CES PETITS GESTES QUI BOOSTENT NOTRE SANTÉ

ÉCHANGES & BUFFET CONVIVIAL



mieux dormir

santé mentale

longévité

jamais "trop tard"

petits changements = grands bénéfices

énergie



bouger

autonomie

activité

lien social

mieux manger

Dr Pauline Martinot

Docteur en neurosciences

MARDI 8 DÉCEMBRE - 18H

HALLES DE LA MAIRIE - MONDOUBLEAU

Place du marché

Des conseils et astuces pour mieux vivre, plus longtemps, et surtout en meilleure santé !

JE M'INSCRIS (GRATUIT)

Inscription possible par SMS au
06 82 82 83 18
(indiquez votre nom/prénom)

https://tinyurl.com/medsolidaires-fmgo

Fondation Mutualia
agir pour l'avenir GRAND OUEST

Médecins Solidaires
UNE SEMAINE POUR SOIGNER NOS VILLAGES