

Et si être **retraité** c'était

**vouloir dormir  
comme un bébé ?**

**ATELIER  
SOMMEIL**

**Gratuit**

**Conférence lundi 3 novembre 2025 • à 9h30**

**Suivie d'un atelier de 6 séances, les lundis**

**Salle Gauguin • à Saint-Malo-de-Phily**

Inscription et renseignements auprès de l'Asept Bretagne :  
au **02 98 85 79 25**  
ou à **contact@asept-bretagne.fr**



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent • [pourbienvieillirbretagne.fr](http://pourbienvieillirbretagne.fr)

