

Résultats de l'enquête INSV/MGEN sur le sommeil des jeunes (15-25 ans)  
Décryptages et recommandations des spécialistes du sommeil



À l'occasion de la 18<sup>ème</sup> Journée du Sommeil®, vendredi 16 mars 2018, l'Institut National du Sommeil et de la Vigilance (INSV) souhaite attirer l'attention sur le sommeil des jeunes (15-25 ans) :

- Quels sont leurs rythmes de vie ?
- Manquent-ils de sommeil et en sont-ils conscients ?
- Quelles contre-mesures mettent-ils en place pour pallier ce manque ?
- Quelles sont les conséquences d'un sommeil insuffisant sur leur vie personnelle, scolaire ou professionnelle ?
- Quelles sont les recommandations des spécialistes pour leur permettre d'optimiser leur sommeil ?...

le Docteur Joëlle Adrien,

Présidente de l'Institut National du Sommeil et de la Vigilance (INSV),

vous invite à une

CONFERENCE DE PRESSE  
MARDI 13 MARS 2018 À 9H30

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

INTERVENANTS

**Docteur Joëlle Adrien**

Neurobiologiste - Présidente de l'INSV - Directrice de Recherches à l'INSERM

**Monsieur Eric Chenut**

Vice-Président du Groupe MGEN

**Professeur Damien Davenne**

Chronobiologiste - Directeur du laboratoire Comète Université de Caen

**Professeur Marie-Pia d'Ortho**

Pneumologue - Cheffe du service d'Explorations Fonctionnelles de l'Hôpital Bichat (Paris)

**Docteur Marie-Françoise Vecchierini**

Neuropsychiatre - Centre du sommeil de l'Hôtel-Dieu (Paris)

En présence de **Nadia Auzanneau**, Directrice du Département Santé d'OpinionWay

18<sup>ème</sup> Journée du Sommeil®, vendredi 16 mars 2018 :  
Manifestations gratuites et ouvertes au public dans une cinquantaine de villes  
Village Sommeil Virtuel

[www.journeedusommeil.org](http://www.journeedusommeil.org)

Contact médias : Delphine Eriau - delphine@publik-s.com - 06.63.85.74.43 - @delscope

Merci de bien vouloir nous faire part de votre réponse via [ce lien](#)