

33^e
ÉDITION

Semaines d'information
SUR
la santé mentale

Organisée par :



10 - 23 OCTOBRE 2022



Avec la participation de :

Université
de Strasbourg

POUR MA SANTÉ MENTALE,
AGISSONS POUR NOTRE
ENVIRONNEMENT

CONFÉRENCE **Mardi 11 octobre 2022 à 18h** “ **HYGIÈNE DE VIE ET SANTÉ MENTALE** ”

ENTRÉE
LIBRE

- ◆ 5 astuces pour bien dormir (Dr. CHEVIN)
- ◆ Activités physiques en santé mentale : l'essentiel en 10 minutes (Dr. KALIPE)
- ◆ Nourrir le corps en soignant l'esprit : la psychonutrition en 5 points (Pr. BERNA)
- ◆ Comment notre environnement impacte notre santé mentale ? (Dr. PIGNON)

École de Management - Amphi. 8
61 av. de la Forêt-Noire à Strasbourg

