

Et si être **retraité** c'était

**oser autre chose que  
des recettes de  
grand-mères ?**

**ATELIER  
NUTRITION**

**Gratuit**

**Conférence le vendredi 9 janvier 2026 · à 9h30**

**Suivie d'un atelier de 9 séances, les vendredis**

**L'ESCALE - Salle des Possibles · à ROMAGNÉ**

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