

LE SOMMEIL

DES ACTIONS POUR TOUS LES ÂGES



Ville de Louverné

2026

SIEL BLEU

1 cycle de 8 ateliers sur les bienfaits de l'activité physique et le sommeil



LES VENDREDIS DE SEPTEMBRE À OCTOBRE (DE 10H45 À 12H)



SALLE MULTI ACTIVITÉS - COMPLEXE SPORTIF DE LOUVERNÉ

Inscription obligatoire à partir du 1er juin et jusqu'au 30 août, dans la limite des places disponibles : rpe@louverne.fr - 02 43 01 27 87 - 06 12 15 54 77



SPECTACLE : SLEEPING

Anne Boutin Pied vous propose un spectacle tout-petits de 1 à 4 ans sur le sommeil. Mis en scène et dirigé par Marie Prête Compagnie La Vache Bleue. Création costume par Sandrine Zimmer.



SAMEDI 17 OCTOBRE À 11H



MÉDIATHÈQUE DE LOUVERNÉ

Inscription obligatoire (jauge limitée) : mediatheque@louverne.fr - 02 43 26 38 08



Sleeping



FORUM : BIEN DORMIR

Une matinée ouverte à tous, dédiée au sommeil, avec la présence de nombreux professionnels de santé et de différents espaces :

- Espaces informatifs
- Espaces exercices



SAMEDI 7 NOVEMBRE DE 9H À 13H



ESPACE RENOIR LOUVERNÉ



Forum



Bibliothérapie



BIBLIOGRAPHIE : SOMMEIL

Retrouvez une sélection de livres dédiés au sommeil

Ouvrages empruntables à la Médiathèque de Louverné