

Et si être **retraité** c'était

**vouloir dormir
comme un bébé ?**

**ATELIER
SOMMEIL**

Gratuit

Conférence vendredi 13 novembre 2026 à 14h

Suivie d'un atelier de 6 séances, les vendredis après-midi

▶ Salle Caramel - Centre Social Carrefour 18, 7 rue d'Espagne à Rennes

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



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent • pourbienvieillirbretagne.fr

