

Et si être **retraité** c'était

**vouloir dormir  
comme un bébé ?**

**ATELIER  
SOMMEIL**

**Gratuit**

**Conférence mardi 31 mars 2026 à 9h30**

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

**Salle communale de la Mairie à Plozévet**

Inscription et renseignements auprès du CLIC :  
au **02 98 87 39 50**