

ATELIER "Je prends soin de moi"

Vendredi 24 mai de 14h à 16h

**Conférence Sommeil " partenaire indispensable de
notre santé et de notre bien être"**

Animation : Anne-Catherine Jothy, Médecin Gériatre au
Centre de Prévention Bien Vieillir AGIRC ARRCO



Mardi 28 mai de 14h à 16h

Décryptage des étiquettes alimentaires

Animation : Elisabeth De Tullio, Diététicienne
nutritionniste



les places sont limitées : inscriptions par mail à
contact@una-isere.com ou au 04 38 42 93 64.