

SOMMEIL

**Lieu : Agence MSA - 36 avenue François-Mitterrand
79200 PARTHENAY**

**Lundi 03 février 2025
9h30-12h00**

• Séance 1 : Les évolutions du sommeil au cours de la vie.

**Lundi 10 février 2025
9h30-12h00**

• Séance 2 : Les comportements de sommeil.

**Lundi 17 février 2025
9h30 -12h00**

• Séance 3 : Causes et conséquences des perturbations du sommeil.

**Lundi 24 février 2025
9h30-12h00**

• Séance 4 : Troubles, perturbations du sommeil, orientations.

**Lundi 03 mars 2025
9h30-12h00**

• Séance 5 : Agenda du sommeil et profil de dormeur.

**Lundi 10 mars 2025
9h30-12h00**

• 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

