

RENCONTRE SANTÉ EN LIGNE

# ALIMENTATION & neurotransmetteurs du bien-être



Je  
bouge  
pour mon  
moral



Mardi 12

MARS 2024

de 18h à 19h



En vous connectant  
au site Zoom via le lien :

<https://cutt.ly/2wLslhR4>



## Au menu de cette conférence en ligne :

La chimie du bonheur ? Savez-vous que le sentiment du bien-être est apporté principalement par 4 molécules ? La dopamine, la sérotonine, l'endorphine, et l'ocytocine.

\* A quoi servent ces molécules ?

\* Comment le contenu de notre assiette peut participer à leur production et nous permettre de nous sentir mieux ?

**GRATUIT**

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



#Rencontresanté

Conférence animée par une diététicienne.