

RENCONTRE SANTÉ EN LIGNE



# SOMMEIL : *comment le (re)trouver ?*



*Lundi 23*  
*novembre 2020*  
**de 14h à 15h**



**EN VOUS CONNECTANT  
AU SITE LIVESTORM  
VIA LE LIEN :**

<https://cutt.ly/LgsKETr>

**GRATUIT**

Inscription  
en ligne  
**obligatoire** avant  
l'évènement



**CONFERENCE EN LIGNE  
POUR DÉCOUVRIR  
LES SECRETS DU SOMMEIL**

- Comprendre le sommeil
- Conseils et bonnes habitudes pour un sommeil de qualité
- L'évolution du sommeil avec l'âge



**#Rencontresanté**

Retrouvez tous nos rendez-vous santé  
dans la rubrique *événements* de notre site internet :  
[www.grandest.mutualite.fr](http://www.grandest.mutualite.fr)