

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

**ATELIER
SOMMEIL**

Gratuit

Conférence lundi 23 mars 2026 à 10h

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

Salle du Clos Paisible à Montreuil-sur-Ille

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