

# Sarthe - 2026

Planning des cycles d'ateliers programmés - mise à jour le 27/01/2026

| Actions                                        | Communes             | Séances                         |            |                                 | Inscription    |
|------------------------------------------------|----------------------|---------------------------------|------------|---------------------------------|----------------|
|                                                |                      | Jour                            | Date début | Date fin                        |                |
| CAP BIEN-ETRE<br>4 séances de 2h45             | LA GUIERCHE          | Lundi après-midi                | 09/03/2026 | 30/03/2026                      | 07 89 94 82 35 |
|                                                | MALICORNE-SUR-SARTHE | Vendredi matin                  | 13/03/2026 | 03/04/2026                      | 06 80 50 94 75 |
| MÉMOIRE<br>PEPS - Eurêka<br>10 séances de 2h30 | PREVAL               | Mardi matin                     | 29/09/2026 | 15/12/2026                      | 07 89 94 82 35 |
| VITALITÉ<br>6 séances de 2h30                  | LAIGNE-EN-BELIN      | Lundi après-midi                | 02/03/2026 | 31/03/2026                      | 07 89 94 82 35 |
|                                                | 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 |
|                                                | CHANGE 72            | Mercredi matin                  | 16/09/2026 | 21/10/2026                      | 07 89 94 82 35 |
|                                                | CROSMIERES           | Lundi après-midi                | 02/03/2026 | 13/04/2026                      | 06 80 50 94 75 |
| NUTRITION<br>6 séances de 2h30                 | ALLONNES 72          | Jeudi Matin                     | 05/03/2026 | 09/04/2026                      | 06 80 50 94 75 |
|                                                | TORCE-EN-VALLEE      | Vendredi matin                  | 06/03/2026 | 10/04/2026                      | 07 89 94 82 35 |
|                                                | COULAINES            | Mardi matin                     | 03/02/2026 | 10/03/2026                      | 07 89 94 82 35 |
| THEATRE-FORUM                                  | LA FLECHE            | Jeudi après-midi<br>(14h - 17h) | 19/03/2026 | A La Halle au blé               | 06 80 50 94 75 |
|                                                | LA GUIERCHE          | Jeudi après-midi<br>(14h - 17h) | 21/05/2026 | A la Salle Polyvalente          | 07 89 94 82 35 |
|                                                | COULANS-SUR-GEE      | Jeudi après-midi<br>(14h - 17h) | 12/02/2026 | A La Gare                       | 06 80 50 94 75 |
|                                                | CHANGE 72            | Jeudi après-midi<br>(14h - 17h) | 28/05/2026 | Au Centre Social<br>LE RABELAIS | 07 89 94 82 35 |
| ÉQUILIBRE<br>12 séances d'1h30                 | ANCINNES             | Jeudi Matin                     | 05/03/2026 | 04/06/2026                      | 06 75 05 82 04 |
| NUMÉRIQUE<br>10 séances de 2h                  | LAIGNE-EN-BELIN      | Mardi après-midi                | 03/03/2026 | 19/05/2026                      | COMPLET        |
|                                                | FLEE                 | Mardi matin                     | 03/03/2026 | 19/05/2026                      | 07 76 39 23 81 |
|                                                | MARCON               | Lundi matin                     | 27/04/2026 | 29/06/2026                      | 06 07 27 22 06 |

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



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

Avec le soutien de la commission des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de la Sarthe