

Et si être **retraité** c'était **préserver sa santé ?**

**ATELIER
BIEN VIVRE
SA RETRAITE**

Gratuit

Conférence le vendredi 16 janvier 2026 • à 9h30

**Suivie d'un atelier de 6 séances, les vendredis de 9h30 à 12h
à la Mairie de Bourbriac**

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