

# L'écoute des signaux corporels de la faim et de la satiété

Apprenez une méthode simple pour mieux gérer son poids

Mardi 18 et 25 février 2025  
de 18 h 30 à 20 h 30

**Lieu du cours :**  
Salle P0935  
(2<sup>e</sup> étage du PPMC)

**Inclus :** 2 cours de 2 heures, documents d'enseignement et dégustations.



**Pour information et inscription :**  
Visitez le [www.lepointdevente.com/ppmc](http://www.lepointdevente.com/ppmc)  
ou scanner le code QR suivant



**PPMC**  
INSTITUT UNIVERSITAIRE  
DE CARDIOLOGIE  
ET DE PNEUMOLOGIE  
DE QUÉBEC  
UNIVERSITÉ LAVAL

