



Enquête annuelle sur le sommeil des Français.  
Mobilisation des spécialistes du sommeil sur l'ensemble de l'hexagone.



Les crises que nous traversons mettent en évidence la santé du sommeil comme déterminant de la santé mentale, toutes deux en constante aggravation depuis 2019. Afin de livrer des recommandations au plus proche des besoins de la population dans ce contexte, l'INSV a souhaité explorer l'articulation entre le sommeil et les troubles anxiodépressifs des Français, avec un focus sur l'éco-anxiété.

À la lumière de cette enquête annuelle INSV/MGEN menée par OpinionWay, les spécialistes décrypteront également les fausses croyances qui impactent la qualité de sommeil des Français. Ils livreront des clés de compréhension et des conseils à la mesure de chacun.

À l'occasion de la Journée du Sommeil®, vendredi 17 mars, le grand public pourra s'informer et rencontrer les spécialistes du sommeil partout en France.

**Le Docteur Marc Rey,**

Président de l'Institut National du Sommeil et de la Vigilance (INSV),

vous invite à une

**CONFÉRENCE DE PRESSE**

en présentiel ou à distance

**MARDI 14 MARS 2023 À 9H00**

au siège de la MGEN, 3 square Max Hymans\* 75015 Paris

Merci de bien vouloir nous faire part de votre réponse [via ce formulaire](#)

INTERVENANT(E)S

**Professeur Claude Gronfier**

Neurobiologiste, Directeur de Recherches à l'Inserm  
Président du Conseil Scientifique de l'INSV  
Vice-Président de la Société Francophone de Chronobiologie

**Madame Mélusine Harlé**

Directrice de la Prévention MGEN

**Professeur Jean-Arthur Micoulaud**

Médecin du Sommeil - PUPH au CHU de Bordeaux

**Docteur Isabelle Poirot**

Psychiatre, spécialiste des troubles du sommeil au CHRU de Lille

**Docteur Marc Rey**

Neurologue, Président de l'INSV

**Docteur Sylvie Royant-Parola**

Psychiatre, Présidente du Réseau Morphée

Avec la participation de **Madame Nadia Auzanneau**, Directrice du Département Santé d'Opinion Way

**23e Journée du Sommeil®, Vendredi 17 mars 2023**

Programme de proximité et informations régulièrement mis à jour sur le site :

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

**Contacts médias :** Delphine Eriau - delphine@publik-s.com - 06.63.85.74.43 - @delscope  
Anne Bellion - anne.bellionrp@gmail.com - 06.32.51.73.71