le-Sec et est emblématique de l'ambition que nous portons pour le bien vieillir. Nous vous invitons toutes et tous à vous en saisir, à vous laisser porter par votre curiosité, votre envie d'apprendre, de vous amuser, de partager, d'échanger sur vos besoins et vos envies.

L'ensemble de l'équipe municipale et moi-même vous souhaitons une très bonne rentrée.

Olivier SARRABEYROUSE

Maire de Noisy-le-Sec

Président du C.C.A.S.

Une belle saison d'engagement

À Noisy-le-Sec, les activités proposées par le C.C.A.S. sont avant tout une invitation à vivre pleinement de nouvelles propositions d'activités et de moments partagés.

Notre programmation est le fruit d'une démarche de co-construction chère à la municipalité. Et le résultat est une offre riche et variée, consultée par plus de 2 500 d'entre vous, qui invite au faire-ensemble, à la découverte et au partage de connaissances nécessaires pour prendre soin de soi et des autres : visites culturelles, événements festifs, Semaine bleue, ateliers santé...

Cette belle dynamique témoigne de votre envie de vous retrouver, de créer du lien, de partager des savoir-faire et de continuer à explorer de nouveaux horizons.

Parce qu'une ville se construit avec celles et ceux qui y vivent quotidiennement, nous poursuivons les temps de dialogue avec vous, ainsi que nos rencontres au cœur des quartiers. Ces rendez-vous nous permettent d'échanger sur vos besoins quotidiens, d'entendre vos remarques et de dessiner les services publics de demain.

Nous remercions l'implication citoyenne des bénévoles engagés au sein de nos équipements, comme l'antenne solidaire du C.C.A.S. et les résidences autonomie, à travers les projets intergénérationnels. Vous êtes nombreux à transmettre vos compétences, à partager des moments chaleureux et à participer activement à la vie de notre commune.

Nous vous souhaitons une très belle saison, placée sous le signe du plaisir d'être ensemble.

Hélène CLEMENTE

Vice-présidente du C.C.A.S. – Vice-présidente du Siplarc
1^{re} adjointe au maire, déléguée aux solidarités,
à l'accès au droit et à l'alimentation durable

Nos seniors, une priorité de chaque instant

Une ville se juge à la manière dont elle protège ses aînés. Parce qu'ils ont construit notre territoire et transmis ses valeurs, ils méritent une politique ambitieuse, concrète et profondément humaine.

Face au vieillissement de la population, notre engagement est clair : lutter contre l'isolement, préserver l'autonomie et accompagner chaque senior au quotidien.

Notre plan canicule, porté avec l'efficacité du C.C.A.S., permet d'identifier les personnes fragiles, d'assurer un suivi régulier, des visites à domicile si nécessaire et l'accès à des espaces climatisés grâce à une navette dédiée.

Nous renforcerons également la lutte contre la solitude en développant un réseau de voisins solidaires, des visites de convivialité, des activités intergénérationnelles et un futur Conseil des seniors.

Prendre soin de nos aînés, c'est faire vivre la solidarité et construire une ville plus juste, plus humaine et plus fraternelle.

Mourad ELKARDOUDI

Conseiller municipal, délégué au bien-vieillir
et à l'intergénérationnel

SOMMAIRE

Lundi 7 septembre

Atelier mensuel smartphone et Android
Résidence Jean-Louis-Mons • Noisy-le-Sec

Page 8

Jeudi 10 septembre

Visite guidée « Montmartre secret »
Paris

Page 9

Vendredi 11 septembre

Atelier mensuel culinaire de nos seniors
« La Petite Ruche » • Noisy-le-Sec

Page 10

Jeudi 24 septembre

Cueillette de Chanteloup-en-Brie
Seine-et-Marne

Page 11

Mercredi 30 septembre

Conférence sur le sommeil
Résidence Jean-Louis-Mons • Noisy-le-Sec

Page 12

SEMAINE BLEUE

Lundi 5 octobre

Marche bleue
Parc de la Courneuve • La Courneuve
Page 14

Atelier cosmétique
Résidence Clémenceau • Noisy-le-Sec
Page 15

Atelier smartphone et Android
Résidence Clémenceau • Noisy-le-Sec
Page 15

Mardi 6 octobre

Atelier culinaire de nos seniors
« La Petite Ruche » • Noisy-le-Sec
Page 16

Atelier mensuel smartphone et Android
Résidence Jean-Louis-Mons • Noisy-le-Sec
Page 17

Repas « Italien »
Résidence Clémenceau • Noisy-le-Sec
Page 17

Mercredi 7 octobre

Zumba intergénérationnelle
Accueil de loisirs mixte Alfred de Musset • Noisy-le-Sec
Page 18

Repas « Italien »
Résidence Jean-Louis-Mons • Noisy-le-Sec
Page 19

Trianon Ciné-Bal
Romainville
Page 19

Jeudi 8 octobre

Le rendez-vous de monsieur le maire
Salle d'honneur • Mairie de Noisy-le-Sec
Page 20

Conférence Nutri-Score
Salle Gérard Philipe • Noisy-le-Sec
Page 21

Spectacle de « Flamenco »
Théâtre des Bergeries • Noisy-le-Sec
Page 21

Vendredi 9 octobre

Séance de sophrologie
Salle Gérard Philipe • Noisy-le-Sec
Page 22

Atelier cosmétique
Résidence Jean-Louis-Mons • Noisy-le-Sec
Page 23

Thé dansant
Salle d'honneur • Mairie Noisy-le-Sec
Page 23

Jeudi 15 octobre

Karaoké
Salle Joséphine Baker • Noisy-le-Sec
Page 24

Vendredi 16 octobre

Co-élaboration du programme 1^{er} semestre 2027
Résidence Jean-Louis-Mons • Noisy-le-Sec
Page 25

Jeudi 22 octobre

Visite à la Cité Médiévale et spectacle
« les aigles des remparts »
Provins
Page 26

Mercredi 4 novembre

Musée du Louvre
Paris
Page 27

Jeudi 19 novembre

Soirée guinguette Beaujolais nouveau
Salle Joséphine Baker • Noisy-le-Sec
Page 28

Jeudi 3 décembre

Marché de Noël
Quartier de la Défense • Paris
Page 29

ÉVADEZ-VOUS !

LUNDI 7 SEPTEMBRE

Atelier mensuel smartphone et Android

Résidence Jean-Louis-Mons • Noisy-le-Sec

PAS FATIGANT
GRATUIT
5 x 10 places



LIEU :
Résidence Jean-Louis-Mons
62 rue de l'Avenir, Noisy-le-Sec

HORAIRE :
14h – 16h30

Venez vous initier et découvrir toutes les fonctions de votre smartphone ainsi que les applications qui pourraient vous aider à l'approprier.

Vous pouvez vous inscrire sur les dates des 7 septembre, 6 octobre (Semaine bleue), 9 novembre et 7 décembre en appelant le 07 79 43 83 79 et une date supplémentaire vous est proposée le 5 octobre à la résidence Clémenceau lors de la Semaine bleue.

À partir du lundi 7 septembre l'animateur informatique anime également des **ateliers pour débutant-e-s** ou **confirmé-e-s** tout au long de l'année, les **lundis et mercredis de 9h30 à 12h** et les **mardis, jeudis et vendredis de 14h à 16h30**.

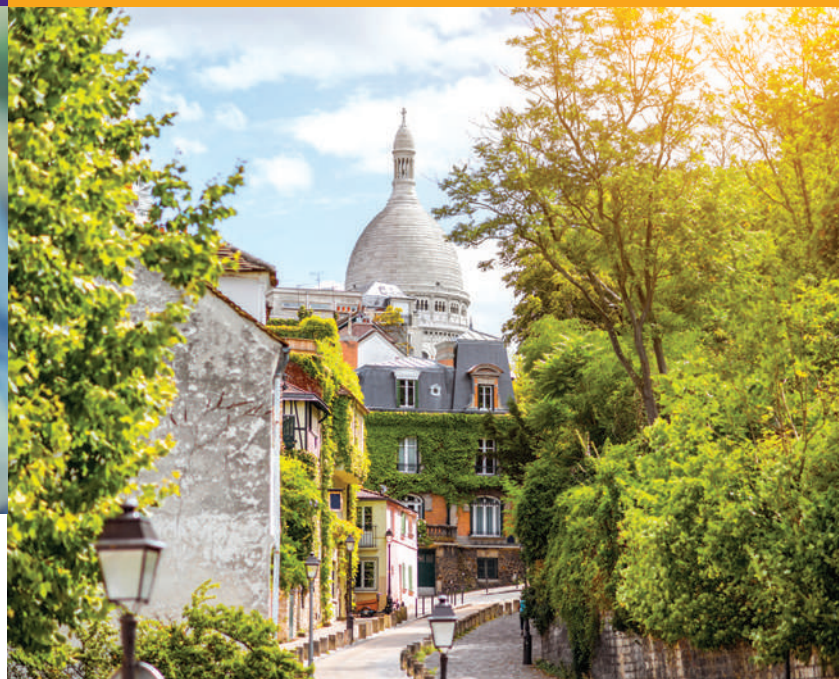
Si vous souhaitez davantage d'informations, veuillez-vous adresser au service « Animation seniors » au 01 41 83 81 30 ou 01 41 83 81 22.

JEUDI 10 SEPTEMBRE

Visite guidée « Montmartre secret »

Paris

FATIGANT
PRIX : 14 €/personne
20 places



POUR VOUS Y RENDRE :

Rendez-vous à la gare RER de Noisy-le-Sec : **13 h**
Transport en commun : **métro ligne 12**

HORAIRE DE LA VISITE :

14h – 16h30

Votre guide vous dévoilera les secrets de Montmartre, lors de cette balade hors des sentiers battus dans un quartier pourtant si connu. Montmartre, cette ancienne commune autrefois à l'extérieur de Paris est devenue une étape incontournable des touristes à Paris. Et pourtant, certains lieux demeurent encore méconnus du grand public.

Cette visite guidée suit un itinéraire à l'écart des grands flux du quartier, pour autant elle ne fera évidemment pas l'impasse sur certains lieux iconiques.

Prévoir votre Pass Navigo, de bonnes chaussures de marche et de l'eau. Une collation vous sera offerte.

VENDREDI 11 SEPTEMBRE

Atelier mensuel culinaire de nos seniors

« La Petite Ruche » • Noisy-le-Sec

PAS FATIGANT
GRATUIT
10 places



LIEU :

À l'antenne solidaire du C.C.A.S. « La Petite Ruche »

51 rue de Brément, Noisy-le-Sec

HORAIRE :

10 h – 12 h

Nous vous proposons un atelier culinaire convivial et participatif. Vous aurez l'occasion de cuisiner ensemble, d'échanger des astuces et de partager vos savoir-faire. L'atelier se terminera par une dégustation des préparations réalisées.

Vous pouvez vous inscrire sur les dates des 11 septembre, 6 octobre (Semaine bleue), 6 novembre, et 18 décembre.

JEUDI 24 SEPTEMBRE

Après-midi cueillette

Chanteloup-en-Brie • Seine-et-Marne

FATIGANT
PRIX : 10 €/personne
50 places



POINTS DE RENCONTRE ET HORAIRES DU CAR :

- Boissière : 12 h 30
- Stephenson : 12 h 45
- C.C.A.S. : 13 h
- Gare : 13 h 15
- Petit Noisy : 13 h 30

HORAIRE D'ARRIVÉE :

14 h 30 à la cueillette de Chanteloup-en-Brie

La Cueillette de Chanteloup-en-Brie propose une sortie nature conviviale permettant de cueillir des fruits, des légumes et des fleurs de saison directement à la ferme. Une activité agréable favorisant la découverte, et le plaisir d'un moment partagé en plein air.

Prévoir de bonnes chaussures de marche et de l'eau.

MERCREDI 30 SEPTEMBRE
Conférence sur le sommeil
Résidence Jean-Louis-Mons • Noisy-le-Sec

**PAS FATIGANT
GRATUIT**
30 places



LIEU :
Résidence Jean-Louis-Mons
62 rue de l'Avenir, Noisy-le-Sec

HORAIRE :
14 h 30 – 16 h

Lors de cette conférence, animée par le docteur Benichou du service de l'Unité de Prévention et de Santé Publique (UPSP), plusieurs thématiques essentielles seront abordées : les rythmes circadiens et les différentes phases du sommeil, les troubles du sommeil, tels que les insomnies ou le sommeil de mauvaise qualité, ainsi que leurs liens avec la dépression chez les personnes âgées. Bien dormir, c'est mieux vivre !

Venez participer à notre conférence sur le sommeil.

SEMAINE BLEUE
DU 5 AU 9 OCTOBRE 2026

« RELIONS TOUS
LES ÂGES DANS
DES TERRITOIRES
ENGAGÉS ! »

LUNDI 5 OCTOBRE

Marche bleue

Parc de la Courneuve • La Courneuve

**FATIGANT
GRATUIT
30 places**



POUR VOUS Y RENDRE :

Rendez-vous à la gare RER de Noisy-le-Sec : **9h30**

Transport en commun : **prévoir votre Pass Navigo pour l'aller et le retour en tramway**

Marcher permet de positiver car c'est une activité simple et libératrice.

Vous le savez, la marche est beaucoup plus qu'une activité. Alors puisque « Marcher c'est bon pour la santé », en avant, marche ! Prévoir de bonnes chaussures de marche, de l'eau.

12h : Retour à Noisy-le-Sec

Nous attirons votre attention sur l'impératif de partir à l'heure afin de respecter notre programme. De ce fait, aucun retard ne sera accepté.

LUNDI 5 OCTOBRE

Atelier cosmétique

Résidence Clémenceau • Noisy-le-Sec

**GRATUIT
10 places**

LIEU :

Résidence Clémenceau

2 rue Gay-Lussac, Noisy-le-Sec

HORAIRE :

10h – 12h

Nous vous proposons un atelier de fabrication d'une crème hydratante « visage et corps », animé par Catherine de l'association Creasens. Elle se fera un plaisir de vous apprendre à utiliser des matières brutes.

À l'issue de la séance, chacune et chacun repartira avec sa crème.



LUNDI 5 OCTOBRE

Atelier smartphone et Android

Résidence Clémenceau • Noisy-le-Sec

**GRATUIT
10 places**



LIEU :

Résidence Clémenceau

2 rue Gay-Lussac, Noisy-le-Sec

HORAIRE :

14h – 15h

Venez vous initier et découvrir toutes les fonctions de votre smartphone ainsi que les applications qui pourraient vous aider à l'approprier.

MARDI 6 OCTOBRE

**Atelier culinaire
de nos seniors**

« La Petite Ruche » • Noisy-le-Sec

**PAS FATIGANT
GRATUIT**
15 places



LIEU :

À l'antenne solidaire du C.C.A.S. « La Petite Ruche »

51 rue de Brément, Noisy-le-Sec

HORAIRE :

10h – 12h30

Nous vous proposons un atelier culinaire convivial et participatif. Vous aurez l'occasion de cuisiner ensemble, d'échanger des astuces et de partager vos savoir-faire. L'atelier se terminera par une dégustation des préparations réalisées.

MARDI 6 OCTOBRE

Atelier smartphone et Android

Résidence Jean-Louis-Mons • Noisy-le-Sec

GRATUIT
10 places



LIEU :

Résidence Jean-Louis-Mons

62 rue de l'Avenir, Noisy-le-Sec

HORAIRE :

10h – 11h

Venez vous initier et découvrir toutes les fonctions de votre smartphone ainsi que les applications qui pourraient vous aider à l'approprier.

MARDI 6 OCTOBRE

Repas « Italien »

Résidence Clémenceau • Noisy-le-Sec

PRIX : 9 €/personne
10 places

LIEU :

Résidence Clémenceau

2 rue Gay-Lussac, Noisy-le-Sec

HORAIRE :

12h – 16h

Le restaurant de la résidence autonomie du C.C.A.S. vous propose un repas « Italien » suivi d'une animation musicale.



MERCREDI 7 OCTOBRE
Zumba intergénérationnelle
Parc de la Courneuve • La Courneuve

FATIGANT
GRATUIT
20 places



LIEU :
École Musset
61 Avenue de Bobigny, Noisy-le-Sec

HORAIRE :
10 h

VEenez, DANSEZ, BOUGEZ...

Une séance de zumba pour toutes et tous ! Où les générations se rencontrent et s'amuse ensemble. Un moment convivial et de partage avec l'instructrice Johanna qui vous propose une formule adaptée avec une intensité moindre sur des rythmes latinos et tropicaux ...une activité idéale pour recréer les mouvements que l'on aime tant.

Prévoir de bonnes chaussures et de l'eau.

MERCREDI 7 OCTOBRE
Repas « Italien »
Résidence Jean-Louis-Mons • Noisy-le-Sec

PRIX : 9 €/personne
10 places

LIEU :
Résidence Jean-Louis-Mons
62 rue de l'Avenir, Noisy-le-Sec

HORAIRE :
12 h – 16 h

Le restaurant de la résidence autonomie du C.C.A.S. vous propose un repas « Italien » suivi d'une animation musicale.

MERCREDI 7 OCTOBRE
Ciné-Bal
Cinéma Le Trianon • Place Carnot • Romainville

PRIX : 2,50 €
(prix du ticket en caisse)
Possibilité d'utiliser les tickets de cinéma
délivrés par le C.C.A.S..



LIEU :
Cinéma Le Trianon
Place Carnot, Romainville

HORAIRE :
16 h 30

17 h : Un film se déguste, offrant une bande sonore exquise ou rythmée. Attendez-vous à une projection de film surprise qui sera suivie d'un bal dans la salle, le tout dans une ambiance des plus agréables.

Aline / Rockteman / Bohemian Rhapsody / Podium.
Merci de venir au C.C.A.S voter pour le film de votre choix.

JEUDI 8 OCTOBRE

Le rendez-vous de monsieur le maire

Salle d'honneur • Mairie de Noisy-le-Sec

80 places



LIEU :
Salle d'honneur

1 place du Maréchal-Foch, Noisy-le-Sec

HORAIRE :
10 h

Monsieur le Maire et vos élu-e-s ont le plaisir de vous convier deux fois par an à un petit déjeuner, où sont évoqués les sujets qui vous tiennent à cœur et concernant la vie quotidienne.

L'objectif est d'échanger sur votre quotidien, les activités et les projets, la vie des quartiers et suggérer des améliorations. L'équipe municipale prend en compte ces remarques, dans le respect des contraintes ou vous orientent vers les services compétents.

Afin de préparer au mieux nos échanges, nous mettrons à votre disposition une urne dans le hall d'accueil du C.C.A.S. une semaine avant la rencontre pour recueillir vos questions et vos sujets.

JEUDI 8 OCTOBRE

Conférence Nutri-Score

Salle Gérard Philipe • Noisy-le-Sec

**PAS FATIGANT
GRATUIT**
50 places

LIEU :
Salle Gérard Philipe
115 rue Jean-Jaurès, Noisy-le-Sec

HORAIRE :
14 h 30

Le Nutri-Score est un logo qui indique la qualité nutritionnelle des aliments avec des notes allant de A à E. Avec le Nutri-Score, les produits peuvent être facilement et rapidement comparés. Venez découvrir toutes les informations avec notre diététicienne du service Unité de Prévention et de Santé Publique (UPSP).

JEUDI 8 OCTOBRE

Spectacle de « Flamenco »

Théâtre des Bergeries • Noisy-le-Sec

PRIX : 12 €/personne
30 places

LIEU :
Théâtre des Bergeries
5 rue Jean-Jaurès, Noisy-le-Sec

HORAIRE :
20 h 30

"RECÓNDITO"
Lucía La Bronce
Laissez-vous transporter en Andalousie !

Le spectacle « Recóndito » de Lucía La Bronce, présente une danseuse de flamenco. Il met en avant une performance inspirée des traditions andalouses, mêlant danse, musique et chant. Accompagnée de musiciens, l'artiste exprime avec intensité les émotions du flamenco (joie, douleur, passion). Sa danse, à la fois puissante et délicate, captive le public dans une mise en scène simple mais très expressive.

Un spectacle puissant, absolument captivant !

VENDREDI 9 OCTOBRE

Séance de sophrologie

Salle Gérard Philipe • Noisy-le-Sec

PAS FATIGANT
 GRATUIT
 30 places

VENDREDI 9 OCTOBRE

Atelier cosmétique

Résidence Jean-Louis-Mons • Noisy-le-Sec

GRATUIT
 10 places



LIEU :

Résidence Jean-Louis-Mons

62 rue de l'Avenir, Noisy-le-Sec

HORAIRE :

10h30

Nous vous proposons un atelier de fabrication d'une crème hydratante « visage et corps », animé par Catherine de l'association Creasens. Elle se fera un plaisir de vous apprendre à utiliser des matières brutes. À l'issue de la séance, chacune et chacun repartira avec sa crème.



VENDREDI 9 OCTOBRE

Thé dansant « La vie en bleu »

Salle d'honneur • Mairie de Noisy-le-Sec

PRIX : 9 €

12 € hors commune (sous réserve, priorité aux retraité-e-s noiséen-ne-s)

80 places

LIEU :

Salle d'honneur

1 place du Maréchal-Foch, Noisy-le-Sec

HORAIRE :

14h – 17 h

Afin de clôturer cette semaine dans la joie et la bonne humeur, nous vous proposons un après-midi sur le thème « la vie en bleu ». Chaque participant-e est invité à apporter un accessoire bleu qu'il soit original, élégant, ou créatif pour rendre ce moment encore plus amusant dans la salle des mariages.

Dans une atmosphère chaleureuse, venez enchaîner valses, tangos, charlestons et autres madisons sous la direction d'un DJ.

Au cours de l'après-midi, une collation vous sera proposée.



LIEU :

Salle Gérard Philipe

115 rue Jean-Jaurès, Noisy-le-Sec

HORAIRE :

10h30 – 11h30

Lors de cette séance animée par notre Sophrologue Cécile, il vous sera proposé des exercices de respiration, et de relaxation dynamique qui vous permettront de vous détendre physiquement.

Venez profiter d'une séance de sophrologie qui vous procurera du bien-être.

FIN DE LA SEMAINE BLEUE

JEUDI 15 OCTOBRE

Karaoké

Salle Joséphine Baker • Noisy-le-Sec

PAS FATIGANT

PRIX : 9 € (12 € hors

commune –
priorité aux retraité-e-s
noiséen-ne-s)

80 places

VENDREDI 16 OCTOBRE

Co-élaboration du programme

1^{er} semestre 2027

Résidence Jean-Louis-Mons • Noisy-le-Sec

PAS FATIGANT

GRATUIT

15 places



LIEU :

Salle Joséphine Baker

16 rue Léo-Lagrange, Noisy-le-Sec

HORAIRE :

14 h

Après-midi chantant et festif animé par un professionnel.
Que vous soyez débutant-e-s ou confirmé-e-s venez partager un moment de bonne humeur.
Une collation sera servie pendant l'activité.



LIEU :

Résidence Jean-Louis-Mons

62 rue de l'Avenir, Noisy-le-Sec

HORAIRE :

14 h – 16 h

**CONSTRUISONS ENSEMBLE LES ACTIVITÉS ET LES SÉJOURS
(janvier à juin 2027) :**

Participez à un moment d'échange entre retraité-e-s avec l'équipe de l'animation des seniors pour imaginer ensemble le futur programme d'activités, de sorties et de séjours.
Venez partager vos idées et vos envies pour créer un programme qui vous ressemble !

JEUDI 22 OCTOBRE
Cité médiévale de Provins
Provins

FATIGANT
PRIX : 45 €
48 places



POINTS DE RENCONTRE ET HORAIRES DU CAR :

- Boissière : **7h30**
- Stephenson : **7h45**
- C.C.A.S. : **8h**
- Gare : **8h15**
- Petit Noisy : **8h30**

HORAIRE :

10h : Visite libre de la cité médiévale

12h15 : Repas

14h30 : spectacle : Les aigles des remparts

Découvrez la Cité médiévale de Provins, classée au patrimoine mondial de l'Unesco, avec ses remparts, spectacles éblouissants et ambiance historique.

La matinée sera consacrée à une visite libre de la Cité, puis un repas sera servi dans l'un des restaurants de la ville. Vous assisterez, enfin, au spectacle des aigles des remparts.

Prévoir de bonnes chaussures de marche et de l'eau.

MERCREDI 4 NOVEMBRE
Musée du Louvre
Paris

FATIGANT
GRATUIT
23 places



POUR VOUS Y RENDRE :

Rendez-vous à la gare RER de Noisy-le-Sec : **12 h**

Transport en commun

Le musée du Louvre vous ouvre ses portes pour une visite tout en douceur à la découverte de chefs-d'œuvre intemporels, de la Vénus de Milo à la Joconde.

Un moment culturel privilégié, rythmé et accessible, pour partager ensemble l'histoire et la beauté au cœur de Paris.

Prévoir votre Pass Navigo, de bonnes chaussures de marche et de l'eau.

JEUDI 19 NOVEMBRE
Soirée guinguette
Beaujolais Nouveau 2026
Salle Joséphine-Baker • Noisy-le-Sec

PAS FATIGANT
PRIX : 21 € (25 € hors commune –
priorité aux retraité·e·s noiséen·ne·s)
80 places



POUR VOUS Y RENDRE :

Transport en commun : **Bus 145 ou 301**
Arrêt : **Chaâlons** (suivre l'allée face au 51 rue Paul-Vaillant-Couturier)

LIEU :

Salle Joséphine Baker
16 rue Léo-Lagrange, Noisy-le-Sec

18 h 30 : À l'occasion du Beaujolais nouveau 2026, à l'instar des années précédentes, nous avons le plaisir de vous proposer une soirée, où vous pourrez déguster ce vin (avec modération) dans une ambiance de fête.

Venez enchaîner valses, tangos, madisons et autres danses, sous la direction d'un chanteur/Dj.

Au cours de la soirée, vous pourrez profiter d'un repas campagnard servi à table.

JEUDI 3 DÉCEMBRE
Marché de Noël Quartier
de la Défense
Paris

FATIGANT
PRIX : 17 €
50 places



POINTS DE RENCONTRE ET HORAIRES DU CAR :

- Boissière : **7h15**
- Stephenson : **7h30**
- Gare : **7h45**
- C.C.A.S. : **8h**
- Petit Noisy : **8h15**

JOURNÉE LIBRE

C'est dans un cadre féérique et une ambiance unique que vous profiterez du **plus grand marché de Noël d'Île-de-France**.

Dans ce paysage urbain magique, découvrez un festival de lumières scintillantes, de délices gourmands et d'artisanat traditionnel. Flânez entre les 300 chalets décorés, admirez les étincelles des décorations de Noël et laissez-vous enivrer par les senteurs envoûtantes de cannelle et de chocolat chaud.

Nous attirons votre attention sur l'impératif de partir à l'heure afin de respecter notre programme. De ce fait, aucun retard ne sera accepté.

Prévoir de bonnes chaussures de marche et de l'eau.

Ateliers socio-esthétiques

Ces séances de soins socio-esthétiques vous apporteront beaucoup de bien-être, de détente. Rien de tel pour améliorer son estime de soi !

HORAIRES, DATES ET LIEUX :

Résidence Jean-Louis-Mons et Résidence Clémenceau :

1 mercredi/mois à 10h30

Atelier mémoire

L'atelier mémoire est animé par une professionnelle qualifiée : a pour objectif de stimuler la mémorisation, développer la concentration et renforcer son estime de soi.

HORAIRES ET LIEUX :

• **Résidence Jean-Louis-Mons :** les lundis de 14h à 15 h

• **Résidence Clémenceau :** les mardis de 14h30 à 15h30

Séances de sophrologie

Encadrée par une professionnelle qualifiée, cette technique est surtout connue comme méthode de relaxation. Pratiquée régulièrement, elle génère des bienfaits thérapeutiques.

HORAIRES ET LIEUX :

• **Résidence Clémenceau :**

1 vendredi sur 2 à partir du 18 septembre à 10h30

• **Résidence Jean-Louis-Mons :**

1 vendredi sur 2 à partir 11 septembre à 10h30

Atelier nutrition

Les aliments apportent l'énergie nécessaire au fonctionnement quotidien de l'organisme et permettent au corps, de se renforcer et de garder de la tonicité. C'est pourquoi il est important de surveiller ce que l'on mange, tant en termes de quantité que de qualité ainsi que les conditions de prise des repas.

HORAIRES, DATES ET LIEUX :

Résidence Jean-Louis-Mons et Résidence Clémenceau :

1 lundi/mois à 10h30



Atelier Gym en équilibre adapté

Encadrées par une professionnelle qualifiée, ces séances favorisent la remise en forme, le renforcement musculaire. De quoi prévenir les chutes et les fractures, synonymes pour les seniors de perte d'autonomie.

Les séances comportent également des exercices de coordination et d'orientation spatiale.

Venez profiter de ce moment de bien-être et de détente avec notre professeur Mélody.

HORAIRE ET LIEU :

• **Résidence Clémenceau :** les lundis à 14h30 à 15h30

• **Résidence Jean-Louis-Mons :** les mardis à 14h30 à 15h30

Atelier chant After The Crescent

t.C.A.S.ion de ressentir les vibrations vocales, de se familiariser avec le chant harmonique et de ressortir avec le bonheur du partage.

Marc vous entraînera gaiement, grâce à une méthode ludique, inventive et accessible à tous. Et bien entendu sans prétention, ni jugement et avec bienveillance.

HORAIRES ET LIEU :

• **Résidence Clémenceau :**

1 jeudi sur 2 à partir de septembre à 14h à 15h30

• **Résidence Jean-Louis-Mons :**

1 jeudi sur 2 à partir de septembre à 16h à 17h30

Rencontres dans les quartiers de la ville

Les rencontres de quartier constituent des instants privilégiés où le personnel du C.C.A.S et les seniors ont la possibilité d'échanger. Ce sont autant de moments de convivialité, de discussions, de rencontres, et de dégustation collective autour d'un thé ou d'un café.

L'équipe du C.C.A.S. vous proposera différents types d'ateliers suscitant l'envie de tisser des relations sociales entre les générations.

Dans le cadre de rencontres avec les services du C.C.A.S., des thématiques seront explorées comme l'accès aux loisirs, vos droits et démarches, le café des aidants...). Des professionnelles vous aideront dans vos démarches, en cas de besoin. Et d'autres temps de rencontres avec la médiathèque, le théâtre, le Trianon, la Micro-Folie vous seront également proposés.

RENCONTRES DE 10 H À 12 H

1 lundi et 1 mardi par mois selon les quartiers de la ville à partir du mois de septembre (hors vacances scolaires)

QUARTIERS	Boissière Langevin / Renardière	Centre-ville Mairie, Léo Lagrange, Haut-Goulet- J. Auffret	Petit-Noisy Centre-ville / Gare	Londeau, Stephenson Merlan
SALLES	Antenne jeunesse Boissière - 26, rue de la Fontaine	Antenne jeunesse Béthisy - 533, place du capitaine Dreyfus	L'espace de Vie Sociale - 3, rue Jean-Gabin	Centre social du Londeau - 3, rue Paul-Verlaine
DATES	Lundi 07/09	Mardi 08/09	Lundi 14/09	Mardi 15/09
	Lundi 05/10	Mardi 06/10	Lundi 12/10	Mardi 13/10
	Lundi 09/11	Mardi 10/11	Lundi 16/11	Mardi 17/11
	Lundi 30/11	Mardi 01/12	Lundi 14/12	-

Ogénie

Venez découvrir sur la plateforme Ogénie, toutes les propositions d'activités et d'ateliers du C.C.A.S. de Noisy-le-Sec et de tout le département.

<https://ogenie.fr/>

Une mise à jour est faite régulièrement afin que les activités de dernière minute soient notifiées.

Site de la Ville

Vous pourrez être informés des activités de dernière minute dans la page Loisirs retraités à l'onglet : dernières activités.

<https://www.noisylesec.fr/services-demarches/solidarite-seniors-sante/centre-communal-daction-sociale-pole-seniors/>

Inscriptions

MARDI 1^{ER} AU JEUDI 3 SEPTEMBRE 2026

Sur place : C.C.A.S., 11 rue de Brément à Noisy-le-Sec

Nous ne prendrons que les coupons d'inscription.

Le règlement vous sera demandé ultérieurement.

Vous avez aussi la possibilité de vous inscrire sur le site internet [noisylesec.fr](https://www.noisylesec.fr) en suivant le chemin d'accès ci-dessous :

<https://www.noisylesec.fr/seniors-/-santé-/-solidarités/les-rendez-vous-du-CCAS---inscriptions>

Une fois sur la page « Brochure les rendez-vous du C.C.A.S. », il vous suffit de cliquer sur le lien en bleu qui se trouve à droite de la date d'inscription.

Remarques

- Les déplacements s'effectueront parfois en car. Quatre points de rendez-vous sont prévus pour les sorties qui se déroulent en général entre 7 h et 20 h 30.
- Le point de rendez-vous pour Boissière se situe à l'arrêt de bus nouveau cimetière.
- En fonction du nombre de personnes inscrites et de l'actualité, la prestation pourra être modifiée, voire annulée.
- Les prix sont établis sous réserve de modifications ultérieures.
- Aucune inscription postérieure à la date fixée ne pourra être acceptée.
- Pour toute annulation anticipée, le remboursement se fera selon les conditions générales fixées par le prestataire concerné.
- Les annulations de dernière minute ne seront pas remboursées.
- Nous attirons votre attention sur l'impératif de partir à l'heure afin de respecter notre programme. De ce fait, tout retard ne pourra être accepté.

En cas de problème, le numéro de téléphone accessible lors des sorties est le suivant : 06 07 47 74 37

Ce numéro est fonctionnel uniquement le jour de la sortie en dehors des heures de bureau.

SORTIES ET SÉJOURS	DATE	TARIF	CHÈQUE À L'ORDRE DE	ORDRE DE PRÉFÉRENCE ⁽¹⁾ DE 1 À 5
Atelier mensuel smartphone	07/09, 06/10 (Semaine bleue), 09/11 et 07/12 Date supplémentaire pendant la Semaine bleue : 05/10	Gratuit	-	Précisez la date :
Visite guidée Montmartre secret	10/09	14 €	Trésor public	
Atelier mensuel culinaire	Les vendredis 11/09, 09/10 (Semaine bleue), 06/11 et 18/12	Gratuit	-	Précisez la date :
Cueillette de Chanteloup-en-Brie	24/09	10 €	Paiement directement au prestataire	
Conférence Sommeil <i>Résidence Jean-Louis-Mons</i>	30/09	Gratuit		

SEMAINE BLEUE 2026				
SORTIES ET SÉJOURS	DATE	TARIF	CHÈQUE À L'ORDRE DE	ORDRE DE PRÉFÉRENCE ⁽¹⁾ DE 1 À 15
Marche Bleue La Courneuve	Lundi 05/10	Gratuit	-	
Atelier cosmétique <i>Résidence Clémenceau</i>		Gratuit	-	
Atelier smartphone <i>Résidence Clémenceau</i>		Gratuit	-	
Atelier mensuel culinaire	Mardi 06/10	Gratuit	-	
Atelier mensuel smartphone <i>Résidence Jean-Louis-Mons</i>		Gratuit	-	
Repas <i>Résidence Clémenceau</i>		9 €	Trésor public	
Zumba Intergénérationnelle	Mercredi 07/10	Gratuit	-	
Repas <i>Résidence Jean-Louis-Mons</i>		9 €	Trésor public	
Ciné-bal <i>Cinéma Le Trianon</i>		2,50 € (à payer au cinéma)	-	
Le rendez-vous de monsieur le maire	Jeudi 08/10	Gratuit	-	
Conférence Nutri-Score		Gratuit	-	
Théâtre « spectacle de Flamenco »		12 € (à payer au théâtre avant 30/09/26)		
Atelier cosmétique <i>Résidence Jean-Louis-Mons</i>	Vendredi 09/10	Gratuit	-	
Sophrologie		Gratuit	-	
Thé dansant		9 € ou 12 € hors commune	Trésor public	

SORTIES ET SÉJOURS	DATE	TARIF	CHÈQUE À L'ORDRE DE	ORDRE DE PRÉFÉRENCE ⁽¹⁾ DE 1 À 6
Karaoké	15/10	9€ et 12€ hors commune	Trésor public	
Co-élaboration de la brochure 1 ^{er} semestre 2027	16/10	Gratuit	-	
Provins	22/10	45€	Trésor public	
Le musée du Louvre	04/11	Gratuit	-	
Soirée Guinguette Beaujolais Nouveau	19/11	21€ ou 25€ hors commune	Trésor public	
Marché de Noël à la Défense	03/12	17 €	Trésor public	

ATELIERS DE PRÉVENTION ET ACTIVITÉS PHYSIQUES - GRATUITS		
ATELIERS	DATE <i>**Hors vacances scolaires</i>	ORDRE DE PRÉFÉRENCE ⁽¹⁾ DE 1 À 11
Atelier Socio-Esthétique <i>Résidence Jean-Louis-Mons</i>	1 fois par mois à partir de septembre	
Atelier Socio-Esthétique <i>Résidence Clémenceau</i>	1 fois par mois à partir de septembre	
Atelier Mémoire <i>Résidence Jean-Louis-Mons</i>	Les lundis ⁽²⁾ à 14 h de septembre à décembre	
Atelier Mémoire <i>Résidence Clémenceau</i>	Les mardis ⁽²⁾ à 14 h 30 de septembre à décembre	
Sophrologie	1 vendredi sur 2 dans chaque résidence de septembre à décembre	
Atelier Nutrition <i>Résidence Jean-Louis-Mons</i>	1 fois par mois à partir de septembre	
Atelier Nutrition <i>Résidence Clémenceau</i>	1 fois par mois à partir de septembre	
Gym <i>Résidence Clémenceau</i>	Les lundis à 14 h 30 de septembre à décembre	
Gym <i>Résidence Jean-Louis-Mons</i>	Les mardis à 14 h 30 de septembre à décembre	
Atelier chant <i>Résidence Clémenceau</i>	1 jeudi sur 2 à 14 h de septembre à décembre	
Atelier chant <i>Résidence Jean-Louis-Mons</i>	1 jeudi sur 2 à 16 h de septembre à décembre	



RENCONTRE – GRATUITS		
SORTIES ET SÉJOURS	DATE	ORDRE DE PRÉFÉRENCE ⁽¹⁾
Rencontre dans les quartiers « Pause-café Seniors »	1 rendez-vous par mois et par quartier à partir du mois de septembre	

(1) Dans l'éventualité où le nombre d'inscrits à une sortie ou un séjour dépasse la capacité d'accueil, une commission d'attribution des places étudiera votre demande afin de répondre au mieux à vos souhaits.

(2) Hors vacances scolaires.

Les informations recueillies sur ce formulaire font l'objet d'un traitement de données à caractère personnel mis en œuvre par la Ville de Noisy-le-Sec, à des fins d'inscriptions. Les destinataires des données sont les services de la Direction de la Cohésion sociale. Vos données sont conservées une année. Conformément à la réglementation relative à la protection des données à caractère personnel, vous pouvez exercer votre droit d'interrogation, d'accès, de rectification, d'opposition, de limitation du traitement, de portabilité et d'effacement des données. Vous pouvez exercer votre droit par courrier à Monsieur le Maire, 1 place du Maréchal-Foch ou par e-mail à dpo@noisyselec.fr. Pour plus d'informations, vous pouvez consulter les mentions légales sur le site internet de la ville www.noisyselec.fr

DATE DE L'INSCRIPTION :



☐ Mme ☐ M.

NOM :

PRÉNOM :

TÉLÉPHONE :

ADRESSE :

POINT DE RENDEZ-VOUS :

☐ Boissière ☐ Stephenson ☐ Gare ☐ C.C.A.S. ☐ Petit Noisy

**À remplir et à remettre IMPÉRATIVEMENT
du mardi 1^{er} au jeudi 3 septembre 2026
en classant vos sorties sélectionnées
par ordre de priorité⁽¹⁾.**

ATTENTION ! NOUS NE PRENDRONS PAS DE RÈGLEMENT.

**Vous avez aussi la possibilité
de vous inscrire en ligne sur le site internet :
noisyselec.fr**

**[https://www.noisyselec.fr/seniors/-/santé/-/solidarités/
les-rendez-vous-du-CCAS---inscriptions](https://www.noisyselec.fr/seniors/-/santé/-/solidarités/les-rendez-vous-du-CCAS---inscriptions)**

[illegible][illegible]



CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE

11 rue Brément

93130 Noisy-le-Sec

01 41 83 81 30/22 • loisirs.CCAS@noisyselec.fr