

# Actions - Loire-Atlantique

Planning des actions programmées (Cycles)

A partir de janvier 2026

[www.aseptpdl.fr](http://www.aseptpdl.fr)

Actions	Communes	Séances			Inscription au
		Jour	Date début	Date fin	
CAP BIEN-ETRE 4 séances de 2h45	MONTOIR-DE-BRETAGNE	Lundi matin	19/01/2026	09/02/2026	02 40 41 30 83
	LA MARNE	Jeudi matin	05/03/2026	26/03/2026	02 40 41 30 83
	SAINT-LYPHARD	Jeudi après-midi	05/03/2026	26/03/2026	02 40 41 30 83
	BASSE-GOULAIN	Vendredi matin	23/01/2026	13/02/2026	02 40 41 30 83
MÉMOIRE PEPS - Eurêka 10 séances de 2h30	SAINTE-ANNE-SUR-BRIVET	Lundi matin	26/01/2026	04/05/2026	02 40 41 30 83
	BOUGUENAI	Mardi matin	24/03/2026	02/06/2026	02 40 41 30 83
	ORVAULT	Jeudi matin	29/01/2026	09/04/2026	02 40 41 30 83
	LA HAIE-FOUASSIERE	Lundi après-midi	26/01/2026	13/04/2026	02 40 41 30 83
	RIAILLE	Jeudi matin	05/03/2026	21/05/2026	02 40 41 30 83
VITALITÉ 6 séances de 2h30	LE BIGNON	Jeudi matin	05/02/2026	26/03/2026	02 40 41 30 83
	GUEMENE-PENFAO	Mercredi matin	04/03/2026	08/04/2026	02 40 41 30 83
	PORNICHET	Jeudi après-midi	05/03/2026	09/04/2026	02 40 41 30 83
	SAINT-ETIENNE-DE-MONTLUC	Mardi matin	20/01/2026	10/03/2026	02 40 41 30 83
	CARQUEFOU	Lundi après-midi	23/02/2026	30/03/2026	02 40 41 30 83
	LA REMAUDIERE	Mercredi matin	01/04/2026	20/05/2026	02 40 41 30 83
NUTRITION 6 séances de 2h30	PLESSE	Vendredi après-midi	30/01/2026	10/04/2026	02 40 41 30 83
ÉQUILIBRE 12 séances d'1h30	PIRIAC-SUR-MER	Mardi après-midi	27/01/2026	02/06/2026	02 40 41 38 53
	GRANDCHAMPS-DES-FONTAINES	Mardi après-midi gpe 14h	03/03/2026	02/06/2026	02 40 41 38 53
	GRANDCHAMPS-DES-FONTAINES	Mardi après-midi gpe 15h45	03/03/2026	02/06/2026	02 40 41 38 53
	NOZAY	Lundi matin	12/01/2026	04/05/2026	02 40 41 38 53
	LE CROISIC	Mardi matin	27/01/2026	05/05/2026	02 40 41 38 53
	SAUTRON	Mardi matin	24/03/2026	30/06/2026	02 40 41 38 53
	CHAUVE	Mardi matin gpe 9h	03/03/2026	02/06/2026	02 40 41 38 53
	CHAUVE	Mardi matin gpe 11h	03/03/2026	02/06/2026	02 40 41 38 53
BIENVENUE A LA RETRAITE 4 à 6 séances	NOZAY	Lundi (journée)	09/03/2026	23/03/2026	02 40 41 38 53
	SAINTE-PAZANNE	Jours et Horaires différents	19/01/2026	09/02/2026	02 40 02 79 91
MOBILITÉ 3 séances de 2h30 + conduite	LE BIGNON	Mardi matin	05/05/2026	27/05/2026	02 40 78 19 76
	LEGE	Jeudi matin	04/06/2026	25/06/2026	02 28 01 84 87
NUMÉRIQUE 10 séances de 2h	CAMPBON	Mardi matin	13/01/2026	31/03/2026	02 40 56 56 94
	PETIT-AUVERNE	Vendredi matin	09/01/2026	13/03/2026	02 40 55 59 32
	SAVENAY	Vendredi matin	09/01/2026	27/03/2026	02 40 58 39 40
	SAVENAY	Vendredi après-midi	09/01/2026	27/03/2026	02 28 00 28 41
	ANCENIS-SAINT-GEREON	Mardi matin	13/01/2026	31/03/2026	06 49 37 31 12

# Actions - Loire-Atlantique

Planning des actions programmées (Cycles)

A partir de janvier 2026

[www.aseptpdl.fr](http://www.aseptpdl.fr)

Actions	Communes	Séances			Inscription au
		Jour	Date début	Date fin	
NUMÉRIQUE 10 séances de 2h	SAINT-AUBIN-DES-CHATEAUX	Vendredi après-midi	09/01/2026	20/03/2026	02 28 04 05 85
	CLISSON	Mardi matin et Jeudi matin	13/01/2026	12/02/2026	02 40 80 17 80
	SAINT-MARS-DE-COUTAIS	Lundi matin et Jeudi matin	19/01/2026	19/02/2026	02 40 41 38 53
	GUEMENE-PENFAO	Mardi après-midi	13/01/2026	31/03/2026	02 40 51 15 32
	BATZ-SUR-MER	Lundi après-midi	12/01/2026	30/03/2026	02 40 23 77 40
	LE CROISIC	Lundi matin	12/01/2026	30/03/2026	02 28 56 79 00
	SAINT-BREVIN-LES-PINS	Mardi matin et Vendredi matin	20/01/2026	20/02/2026	06 29 79 57 52
	CHAUMES-EN-RETZ	Mardi matin et Vendredi matin	13/10/2026	13/11/2026	07 67 34 47 38

# Actions - Maine et Loire

Planning des actions programmées (Cycles)

A partir de janvier 2026

[www.aseptpdl.fr](http://www.aseptpdl.fr)

Actions	Communes	Séances			Inscription au
		Jour	Date début	Date fin	
CAP BIEN-ETRE 4 séances de 2h45	OREE-D'ANJOU	Mardi après-midi	03/03/2026	24/03/2026	02 41 31 77 12
	CHALONNES-SUR-LOIRE	Lundi après-midi	26/01/2026	16/02/2026	02 41 31 77 12
MÉMOIRE PEPS - Eurêka 10 séances de 2h30	BOUCHEMAINE	Jeudi matin	15/01/2026	02/04/2026	02 41 31 77 12
	LA ROMAGNE	Vendredi matin	16/01/2026	03/04/2026	02 41 31 77 12
	VAL-D'ERDRE-AUXENCE	Mardi matin	07/04/2026	16/06/2026	02 41 31 77 12
NUTRITION 6 séances de 2h30	BELLEVIGNE-EN-LAYON	Lundi matin	05/01/2026	09/02/2026	02 41 31 77 12
	BELLEVIGNE-LES-CHATEAUX	Jeudi matin	08/01/2026	12/02/2026	02 41 31 77 12
	LES PONTS-DE-CE	Lundi matin	09/03/2026	04/05/2026	02 41 79 75 72
VITALITÉ 6 séances de 2h30	ANGERS	Vendredi après-midi	09/01/2026	13/02/2026	02 41 31 77 12
	BRAIN-SUR-ALLONNES	Mardi matin	03/03/2026	07/04/2026	02 41 31 77 12
	MONTREVAULT-SUR-EVRE	Mardi matin	06/01/2026	10/02/2026	02 41 31 77 12
	LE LION-D'ANGERS	Vendredi matin	09/01/2026	13/02/2026	02 41 31 77 12
ÉQUILIBRE 12 séances d'1h30	SEICHES-SUR-LE-LOIR	Jeudi matin	05/03/2026	11/06/2026	02 40 41 38 53
	DURTAL	Jeudi après-midi	05/03/2026	11/06/2026	02 40 41 38 53
MOBILITÉ 3 séances de 2h30 + conduite	SAINT-CLEMENT-DE-LA-PLACE	Mardi matin	05/05/2026	26/05/2026	02 41 77 94 04
	VAUDELNAY	Jeudi matin	21/05/2026	11/06/2026	02 41 53 75 15
NUMÉRIQUE 10 séances de 2h	SEICHES-SUR-LE-LOIR	Jeudi matin	05/03/2026	28/05/2026	06 73 17 42 80 ou 06 71 09 86 39
	DURTAL	Jeudi après-midi	05/03/2026	28/05/2026	06 73 17 42 80 ou 06 71 09 86 39
	LE MAY-SUR-EVRE	Lundi matin	12/01/2026	30/03/2026	02 41 63 80 20
	LE MAY-SUR-EVRE	Lundi après-midi	12/01/2026	30/03/2026	02 41 63 80 20
	ALLONNES 49	Mardi matin	03/03/2026	05/05/2026	02 52 60 09 65
	PASSAVANT-SUR-LAYON	Jeudi après-midi	05/02/2026	21/05/2026	06 73 81 75 91
	LYS-HAUT-LAYON	Jeudi matin	05/02/2026	21/05/2026	06 73 81 75 91
	OMBREE-D'ANJOU	Vendredi après-midi	23/01/2026	17/04/2026	02 41 92 48 01

# Actions - Mayenne

Planning des actions programmées (Cycles)

A partir de janvier 2026

[www.aseptpdl.fr](http://www.aseptpdl.fr)

Actions	Communes	Séances			Inscription
		Jour	Date début	Date fin	
<b>CAP BIEN-ETRE</b> 4 séances de 2h45	BIERNE-LES-VILLAGES	Jeudi matin	05/03/2026	26/03/2026	06 33 96 73 66
<b>MÉMOIRE</b> <b>PEPS - Eurêka</b> 10 séances de 2h30	MESLAY-DU-MAINE	Jeudi matin	22/01/2026	09/04/2026	06 33 96 73 66
	LOIRON-RUILLE	Mardi matin	20/01/2026	07/04/2026	06 33 96 73 66
	ANDOUILLE	Vendredi après-midi	30/01/2026	10/04/2026	Complet
	MAYENNE	Mardi après-midi	Jeudi 22/01/2026	07/04/2026	06 38 97 58 74
	ERNEE	Mercredi matin	21/01/2026	08/04/2026	06 38 97 58 74
	CHATELAIN	Lundi matin	02/03/2026	18/05/2026	06 33 96 73 66
<b>VITALITÉ</b> 6 séances de 2h30	COSSE-LE-VIVIEN	Jeudi après-midi	05/03/2026	09/04/2026	06 33 96 73 66
	SAINT-GEORGES-BUTTAVENT	Mardi après midi	22/09/2026	10/11/2026	06 38 97 58 74
	LOUVERNE	Jeudi matin	29/01/2026	19/03/2026	06 33 96 73 66
	CONGRIER	Mardi matin	24/02/2026	31/03/2026	06 33 96 73 66
<b>NUTRITION</b> 6 séances de 2h30	LOIRON-RUILLE	Vendredi matin	06/03/2026	10/04/2026	06 33 96 73 66
	MAYENNE	Jeudi matin	29/01/2026	19/03/2026	06 38 97 58 74
	BAIS	Mardi après-midi	03/03/2026	07/04/2026	06 38 97 58 74
	CRAON	Jeudi après-midi	05/03/2026	09/04/2026	06 33 96 73 66
<b>ÉQUILIBRE</b> 12 séances d'1h30	RENAZE	Lundi matin	09/03/2026	22/06/2026	02 40 41 38 53
	CRAON	Lundi matin	05/01/2026	13/04/2026	02 40 41 38 53
	ERNEE	Vendredi après-midi	27/03/2026	10/07/2026	02 40 41 38 53
<b>MOBILITE</b> 3 séances de 2h30 + conduite	ANDOUILLE	Vendredi matin	29/05/2026	12/06/2026	02 43 69 72 72
<b>NUMÉRIQUE</b> 10 séances de 2h	QUELAINES-SAINT-GAULT	Lundi après-midi	12/01/2026	30/03/2026	06 65 44 31 85
	COSSE-LE-VIVIEN	Lundi matin	12/01/2026	30/03/2026	07 44 83 33 32

Pour en savoir plus sur le contenu des ateliers, consultez notre site : [www.aseptpdl.fr](http://www.aseptpdl.fr)

# Actions - Sarthe

Planning des actions programmées (Cycles)

A partir de janvier 2026

[www.aseptpdl.fr](http://www.aseptpdl.fr)

Actions	Communes	Séances			Inscription
		Jour	Date début	Date fin	
<b>CAP BIEN-ETRE</b> 4 séances de 2h45	LA GUIERCHE	Lundi après-midi	09/03/2026	30/03/2026	07 89 94 82 35
<b>MÉMOIRE</b> PEPS - Eurêka 10 séances de 2h30	LE MANS	Mardi matin	13/01/2026	31/03/2026	07 89 94 82 35
	LE MANS	Mardi après-midi	13/01/2026	31/03/2026	07 89 94 82 35
	NEUVILLE-SUR-SARTHE	Mardi matin	20/01/2026	07/04/2026	07 89 94 82 35
	LA FLECHE	Lundi matin	12/01/2026	23/03/2026	06 80 50 94 75
	LA CHAPELLE-SAINT-FRAY	Mercredi matin	07/01/2026	18/03/2026	Complet
	GUECELARD	Vendredi matin	16/01/2026	27/03/2026	Complet
	FERCE-SUR-SARTHE	Jeudi matin	08/01/2026	19/03/2026	06 80 50 94 75
	PREVAL	Mardi matin	29/09/2026	15/12/2026	07 89 94 82 35
<b>VITALITÉ</b> 6 séances de 2h30	LAIGNE-EN-BELIN	Lundi après-midi	02/03/2026	31/03/2026	07 89 94 82 35
	LE MANS	Jeudi après-midi	08/01/2026	12/02/2026	07 89 94 82 35
	CROSMIERES	Vendredi matin	09/01/2026	13/02/2026	06 80 50 94 75
	SABLE-SUR-SARTHE	Vendredi matin	06/03/2026	10/04/2026	06 80 50 94 75
	TRANGE	Mardi après midi	03/02/2026	24/03/2026	06 80 50 94 75
<b>NUTRITION</b> 6 séances de 2h30	LA FONTAINE-SAINT-MARTIN	Jeudi Matin	08/01/2026	12/02/2026	06 80 50 94 75
	ALLONNES 72	Jeudi Matin	05/03/2026	09/04/2026	06 80 50 94 75
	COULANS-SUR-GEE	Mardi matin	06/01/2026	10/02/2026	06 80 50 94 75
	TORCE-EN-VALLEE	Vendredi matin	06/03/2026	10/04/2026	07 89 94 82 35
<b>THEATRE-FORUM</b>	LA FLECHE	Jeudi après-midi (14h - 17h)	19/03/2026	A La Halle au blé	06 80 50 94 75
	LA GUIERCHE	Jeudi après-midi (14h - 17h)	21/05/2026	A la Salle Polyvalente	07 89 94 82 35
	COULANS-SUR-GEE	Jeudi après-midi (14h - 17h)	12/02/2026	A La Gare	06 80 50 94 75
<b>ÉQUILIBRE</b> 12 séances d'1h30	ANCINNES	Jeudi Matin	05/03/2026	04/06/2026	02 40 41 38 53
<b>NUMÉRIQUE</b> 10 séances de 2h	LAIGNE-EN-BELIN	Mardi après-midi	03/03/2026	19/05/2026	Groupe complet
	SAINT-CALAIS	Vendredi matin	16/01/2025	03/04/2025	Groupe complet
	MONTFORT-LE-GESNOIS	Mardi matin	13/01/2026	31/03/2025	06 80 06 90 39
	MONTVAL-SUR-LOIR	Mercredi matin	14/01/2026	25/03/2026	02 43 44 67 67
	FLEE	Mardi matin	03/03/2026	19/05/2026	07 76 39 23 81

# Actions - Vendée

Planning des actions programmées (Cycles)

A partir de janvier 2026

Actions	Communes	Séances			Inscription au :
		Jour	Date début	Date fin	
CAP BIEN-ETRE 4 séances de 2h45	REAUMUR	Mercredi matin	21/01/2026	11/02/2026	02 40 41 30 83
	SALLERTAINE	Vendredi matin	06/03/2026	27/03/2026	02 40 41 30 83
	SAINT-FULGENT	Jeudi matin	05/03/2026	26/03/2026	02 40 41 30 83
MÉMOIRE PEPS - Eurêka 10 séances de 2h30	LES HERBIERS	Mardi après-midi	20/01/2026	07/04/2026	02 40 41 30 83
	CHANTONNAY	Jeudi matin	15/01/2026	02/04/2026	02 40 41 30 83
	SAINT-GERVAIS	Mardi matin	03/02/2026	14/04/2026	02 40 41 30 83
	LUCON	Mardi matin	27/01/2026	07/04/2026	02 40 41 30 83
	SAINT-BENOIST-SUR-MER	Jeudi après-midi	02/04/2026	11/06/2026	02 40 41 30 83
VITALITÉ 6 séances de 2h30	MONTAIGU-VENDEE	Mardi après-midi	28/04/2026	02/06/2026	02 40 41 30 83
	NALLIERS	Jeudi après-midi	05/02/2026	26/03/2026	02 40 41 30 83
	LA FERRIERE	Mardi matin	03/02/2026	24/03/2026	02 40 41 30 83
	LES SABLES-D'OLONNE	Mardi matin	03/03/2026	07/04/2026	02 40 41 30 83
NUTRITION 6 séances de 2h30	SAINT-JUIRE-CHAMPGILLON	Mardi matin	03/03/2026	21/04/2026	02 40 41 30 83
	TALLUD-SAINTE-GEMME	Jeudi matin	05/02/2026	19/03/2026	02 40 41 30 83
	TALMONT-SAINT-HILAIRE	Vendredi matin	06/03/2026	17/04/2026	02 40 41 30 83
ÉQUILIBRE 12 séances d'1h30	CHAUCHE	Jeudi matin	29/01/2026	21/05/2026	06 73 71 94 65
	LA BRETONNIERE-LA-CLAYE	Mardi matin	10/02/2026	28/04/2026	02 40 41 38 53
	LES MAGNILS-REIGNIERS	Mardi après-midi	10/02/2026	28/04/2026	02 40 41 38 53
UNE VIE DEVANT NOUS 8 séances de 3h	TALMONT-SAINT-HILAIRE	Jeudi matin	08/01/2026	09/04/2026	02 51 96 02 76
	BEAULIEU-SOUS-LA-ROCHE	Jeudi après-midi	08/01/2026	09/04/2026	02 40 41 38 53
UNE VIE DEVANT NOUS 8 séances de 3h	LES HERBIERS	Réunion d'information Jeudi 15 Janvier 2026 à 10h30			02 51 91 29 78
		Ateliers Jeudi matin	05/02/2026	21/05/2026	
	LES BROUZILS	Mardi matin	20/01/2026	12/05/2026	06 73 71 94 65
	MAREUIL-SUR-LAY-DISSAIS	Réunion d'information Mardi 6 Janvier 2026 à 10h30			02 40 41 38 53
		Ateliers Mardi matin	03/02/2026	26/05/2026	
	LUCON	Jeudi matin	08/01/2026	09/04/2026	02 40 41 38 53
	LA ROCHE-SUR-YON	Réunion d'information Lundi 2 Février 2026 à 10h30			02 51 24 69 81
		Ateliers Lundi et Vendredi matin	06/02/2026	10/04/2026	

# Actions - Vendée

Planning des actions programmées (Cycles)

A partir de janvier 2026

Actions	Communes	Séances			Inscription au :
		Jour	Date début	Date fin	
BIENVENUE A LA RETRAITE 5 séances	LA CHATAIGNERAIE	Jours et Horaires différents	15/01/2026	04/02/2026	02 51 52 62 51
	SAINT-GILLES-CROIX-DE- VIE	Jours et Horaires différents	17/03/2026	02/04/2026	02 55 34 00 24
NUMÉRIQUE 10 séances de 2h	CHANVERRIE	Vendredi matin	23/01/2026	10/04/2026	02 51 63 69 14
	CHANVERRIE	Vendredi après-midi	23/01/2026	10/04/2026	02 51 63 69 14
	MOUTIERS-LES-MAUXFAITS	Jeudi après-midi	08/01/2026	26/03/2026	02 40 41 38 53
	TALMONT-SAINT-HILAIRE	Lundi après-midi	12/01/2026	30/03/2026	02 51 96 02 76
	LE MAZEAU	Vendredi matin	23/01/2026	10/04/2026	06 42 88 71 60
	ANGLES	Mardi après-midi	06/01/2026	24/03/2026	02 40 41 38 53
	ROCHESERVIERE	Jeudi matin	05/03/2026	28/05/2026	02 40 41 38 53
	AIZENAY	Mardi matin	28/04/2026	30/06/2026	02 51 94 53 90
	LUCON	Lundi après-midi	02/02/2026	11/05/2026	02 40 41 38 53
	GRUES	Jeudi matin	05/02/2026	16/04/2026	02 40 41 38 53
	SAINTE-HERMINE	Mardi matin	03/02/2026	12/05/2026	02 40 41 38 53