

PETIT OU GROS DORMEUR, À CHACUN SON RYTHME  
6 SÉANCES DE 2H30

Atelier  
Sommeil



6 SÉANCES JEUDI 14H À 16H30

06, 13, 20, 27 NOVEMBRE  
04 ET 11 DÉCEMBRE 2025

Salle Centre Bourg – 37120 BRASLOU

RENSEIGNEMENTS AUPRÈS DE L'ASEPT CENTRE-VAL DE LOIRE  
02.47.31.61.92



Découvrez les actions de prévention santé  
de l'ASEPT Centre-Val de Loire

