

JURANÇON VILLE SANTE OMS

JOURNEE INTERNATIONALE DU SOMMEIL 2024

En partenariat avec la Médiathèque de Jurançon

CAFE SANTE

LE SOMMEIL

UN DETERMINANT DE SANTE A TOUT ÂGE DE LA VIE



- comprendre les cycles du sommeil
- Identifier ses problèmes de sommeil
- les bonnes pratiques pour améliorer son sommeil

Le Jeudi 14 Mars à 18h30

MEDIATHEQUE DE JURANÇON

Rue Louis Barthou, Entrée libre et gratuite

Venez échanger avec l'équipe du Docteur Dakar du centre du sommeil à la Clinique d'Aressy.

Echanges animés par : Pierre HAMELIN, Adjoint au Maire de Jurançon « Santé & Environnement »