

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.