

24^{eme} JOURNÉE du sommeil

LE SAMEDI 15 MARS 2025 DE 15H À 18H
SALLE QUIETUDE SOLLIES-PONT

**ENTRÉE
GRATUITE**

OUVERT À TOUS

BIEN DORMIR POUR BIEN GRANDIR

L'ÉCOLE DU SOMMEIL DU VAR ORGANISE DES :

Ateliers et conférences sur le sommeil

**PARKING GRATUIT
À PROXIMITÉ**

ADRESSE :
SALLE QUIETUDE
PLACE DU GÉNÉRAL DE GAULLE
83210 SOLLIES-PONT

TÉL : 07-67-30-46-21 / 04-94-23-82-39
MAIL: ECOLE.SOMMEIL.VAR@GMAIL.COM



SOLLIES-PONT





PROGRAMME

LES ATELIERS ET CONFÉRENCES



NASPSOTHERAPIE

Mme Sigrid RUFER

La trilogie au service de
votre santé

ACTIVITÉS PHYSIQUES/SPORT

Mme Claire JAOUEN

Importance de la
pratique physique
régulière et durable

ORTHODONTISTE

Dr Mickaël VINAÏ

Aide orthodontique
dans les troubles du
sommeil de l'enfant

SOMNOLOGUE

Dr Christine CHEVAL

KINÉ

Mme Margaux ROBERT

Mme Fiona DUSSOURD

Place de la kinésithérapie dans
les troubles
du Sommeil:
De la Prévention
au traitement

SHIATSU

Sarah

Atelier de 10 minutes de
Shiatsu (Thérapie
Corporelle Japonaise) adapté
aux enfants

MÉDIATHÈQUE

Des livres seront à
disposition pour illustrer
l'importance
du rituel du coucher
pour les enfants

