

Et si être **retraité** c'était **vouloir dormir** **comme un bébé ?**

**ATELIER
SOMMEIL**

Gratuit

Conférence le vendredi 3 avril 2026 à 9h30

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

Centre Socio-Culturel Jean Jacolot . Le Relecq-Kerhuon

Inscription et renseignements auprès de l'Asept Bretagne :

Au **02.98.85.79.25**

Ou à **contact@asept-bretagne.fr**