

# 25<sup>ème</sup> Journée du 14 mars 2025 Sommeil



**Sensibiliser**

**Favoriser le dépistage**

## 25 ans d'enquête sur le sommeil des français

Les centres du sommeil, structures spécialisées et associations de patients se mobilisent pour accueillir, informer et sensibiliser le public sur les troubles et l'hygiène du sommeil.

### Rejoignez nous !

[www.journeedusommeil.org](http://www.journeedusommeil.org)

Avec le parrainage de

Organisée par

Sous le patronage des



**INSTITUT  
NATIONAL  
DU SOMMEIL  
ET DE LA VIGILANCE**





# 25<sup>ème</sup> Journée du sommeil

**Vendredi 14 mars 2025** aura lieu  
la **25<sup>ème</sup> Journée du Sommeil**  
organisée par l'INSV.

Associée à la World Sleep Day, cette journée est un moment unique de communication et de mobilisation des pouvoirs publics, du corps médical et des associations pour véhiculer les messages de prévention autour du sommeil et ses troubles.

Le thème provisoire 2025 : **"Sieste & Somnolence : Comment Faire une Pause"**.

En soutenant l'INSV, vous devenez partenaire officiel de la Journée du sommeil, vous contribuez à sensibiliser à l'importance du sommeil comme déterminant de santé.

L'INSV fédère l'ensemble des médecins, chercheurs, associations de patients et professionnels de santé spécialistes du sommeil partout en France. Un événement porté en France par l'INSV depuis plus de 20 ans

Nous vous invitons à être partenaire de la Journée du sommeil pour faire avancer la santé du sommeil.  
**Soutenez nous !**

## Comité Journée du sommeil 2025



Dr Marc Rey, Président de l'INSV,  
Neurologue (Marseille)

- Dr Isabelle Poirot (Lille)
- Dr Alexandre Dakar (Pau)
- Dr Didier Cugy (Bordeaux)
- Pr Jean-Arthur Micoulaud Franchi (Bordeaux)
- Dr Marie-Françoise Vecchierini (Paris)
- Dr Claude Gronfier (Lyon)
- Pr Damien Davenne (Caen)
- Pr Stéphanie Mazza (Lyon)
  
- Lina Ying, Directrice des partenariats
- Annabelle Labonne, Responsable communication

Dr Marc Rey, Président de  
l'INSV, Neurologue

*Les membres de la Journée du sommeil et de l'INSV n'approuvent ni ne recommandent des produits commerciaux, traitements ou marque.*

*L'utilisation du libellé "Journée du Sommeil" est réglementé. Une autorisation écrite est nécessaire pour utiliser le logo ainsi que celui de l'INSV et ses productions.*



[institut-sommeil-vigilance.org](http://institut-sommeil-vigilance.org)



[@INSV\\_Sommeil](https://twitter.com/INSV_Sommeil)



[@InstitutNationalSommeiletVigilance](https://www.facebook.com/InstitutNationalSommeiletVigilance)



[@InstitutNationalSommeiletVigilance](https://www.linkedin.com/company/InstitutNationalSommeiletVigilance)

# JS 2024

En chiffres



70

Actions dans  
les centres du  
sommeil

600+  
retombées  
médias



28 000+  
visiteurs sur le  
site au mois  
de Mars



44 000+  
documents  
distribués  
partout en France



25+

journalistes  
présents à la  
conférence de  
presse



1

“Distinguished  
Activity Award”  
au congrès  
mondial du  
sommeil 2023 à  
Rio