

Et si être **retraité** c'était

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

**ATELIER
NUTRITION**

Gratuit

Conférence jeudi 8 janvier 2026 à 14h

Suivie d'un atelier de 9 séances, les jeudis de 14h à 16h30

Salle « Parquet », 2 place de l'église, à GUILLIGOMARC'H

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