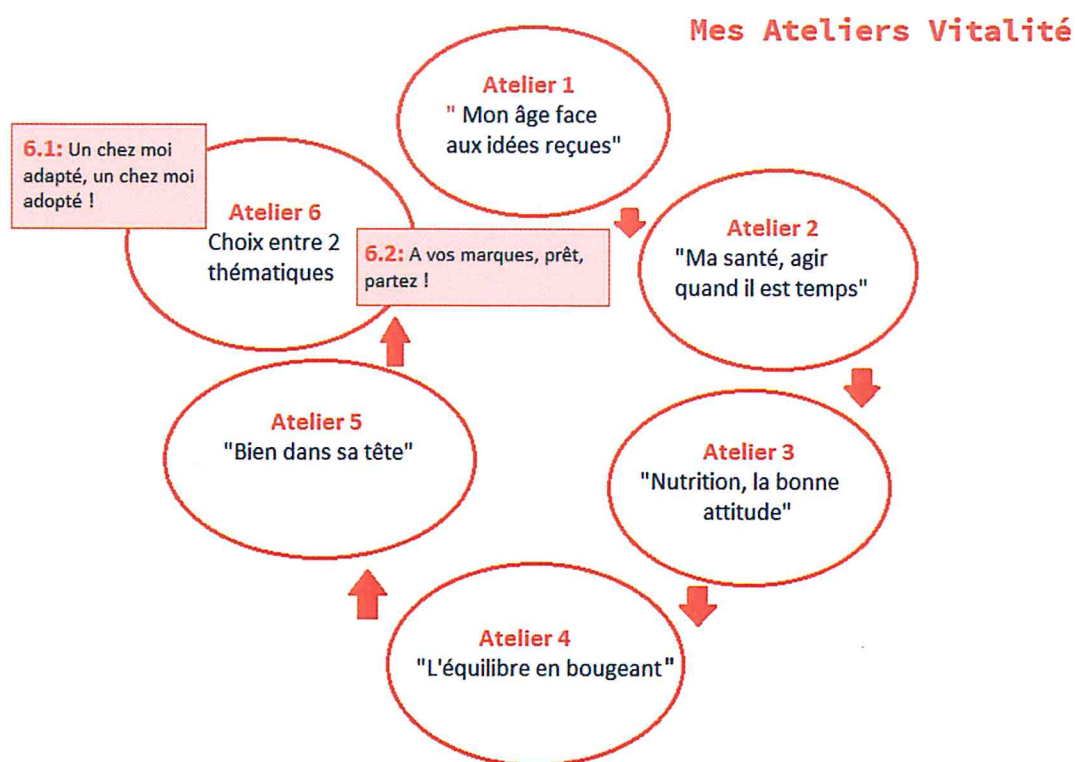


L'Association de Santé, d'Education et de Prévention sur les Territoires de Lorraine (ASEPT Lorraine) en partenariat avec la Commune et le CCAS de la Bresse organise une réunion d'information, gratuite et ouverte à tous, animée par Mr Gilbert Montaud qui se tiendra le :

**Le Jeudi 13 septembre 2018 à 14h00**  
 A la Maison des Associations, 1 Ter rue des Champions  
 88250 LA BRESSE

Nous vous attendons nombreux. Faites-le savoir autour de vous, familles, amis, voisins...



Un programme de 6 séances collectives de 8 à 15 personnes, d'environ 2h30 animées par un animateur formé.

Il s'agit de prendre soin de soi, d'acquérir les bons réflexes du quotidien en échangeant dans la convivialité.

En consacrant quelques heures à votre santé, vous gagnerez une retraite plus sereine. Vous recevrez des conseils simples et clairs pour adopter les bons réflexes chaque jour tout en passant un bon moment.

**Il n'est jamais trop tôt ou trop tard pour s'occuper de soi et adopter les bons réflexes !**

Contact ASEPT : [solary.emilie@aseptlorraine.fr](mailto:solary.emilie@aseptlorraine.fr) – 09.74.19.16.77





**Jeudi 13 septembre 2018**

# Dès 60 ans, j'adopte les bons réflexes avec les Ateliers Vitalité

Les ateliers Vitalité, un programme d'éducation et de promotion de la santé développé par la MSA pour les seniors.

L'Association de Santé, d'Education et de Prévention sur les Territoires de Lorraine (ASEPT Lorraine) en partenariat avec la Commune et le CCAS de la Bresse, vous invite à une réunion publique d'information.

**Maison des Associations,**

**1 Ter rue des Champions**

**88250 LA BRESSE**

• **À 14H00**

Contact : ASEPT Lorraine - Émilie SOLARY

mail : [solary.emilie@aseptlorraine.fr](mailto:solary.emilie@aseptlorraine.fr)

téléphone : 09 74 19 16 77



**Ensemble, les caisses de retraite s'engagent**