

10^{ème} Rencontre Paramédicale du Sommeil

“Sommeil et télétravail”

VENDREDI 4 DÉCEMBRE 2020

9h30-17h



En visio conférence

<https://institut-sommeil-vigilance.org/10eme-rencontre-paramedicale-du-sommeil>

Tarifs

Salarié.e d'entreprise en formation continue, prise en charge par votre employeur** : **315.00€** TTC*

Statut libéral ou auto-entrepreneur, prise en charge en auto-financement** : **108.00€** TTC*

Étudiant ou à la recherche d'emploi** : **36.00€** TTC*

*Inscription soumise à TVA (20 %) **Sur présentation d'un justificatif

10^{ème} Rencontre Paramédicale du Sommeil

PROGRAMME (soumis à évolutions)

“Sommeil et télétravail”

VENDREDI 4 DÉCEMBRE 2020

9h30 - 10h10

Introduction - Conférence : **Impact du confinement sur le Sommeil**

Dr Marc Rey, président de l'INSV, Neurologue, ancien responsable du Centre du Sommeil et de la Vigilance (Hôpital de la Timoné – Marseille)

10h20 - 11h

Conférence - Échanges : **Organisation légale du télétravail**

Dr Arnaud Metlaine, Médecin du travail, spécialiste du sommeil au Centre du Sommeil et de la Vigilance de l'Hôtel Dieu (Paris)

11h - 11h15

Pause

11h15 - 12h

Conférence - Échanges : **Mettre en place le télétravail de manière concrète**

Mme Sophie Gauthier, DRH chez BioSerenity (Paris)

12h - 14h

Pause déjeuner libre

14h - 14h40

Conférence - Échanges : **Impact du télétravail sur le sommeil**

Dr Émilie Pépin, Médecin du travail, ancienne Chef de clinique au Centre du Sommeil et de la Vigilance de l'Hôtel Dieu (Paris)

Dr Catherine Didier, Médecin du travail chez L'Oréal et au Centre du Sommeil et de la Vigilance de l'Hôtel Dieu (Paris)

14h40 - 15h20

Atelier - Échanges : **Rester éveillé et efficace en télétravail, la sieste flash comme outil**

Mme Caroline Rome, Sophrologue, attachée au Centre du Sommeil et de la Vigilance de l'Hôtel Dieu (Paris)

15h20 - 15h35

Pause

15h35 - 16h30

Témoignages :

Parents en télétravail, quelles conséquences sur les enfants ? **Mme Sophie Tréhout**, Infirmière scolaire

Salariés en télétravail, quelles conséquences sur le travail d'équipe ? *Intervenant de la MGEN*

16h30 - 17h

Discussion générale - Clôture de la journée



INSTITUT
NATIONAL
DU SOMMEIL
ET DE LA VIGILANCE

Avec le soutien
du groupe

