

CONFÉRENCE GRATUITE

INSOMNIE, QUAND TU NOUS TIENS...

Les clubs de la FADOQ, secteur Charlevoix, en collaboration avec le CIUSSS de la Capitale-Nationale, vous invitent à participer à la conférence « Insomnie, quand tu nous tiens... ». Venez en apprendre davantage sur l'insomnie et découvrir votre pouvoir d'agir face à ce trouble du sommeil.

15 avril 2019

19 h à 20 h 30

Salle de l'Âge d'Or

41, rue Laure-Conan, La Malbaie

16 avril 2019

19 h à 20 h 30

Forum Jeunesse Charlevoix Ouest

13, rue de la Lumière, Baie-Saint-Paul

Une période de questions de 30 minutes suivra chacune des conférences.

Nous encourageons les participants à utiliser les modes de transport durables (la marche, le vélo, le covoiturage, etc.) afin de venir assister à la conférence.



Michel Bertrand,
étudiant au Ph. D., recherche
et intervention en psychologie,
auxiliaire de recherche —
Laboratoire psychosocioculturel
du sommeil