



TROUBLES DU SOMMEIL : LES REPÉRER ET AGIR APRÈS 50 ANS

Vous avez plus de 50 ans, vous êtes actif ou retraité, et bénéficiaire ou conjoint d'un bénéficiaire AGIRC-ARRCO ? le Centre de prévention Bien vieillir Agirc-Arrco Pays de la Loire vous propose un parcours de prévention santé gratuit, global et personnalisé.

Mis en ligne le 04 mars 2021

Le Centre de prévention Bien vieillir Agirc-Arrco Pays de la Loire est une association gérée et financée par l'action sociale des institutions de la retraite complémentaire. Il propose dans la Région Pays de Loire, depuis fin 2013, un parcours de prévention médico-psycho-social entièrement pris en charge par les caisses de retraite complémentaires AGIRC-ARRCO.

Chaque bénéficiaire peut effectuer une **évaluation personnalisée** visant au **repérage des risques liés à l'avancée en âge**. À l'issue de celle-ci, le bénéficiaire reçoit des informations détaillées sur ses atouts, ses facteurs de risque et les actions de prévention à mettre en place, notamment par des actions collectives.

Le Centre de prévention Bien vieillir AGIRC-ARRCO Pays de la Loire et le CLIC d'Erdre & Gesvres et du Pays de Blain organisent ensemble :

Une Visio-conférence « les clés pour retrouver un bon sommeil »

le jeudi 18 mars 2021 de 14 h à 15h 30

> **Sur inscription par mail** auprès du CLIC d'Erdre & Gesvres et du Pays de Blain à clic.cceg.ccpb@cceg.fr ou **par téléphone** au 02 28 02 25 45 le matin de 9h à 12h du lundi au vendredi.
Places limitées.

Crédit photo : Pexels



≡ RETOUR À LA LISTE



Communauté de Communes d'Erdre & Gesvres

PA La Grand'Haie, 1 Rue Marie Curie
44119 Grandchamp-des-Fontaines

☎ 02 28 02 22 40 CONTACTEZ-NOUS

Horaires :

Du lundi au jeudi

8h30>12h00 / 14h00>17h30

Le vendredi

8h30>12h00 / 14h00>16h30