

26^{ème} Journée du sommeil

Vendredi 13 Mars 2026



LE SOMMEIL DANS TOUS SES ÉTATS

Hall du Centre d'explorations du Sommeil - CH La Chartreuse

ACTIVITÉS PROPOSÉES

◆ Accueil & découverte

- Accueil café dans le hall du centre opérationnel
- Échanges avec l'équipe soignante de l'unité du sommeil

◆ Expériences & démonstrations

- Test de luminothérapie — accès libre
- Démonstration de masques et appareils pour l'apnée du sommeil
- Présentation d'appareils d'enregistrement du sommeil

◆ Immersion pédagogique

- Visite d'une chambre d'enregistrement du sommeil
- Présentation du matériel avec mannequin équipé

◆ Conseils personnalisés avec un technicien du sommeil

**ENTRÉE LIBRE DE
9H30 À 16H30**

Plus d'informations : journeedusommeil.org

Evènement gratuit, ouvert à tout public

Contacts : unitedesommeil@chlcdijon.fr / communication@chlcdijon.fr

