

SOMMEIL

Lieu : Agence MSA
 23 Rue d'Auvergne
 86500 MONTMORILLON

Jeudi 07 novembre 2024 09h30-12h00	• Séance 1 : Les évolutions du sommeil au cours de la vie.
Jeudi 14 novembre 2024 09h30-12h00	• Séance 2 : Les comportements de sommeil.
Jeudi 21 novembre 2024 09h30-12h00	• Séance 3 : Causes et conséquences des perturbations du sommeil.
Jeudi 28 novembre 2024 09h30-12h00	• Séance 4 : Troubles, perturbations du sommeil, orientations.
Jeudi 05 décembre 2024 09h30-12h00	• Séance 5 : Agenda du sommeil et profil de dormeur.
Jeudi 12 décembre 2024 09h30-12h00	• Séance 6 : Les bonnes pratiques et conseils pour mieux dormir.

Pensez à la planète !



Pour toute information veuillez contacter MSA Services Poitou

Tél. : 05 49 44 89 69 ou prevention@msaservices-poitou.fr



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

