

# BIEN DORMIR, MIEUX VIVRE

Conférence animée par une psychologue de l'association BRAIN UP

## LE SOMMEIL

COMPRENDRE SON FONCTIONNEMENT ET CONNAITRE  
LES CONSEILS DE PREVENTION POUR MIEUX LE GERER

Jeudi 10 décembre 2015

A 18H30

A LA FONDERIE (PETITE SALLE)

ENTREE LIBRE ET GRATUITE

RENSEIGNEMENTS AUPRES

DE LA CONSOM'BOUTIQUE :

02.31.45.34.36

