



Je bouge  
pour mon  
moral



RENCONTRE SANTÉ EN LIGNE

# QUAND LE SOMMEIL EST MALADE, *quelles solutions?*



*Mardi 6*

**JUIN 2023**

**de 18h à 19h**



**En vous connectant  
au site Zoom via le lien :**

**<https://urlz.fr/m1hP>**



**Au menu de cette conférence en ligne :**

- \* Présentation des caractéristiques du sommeil dit "normal"
- \* Focus sur les pathologies du sommeil
- \* Conseils pratiques pour passer de meilleures nuits

Conférence animée par un psychiatre  
spécialiste du sommeil

**GRATUIT**

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



**#Rencontresanté**