RETROUVEZ-NOUS POUR NOTRE

PREMIÈRE WEBCONFÉRENCE DE L'ANNÉE !

LE VENDREDI 22 MARS 2024

10H30 À 12H00

FAVORISER UN SOMMEIL DE QUALITÉ

Éric Boulanger et Sylvie Tabary, nos intervenants vous expliqueront l'évolution du sommeil en lien avec l'avancée en âge et vous donneront des conseils clés pour bien dormir.

INSCRIPTIONS : https://www.defi-autonomie-seniors.fr/

POUR BIEN VIEILLIR · msa santé famille retraite services Nord Pas de Calais et Picardie · Carsat Retraite & Santé au travail Hauts-de-France · CNRACL Caisse nationale de retraites des agents des collectivités locales · ircantec La retraite complémentaire publique · Camieg · enim le régime social des marins · défi autonomie seniors Bien vieillir en Hauts-de-France