

# Rythmes de vie et sommeil

Conférence santé/seniors

Mieux le comprendre,  
mieux le gérer



Ateliers ouverts  
à toute personne  
de plus  
de 50 ANS

Au cours de la conférence débat,  
**les ateliers "sommeil"** vous seront présentés

Entrée gratuite

Lundi 16 septembre 2019 à 14 h 00  
Salle polyvalente, 2 rue du Portail  
**SAINT ANDRE DE MESSEI**

Pour contacter  
L'ASEPT : 02 31 25 38 31

Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

