

## ARTICLE BULLETIN MUNICIPAL

### Atelier Vitalité à Lourmais

L'Asept Bretagne, association de prévention et d'éducation à la santé, partenaire des caisses de retraite, **organise une réunion de présentation des ateliers Vitalité.**

Ce programme, à destination des retraités de plus de 60 ans, est composé de 6 séances. Différents thèmes seront abordés : le sommeil, l'alimentation, le bien-être, l'adaptation du logement, la santé etc... dans une ambiance ludique et conviviale.

Date : Jeudi 17 octobre 2019, à 14h30

Lieu : Salle communale, à côté de la Mairie

Réunion gratuite

Ateliers : les jeudis après-midi, à partir du 7 novembre 2019, 20 € pour l'ensemble des séances

Renseignements au secrétariat de l'ASEPT Bretagne : 02 99 01 81 81