



19^e JOURNÉE DU SOMMEIL

IMPACT DES MODES DE VIE SUR NOTRE SOMMEIL

VENDREDI 22 MARS 2019

HALL DU BÂTIMENT CENTRAL

HÔPITAL CHARLES-NICOLLE - 10H - 16H

PROGRAMME

- > Résultats de l'enquête nationale 2019 par l'INSV.
- > Conseils pour une bonne hygiène de sommeil.
- > Activité physique et sommeil.
- > Syndrome d'apnées du sommeil : symptômes et traitements, démonstration de machines et de masques.

avec le soutien de

