

CONFÉRENCE

SOMMEIL ET SENIORS

Bien dormir en vieillissant

Avec l'âge, le sommeil se fragilise. Quand les troubles du sommeil apparaissent, il est essentiel de les comprendre car bien dormir est primordial pour préserver sa santé



Animé par le Docteur
E.KARIGER, Gériatre.



Entrée gratuite - Sur inscription

BOURBONNE-LES-BAINS

Vendredi 2 octobre 2026 - 14h30

Mairie de Bourbonne-les-Bains, salle de justice de paix,
Impasse du château

i Infos et réservation : ASEPT Champagne-Ardenne
06 07 74 65 22 ou 06 33 29 62 99 / contact@asept-ca.fr