



Ouvert à tous et à tous âges

18^{ème} Journée Nationale du Sommeil vendredi 16 mars 2018

**« OUVRE L'ŒIL SUR TON SOMMEIL » - LE SOMMEIL DES JEUNES
DE 15 A 25 ANS**

Organisée par l'Institut National du Sommeil et de la Vigilance (INSV),
le Groupe Universitaire de Médecine du Sommeil Percy-Béclère, et
l'Association Sommeil et Santé.

de 14 h à 16h30 – Conférences :

- Dr Flavie Froment, Neurologue, Hôpital Percy: « **Le rythme veille/sommeil** »
- Pr Pierre Escourrou, Centre de Médecine du Sommeil Hôpital Béclère, Clamart: « **L'enquête de l'INSV sur le sommeil des jeunes** »
- Dr Claire Colas des Francs, Somnologue, Centre de Médecine du Sommeil Hôpital Béclère, Clamart : « **L'évolution des habitudes de sommeil chez les jeunes** »
- Dr Céline Martinot, Psychiatre, CENTRE Interdisciplinaire du Sommeil, Paris: « **Conséquences de l'insuffisance de sommeil et de l'irrégularité des rythmes sur la santé des jeunes** »

Conférences de 14H à 16H30

Lieu – Salle Jacky Vauclair -

Place Maurice Gunsbourg 92140 Clamart

**Accès : Voiture : parking Pierre et Marie Curie ou parking du Troisy - Bus : 190
(Métro Mairie d'Issy) arrêt "Mairie de Clamart" ou 189 arrêt "Centre
culturel Jean Arp" ou 191 arrêt "Mairie de Clamart"**

Entrée libre et gratuite, dans la

limite des places disponibles

Renseignements :

www.sommeilsante.asso.fr

contact@sommeilsante.asso.fr

