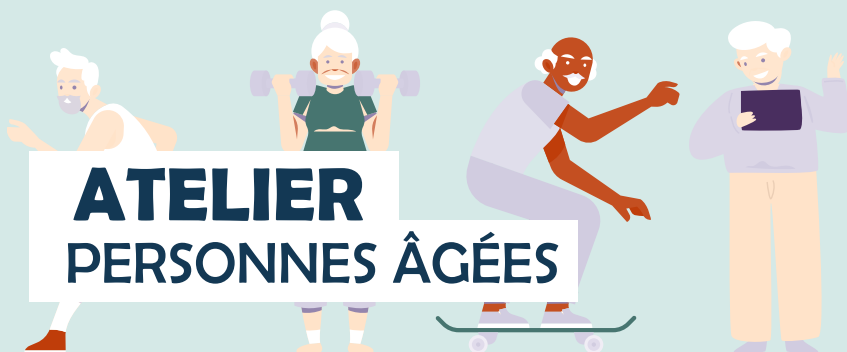




# ATELIER PERSONNES ÂGÉES

2026

Gratuit  
sur  
inscription

## JEU D'ENIGMES SUR LE SOMMEIL

A destination des personnes de + de 60 ans

Aidez Morphée à retrouver les clés du sommeil !

Explorez les secrets d'un sommeil de qualité, découvrez les bonnes habitudes à adopter et les pièges à éviter.

 **Dates : mercredi 25 novembre 2026**  
**de 10h à 12h**

 **Groupe** de 30 personnes maximum

 **Animé** par l'association SYNAP'S

 **Lieu** : Centre d'activités Ariane  
240 rue de Cumène - Neuves-Maisons



Création • CCMM • octobre 2026 • NPJSLVP

**Pour tout renseignement et inscription :**

**CIAS Moselle et Madon - LEMM**

2, place des Tricoteries 54 230 Chaligny

Tél : 09 74 36 04 50

Mail : [cias@cc-mosellemadon.fr](mailto:cias@cc-mosellemadon.fr)

