

Journée Nationale du Sommeil 2020



Nuits blanches et Idées noires

18 mars

10h-20h

Portes ouvertes
conférences

par le Centre de Médecine
et de Recherche sur le Sommeil
du CHRU de Nancy



Hôpital Central

27 rue Lionnois, Nancy - Bâtiment Lepoire

Avec le soutien de



Respirer mieux, c'est vivre +



soit simple, taste bien

Programme chru-nancy.fr





Nuit blanches et Idées noires

L'équipe du Centre de Médecine et de Recherche sur le Sommeil
(CMRS) du CHRU de Nancy
vous accueille

à l'Hôpital Central, Bâtiment Lepoire (Neuro)

Accès piéton : 27 rue Lionnois, Nancy - Entrée libre



DÉMONSTRATIONS

10h-20h | Lieu : 1er étage, secteur d'Explorations
Fonctionnelles Neurologiques

- > Comment se déroule un enregistrement du sommeil ?
- > Comment faire une bonne sieste ?
- > Quel usage de la photothérapie ?

TABLES RONDES & CONFÉRENCES

Lieu : 2^e étage, amphithéâtre

10h - Les idées noires de nos nuits blanches

Dr Mickael FERRAND et Dr Loïc FLORION (table ronde)

14h - Des nuits à bout de souffle

Dr Jean-Luc SCHAFF, Air +, patients-experts (table ronde)

16h : Explorer et soigner les nuits blanches

Dr Olivier ARON (conférence)

18h : Le sommeil augmenté

Dr Nicolas CARPENTIER (conférence)



ESPACE INFORMATION

Toute la journée, hall d'accueil

Exposition, quizz et documentation sur le sommeil
accueil café



SEMAINE DU CERVEAU les autres rendez-vous avec le CMRS

Sommeil, mémoire et apprentissages : 13 mars, 14h30, Université du Temps Libre à Metz

Sommeil et rêves : 17 mars, 19h, La Filoche de Chaligny

AVC et Sommeil : 20 mars, 20h, salon de l'Hôtel de Ville de Nancy

Tout le programme : www.semaineducerveau.fr