

Et si être **retraité** c'était

**vouloir dormir
comme un bébé ?**

**ATELIER
SOMMEIL**

Gratuit

Conférence lundi 9 février 2026 à 14h30

Suivie d'un atelier de 6 séances, les lundis de 14h à 16h30

Salle des Iris – Mairie de Melesse

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