

## Programme digital de lutte contre l'insomnie - Fiche conseil

---

Scannez le QR code ci-dessous pour accéder à un programme qui peut vous aider à lutter contre votre insomnie.

Points importants à retenir :

- **ce programme est payant et non remboursé par l'Assurance Maladie,**
  - **pensez à interrompre votre abonnement** lorsque vous ne souhaitez plus poursuivre votre accompagnement, afin d'éviter des facturations ultérieures.
- 



**Retrouver le sommeil naturellement**

*ThéraSomnia*

Site internet