

LES ATELIERS
PRÉVENTION
SANTÉ

GRATUIT
sur inscription,
réservé aux seniors

CONFÉRENCE

INTERACTIVE animée par une sophrologue

LE **SOMMEIL** LE **COMPRENDRE** POUR MIEUX LE TROUVER



Vous êtes aidant, vous pouvez venir avec votre proche, des professionnels de Bulle d'air prendront votre relais pendant la conférence (sur réservation)

Jeudi

8 octobre 2026

14h30-16h

**SALLE SOCIO-CULTURELLE
PLACE DU DR PHELIPPON
85200 SERIGNE**

CONTACT / INSCRIPTION :

SAD Pays de Fontenay Vendée

fontenayvsa@admr85.org

02 52 61 45 68



L'essentiel & plus encore

**FONDATION
J.M. BRUNEAU**

SOUS L'ÉGIDE DE LA
FONDATION DE FRANCE

Carsat Retraite
& Santé
au travail
Pays de la Loire



 **ADMR**