

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*.