

Et si être **retraité** c'était

**oser autre chose que
des recettes de
grand-mères ?**

**ATELIER
NUTRITION**

Gratuit

Conférence mardi 6 janvier 2026 à 9h30

Suivie d'un atelier de 9 séances, les mardis

Salle Rance et Fremur, rue St Exupéry à Pleurtuit

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