

Et si être **retraité** c'était

**vouloir dormir  
comme un bébé ?**

**ATELIER  
SOMMEIL**

**Gratuit**

**Conférence jeudi 6 novembre 2025 à 9h30**

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

 **À la Mairie de SAINT-GONNERY**

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