

BIEN DORMIR

« Je ne peux pas m'endormir » — « Je me réveille pendant la nuit » —
« Je me sens fatigué(e) au réveil »
—— comprendre pourquoi et trouver des solutions dans notre ——

conférence / atelier

avec Patricia PERRIN, nutritionniste
et Hélène QUINTANA-KLICKI, sophrologue

le samedi 3 mars de 15h à 17h30

avec pause goûter — salle de la mairie
réservation et renseignements avant le 26 février
auprès de Sylvia 05 65 21 78 08

