

Totalement gratuit, ce site vous informe en matière de prévention dans les domaines de la santé, du bien-être.

Quelques exemples de thèmes abordés : « à l'aise sur le net », « les clés du sommeil », « du peps pour ma mémoire »

Pour les adeptes des séances de gym, un replay permet de pratiquer l'activité physique que l'on choisit quand on a le temps.

N'hésitez pas à voir toutes les possibilités proposées par le site partenaire de l'Assurance retraite, la Carsat, l'Agirc-Arrco, l'ARS du Nord [lien ici](#)