

Et si être **retraité** c'était **vouloir dormir** **comme un bébé ?**

**ATELIER
SOMMEIL**

Gratuit

Conférence lundi 30 novembre 2026 à 14h
Suivie d'un atelier de 6 séances, les lundis après-midi
► Salle de l'Illet à Mouazé

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