

Quel avenir pour notre sommeil ?

- Vision croisée des spécialistes du sommeil, des nouvelles technologies et de l'enfance
- Résultats de l'enquête INSV/MGEN 2020 et bilan de 20 ans de sensibilisation
- 20^{ème} mobilisation des centres du sommeil, associations et structures spécialisées dans plus de 70 villes Françaises



Depuis sa création en 2000, l'INSV mène des actions de prévention et d'information auprès des Français pour les aider à améliorer leur sommeil. À l'occasion du 20^{ème} anniversaire de la Journée du Sommeil®, l'heure est venue de dresser un bilan. Les spécialistes partageront également leur vision sur l'avenir de notre sommeil aux niveaux individuel et collectif. Ils insisteront sur les défis à relever pour les prochaines années.

- Que nous enseignent les deux dernières décennies en matière de sommeil ?
- Quelle perception les Français ont-ils de leur sommeil en 2020 ?
Qu'en est-il réellement d'après les spécialistes ?
- Au niveau individuel et collectif, chez soi, à l'école, en entreprise ... que mettre en place pour valoriser notre sommeil demain, notamment celui des plus jeunes ?
- Quels sont les principaux défis à relever et les expériences positives à encourager en matière d'éducation au sommeil, de prévention, de dépistage et de prise en charge de la plainte de sommeil ?

Le Docteur Marc Rey,

Président de l'Institut National du Sommeil et de la Vigilance (INSV),
vous invite à une

CONFERENCE DE PRESSE MARDI 10 MARS 2020 À 9H15

Au siège de la MGEN, 3, Square Max Hymans* 75015 Paris

INTERVENANTS

Docteur Marc Rey

Neurologue, Président de l'INSV

Monsieur Eric Chenut

Vice-Président délégué du Groupe MGEN

Docteur Marie-Josèphe Challamel

Pédiatre, Spécialiste du sommeil de l'enfant

Professeur Patrick Lévy

Spécialiste du sommeil, Ancien Président de l'INSV,
Coordinateur de l'Initiative d'Excellence (IDEX) à l'Université Grenoble Alpes

Monsieur Eric Carreel

Entrepreneur et Ingénieur,
Membre du Comité scientifique de l'ESPCI et docteur de l'Université Pierre-et-Marie-Curie

Madame Nadia Auzanneau

Directrice du Département Santé d'OpinionWay

20^{ème} Journée du Sommeil®, vendredi 13 mars 2020
Programme de proximité et informations régulièrement mis à jour sur le site :

www.journeedusommeil.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

*Accès par le 87 boulevard Pasteur ou le 25/27 boulevard de Vaugirard – Métro : Montparnasse Lignes 4, 6, 12, 13