



# BIEN DANS SA TÊTE À LA RETRAITE

1 Cycle de 3 conférences en virtuel

Les 24.11.2021

30.11.2021 & 08.12.2021

de 14h00 à 15h30

## Dépression, comprendre pour mieux agir

**GRATUIT**

24.11.2021 : « Stress, déprime & dépression : Ne pas confondre »

30.11.2021 : « Sommeil et dépression : Quels liens ? »

08.12.2021 : « L'alimentation et l'activité physique : Mes armes anti-déprime »

Inscription en ligne sur : <https://app.livestorm.co/mutualite-francaise-grand-est/rencontre-sante-en-ligne-cycle-depression-comprendre-pour-mieux-agir-2021?type=detailed>



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



NOS PARTENAIRES

AVEC LE SOUTIEN DE :

