

L'Espace Social de Montrevault
vous présente le



France
services



PROGRAMME ATELIERS destinés aux SENIORS

de SEPTEMBRE à DÉCEMBRE 2026

à partir de 60 ans

GRATUIT



Espace Social de Montrevault

02 41 30 06 32

franceservices@montrevaultsurevre.fr

SEPTEMBRE

PERMANENCE CONSEILLER NUMÉRIQUE

JEUDI 10 SEPTEMBRE 9H-12H

ESPACE SOCIAL DE MONTREVAULT

Aide à la prise en main de l'outil numérique

- Prise de rendez-vous au 02.41.30.06.32
- Rendez-vous de 45 minutes

ATELIER DE LA LUDO

VENDREDI 11 SEPTEMBRE 14H-17H

LUDOTHEQUE DE ST PIERRE MONTLIMART

18 avenue de la Croix Verte

Après-midis conviviaux autour du jeu de société moderne

Sans inscription

J'M'ACTIVE

MARDI 15 SEPTEMBRE 14H15-15H45

SALLE DE SPORTS CHAUDRON EN MAUGES

Animation sportive

Inscription au 02.41.30.06.32

ATELIER D'ART ET DANSE-THÉRAPIE

MARDIS 15 et 29 SEPTEMBRE 19H-21H

MAISON DE L'ENFANCE

18 avenue de la Croix Verte (St Pierre Montlimart)

Des pratiques pour prendre soin de sa santé mentale

Inscription au 02.41.30.06.32

PERMANENCE CONSEILLER NUMÉRIQUE

JEUDI 17 SEPTEMBRE 9H-12H

ESPACE SOCIAL DE MONTREVAULT

Aide à la prise en main de l'outil numérique

- Prise de rendez-vous au 02.41.30.06.32
- Rendez-vous de 45 minutes

ATELIER NUMÉRIQUE DU JEUDI "DÉCOUVERTE MON ESPACE SANTÉ"

JEUDI 24 SEPTEMBRE 10H-12H

HÔTEL DE VILLE DE MONTREVAULT

Inscription au 02.41.30.06.32

J'M'ACTIVE

MARDI 29 SEPTEMBRE 14H15-15H45

SALLE DE SPORTS CHAUDRON EN MAUGES

Animation sportive

Inscription au 02.41.30.06.32

OCTOBRE

PERMANENCE CONSEILLER NUMÉRIQUE

JEUDI 1ER OCTOBRE 9H-12H

ESPACE SOCIAL DE MONTREVAULT

Aide à la prise en main de l'outil numérique

- Prise de rendez-vous au 02.41.30.06.32
- Rendez-vous de 45 minutes

CAFÉS NUMÉRIQUES

"LA PHOTO SUR SMARTPHONE"

JEUDI 1ER OCTOBRE 14H-16H

MAISON HABIT'ÂGE

2 rue de la Gilleterie (La Boissière sur Evre)

Inscription au 06.28.74.87.72

JOUER BOUGER SENIORS

VENDREDI 2 OCTOBRE à 9H

Activités sportives adaptées au plus de 60 ans

SALLE DE SPORTS LES MINIÈRES (La Salle Aubry)

 10 € le repas à régler à l'inscription
uniquement par Chèque à l'ordre du Trésor Public

Inscription au 02.41.30.06.32

J'M'ACTIVE

MARDI 6 OCTOBRE 14H15-15H45

SALLE DE SPORTS ST REMY EN MAUGES

Animation sportive

Inscription au 02.41.30.06.32

ATELIER NUMÉRIQUE DU JEUDI "LES APPLICATIONS MOBILES"

JEUDI 8 OCTOBRE 10H-12H

HÔTEL DE VILLE DE MONTREVAULT

Inscription au 02.41.30.06.32

ATELIER DE LA LUDO

VENDREDI 9 OCTOBRE 14H-17H

LUDOTHEQUE DE ST PIERRE MONTLIMART

18 avenue de la Croix Verte

Après-midis conviviaux autour du jeu de société moderne

Sans inscription

THÉÂTRE "ET VOUS COMMENT ÇA VA?"

Compagnie l'Arbre à Fil

MARDI 13 OCTOBRE 20H

ESPACE FIGULINA - LE FUILET

Sans inscription

PERMANENCE CONSEILLER NUMÉRIQUE

JEUDI 15 OCTOBRE 9H-12H

ESPACE SOCIAL DE MONTREVAULT

Aide à la prise en main de l'outil numérique

- Prise de rendez-vous au 02.41.30.06.32
- Rendez-vous de 45 minutes

ATELIER NUTRITION

6 séances pour adopter les bons réflexes pour bien se nourrir

DU 7 SEPTEMBRE AU 12 OCTOBRE

TOUS LES LUNDIS DE 9H30 à 12H

ESPACE FIGULINA - LE FUILET

Sur inscription auprès de la MSA
02.41.31.77.12

NOVEMBRE

J'M'ACTIVE

MARDI 3 NOVEMBRE 14H15-15H45

SALLE DE SPORTS ST REMY EN MAUGES

Animation sportive

Inscription au 02.41.30.06.32

PERMANENCE CONSEILLER NUMÉRIQUE

JEUDI 5 NOVEMBRE 9h-12h

ESPACE SOCIAL DE MONTREVAULT

Aide à la prise en main de l'outil numérique

- Prise de rendez-vous au 02.41.30.06.32
- Rendez-vous de 45 minutes

ATELIER NUMÉRIQUE DU JEUDI

“S'ORGANISER SUR SES APPAREILS NUMÉRIQUES”

JEUDI 12 NOVEMBRE 10H-12H

HÔTEL DE VILLE DE MONTREVAULT

Inscription au 02.41.30.06.32

CAFÉS NUMÉRIQUES

“LA MUSIQUE ET LES MEDIAS”

JEUDI 12 NOVEMBRE 14H-16H

MAISON HABIT'ÂGE

2 rue de la Gilleterie (La Boissière sur Evre)

Inscription au 06.28.74.87.72

ATELIER DE LA LUDO

VENDREDI 13 NOVEMBRE 14H-17H

LUDOTHEQUE DE ST PIERRE MONTLIMART

18 avenue de la Croix Verte

Après-midis conviviaux autour du jeu de société moderne

Sans inscription

J'M'ACTIVE

MARDI 17 NOVEMBRE 14H15-15H45

SALLE DE SPORTS LE FIEF SAUVIN

Animation sportive

Inscription au 02.41.30.06.32

PERMANENCE CONSEILLER NUMÉRIQUE

JEUDI 19 NOVEMBRE 9H-12H

ESPACE SOCIAL DE MONTREVAULT

Aide à la prise en main de l'outil numérique

- Prise de rendez-vous au 02.41.30.06.32
- Rendez-vous de 45 minutes

ATELIER DE LA LUDO

DIMANCHE 29 NOVEMBRE 14H-18H

LUDOTHEQUE DE ST PIERRE MONTLIMART

18 avenue de la Croix Verte

Après-midis conviviaux autour du jeu de société moderne

Sans inscription

**Vous faites partie d'un Club
des Retraités ? Les Ateliers
de la Ludo se déplacent !**

**N'hésitez pas à contacter
la Ludothèque**

02.41.70.87.33

ludothèque@montrevaultsurevre.fr

DÉCEMBRE

J'M'ACTIVE

MARDI 1ER DÉCEMBRE 14H15-15H45
SALLE DE SPORTS LE FUILET

Animation sportive

Inscription au 02.41.30.06.32

PERMANENCE CONSEILLER NUMÉRIQUE

JEUDI 3 DÉCEMBRE 9H-12H
ESPACE SOCIAL DE MONTREVAULT

Aide à la prise en main de l'outil numérique

- Prise de rendez-vous au 02.41.30.06.32
- Rendez-vous de 45 minutes

CAFÉS NUMÉRIQUES

“LES JEUX SUR SMARTPHONE”

JEUDI 3 DÉCEMBRE 14H-16H
MAISON HABIT'ÂGE

2 rue de la Gilleterie (La Boissière sur Evre)

Inscription au 06.28.74.87.12

PERMANENCE CONSEILLER NUMÉRIQUE

JEUDI 10 DÉCEMBRE 9H-12H
ESPACE SOCIAL DE MONTREVAULT

Aide à la prise en main de l'outil numérique

- Prise de rendez-vous au 02.41.30.06.32
- Rendez-vous de 45 minutes

ATELIER DE LA LUDO

VENDREDI 11 DÉCEMBRE 14H-17H
LUDOTHEQUE DE ST PIERRE MONTLIMART
18 avenue de la Croix Verte

Après-midis conviviaux autour du jeu de société moderne
Sans inscription

J'M'ACTIVE

MARDI 15 DÉCEMBRE 14H15-15H45
SALLE DE SPORTS LE FIEF SAUVIN

Animation sportive

Inscription au 02.41.30.06.32

ATELIER NUMÉRIQUE DU JEUDI

“LES ABONNEMENTS MOBILES”

JEUDI 17 DÉCEMBRE 10H-12H
HÔTEL DE VILLE DE MONTREVAULT

Inscription au 02.41.30.06.32

**N'hésitez pas à contacter
le Club des Retraités
de votre commune, de
nombreux moments de
partages, des temps festifs
ou de jeux sont organisés**

**Contact auprès de votre
Mairie déléguée
02 41 30 02 65**



ATELIER
Bienvenue
à la retraite

VERS UNE RETRAITE ACTIVE ET ÉPANOUIE

Vous êtes bientôt à la retraite ou retraité depuis peu ?
L'atelier « Bienvenue à la retraite » est fait pour vous !

L'atelier est conçu pour vous aider à connaître vos droits, vous encourager à prendre soin de vous et de votre santé. Vous recevrez des conseils concrets, simples et des informations pratiques.

Gratuit
sur inscription

Pour tout renseignement ou inscription, contactez :
l'ASEPT
par téléphone : 02.40.41.38.53
par mail : contact@aseptpdl.fr

Association santé
éducation et prévention
sur les territoires
Pays de la Loire



POUR Bien Vieillir

l'assurance
retraite



CARSAT



**5 séances entre le 5 novembre
et 3 décembre 2026**