



Bulletin d'inscription au cycle *Ateliers Sommeil*

Commune de Chalais

COORDONNEES

Nom :	Prénom :
Date de naissance : / /	Sexe : <input type="checkbox"/> Masculin <input type="checkbox"/> Féminin
Adresse :	
Téléphone :	
E-mail :	

REGIME D'ASSURANCE RETRAITE

- MSA SSI Régime général (CARSAT) CAMIEG
 CNRACL ENIM SNCF Autre (précisez) :

COMPLEMENTAIRE SANTE

- Mutualia Autres (précisez) :

BULLETIN D'INSCRIPTION

A retourner avant le 29/01/2019 :
MSA Services POITOU
37 rue du Touffenet - 86042 POITIERS Cedex

Accompagné du règlement de 20 € ⁽¹⁾
par chèque libellé à l'ordre de
MSA Services POITOU

⁽¹⁾ Une participation financière de 20€ est demandée à chaque participant, pour l'ensemble du cycle. Montant pris en charge par Générations Mouvement Les Aînés Ruraux Fédération des Deux-Sèvres pour les adhérents du club – Montant pris en charge par la SDAE pour ces adhérents.

COMMUNICATION

Des **photos** peuvent être prises pendant les ateliers, celles-ci peuvent ensuite apparaître sur notre site Internet, mais également dans les journaux et supports de communication. Les personnes qui ne souhaitent pas que leur image soit utilisée doivent le signaler :

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Je refuse que mon image soit utilisée
<input type="checkbox"/> Je joins les 20€ correspondant aux frais d'inscription | <input type="checkbox"/> Je m'engage à participer à l'ensemble des Ateliers
<input type="checkbox"/> J'autorise MSA Services Poitou à m'envoyer des informations par courriel |
|---|--|

Signature du participant :

En partenariat avec :



Ateliers Sommeil

Lieu : Salle des Associations

4 rue de la Mairie

86200 CHALAIS

(à côté de la Salle des fêtes)

N° de SEANCE	INTITULÉS	DATES	HORAIRES
1	Le sommeil et les effets du vieillissement	Lundi 28 janvier 2019	15H00 à 16H30
2	Les maladies associées au sommeil	Lundi 4 février 2019	15H00 à 16H30
3	Les conseils de prévention : - <i>Les ennemis du sommeil</i> - <i>Les gestes et attitudes pour bien dormir</i> - <i>Quiz et techniques de relaxation</i>	Lundi 11 février 2019	15H00 à 16H30

Pour toute information veuillez contacter MSA Services POITOU

Tél. : 05 49 44 56 36

Consulter tous nos ateliers sur le site www.msaservices-poitou.fr

En partenariat avec :