

## Colloque

# Le sommeil chez l'enfant et l'ado : un incontournable de la santé et de l'éducation

17 octobre 2022 | Palais du Luxembourg

## Programme

**09h00**

### Accueil officiel

**Mme Laurence Rossignol**, Vice-Présidente du Sénat

**Mme Armelle le Bigot-Macaux**, Présidente du COFRADE

**M. Eric Delemar**, Défenseur des enfants

**Présentation de l'étude Playbac réalisée auprès des enfants**

**Appel solennel du milieu associatif à la mobilisation**

**09h30**

## Première partie — Les effets positifs du sommeil sur la santé et l'éducation de l'enfant et de l'adolescent

### Impact du sommeil sur la santé physique et mentale

**Mme Sylvie Royant-Parola**, psychiatre spécialiste du sommeil et Présidente du Réseau Morphée

**Mme Sabine Plancoulaine**, médecin de santé publique, spécialiste du sommeil, épidémiologiste sur la thématique du sommeil de l'enfant

**Mme Stéphanie Bioulac-Rogier**, professeure de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent, spécialiste du sommeil

### Impact du sommeil sur l'éducation, les apprentissages et performances cognitives

**Mme Amandine Rey**, neuropsychologue et maître de conférence en psychologie à l'université Lyon 1

**10h30**

## **Seconde partie — Le sommeil : un enjeu collectif**

**Le développement du sommeil des enfants de 0 à 10 ans : une affaire de famille ; données de l'Étude INSV/OpinionWay pour la journée du sommeil 2022**

**M. Marc Rey**, neurologue et Président de l'Institut national du sommeil et de la vigilance

**La gestion du sommeil sous l'angle de la systémique familiale et des conduites à risques**

**Mme Ella Louis**, psychologue et doctorante en psychologie

**Mme Elif Eyuboğlu**, psychologue clinicienne et doctorante en psychologie

**Apports de l'éducation au sommeil à l'école : constats et perspectives**

**Mme Stéphanie Mazza** (en vidéo), neuropsychologue et Directrice du groupe "Bien-être à l'école" du Conseil scientifique de l'Éducation nationale

**La gestion du sommeil sous l'angle des lieux d'accueil collectifs**

**Mme Catherine Meyer-Heine Lefèvre**, ancienne responsable pédagogie chez Liveli

**11h30**

**Tous ensemble, mobilisons-nous pour l'éducation au sommeil !**

**Mme Armelle le Bigot-Macaux**, Présidente du COFRADE

**Conclusion**



**bonne nuit  
bon jour**

Cet événement est proposé par le COFRADE dans le cadre de sa campagne *Bonne Nuit, Bon Jour*.