

RENCONTRES SANTÉ



**MUTUALITÉ  
FRANÇAISE**  
GRAND EST

# SENIORS : LE SOMMEIL

*Mon allié santé*



*Mardi 17 et 24*

*mars 2020*

**de 14h30 à 16h**



**ESPACE SOLID'AGE  
BATIMENT LA BRIE**

Appt 60 - Av. Charles de Gaulle

**SEZANNE**

Inscription  
obligatoire  
**GRATUITE**

Mutualité Française  
Grand Est

inscription@mfge.fr  
06 49 85 62 31



**INSCRIPTION  
EN LIGNE**



**#Rencontresanté**



## CYCLE DE 2 ATELIERS SUR LE SOMMEIL DES SENIORS

- Mardi 17 mars 2020  
Atelier théorique  
« Comprendre le sommeil »
- Mardi 24 mars 2020  
Atelier pratique « Trucs et  
astuces pour un sommeil  
de qualité »



**Les partenaires :**

