

Le sommeil en question(s)

Ciné - débat

58 Place de la Brigade de Savoie, 73 000 Chambéry

GPS : 58 Place de la Brigade de Savoie, 73 000 Chambéry

Le 19 mars 2026 | 19h30

Stress chronique, écrans omniprésents, horaires décalés... notre mode de vie moderne malmène le sommeil, pourtant essentiel à notre santé. Le documentaire dresse un état des lieux de cette crise silencieuse, en explorant ses causes, ses conséquences, et les pistes pour mieux dormir. Pour prolonger la réflexion, la projection sera suivie d'un échange avec un chercheur spécialiste du sommeil.

Orateur(s)

Jean-Baptiste EICHENLAUB,
enseignant-chercheur au Laboratoire départicipé à l'atelier, cartes Malraux,
Psychologie et NeuroCognition (LPNC), Base, -de 30 ans, demandeurs d'emploi)
de l'Université Savoie Mont Blanc

Admission

Film : TP 7€ / TR (personnes ayant
participé à l'atelier, cartes Malraux,
Psychologie et NeuroCognition (LPNC), Base, -de 30 ans, demandeurs d'emploi)
5€ / - de 14 ans 4€

Pour plus d'informations

clabat@malrauxchambery.fr
<https://www.malrauxchambery.fr/cinema/>

Partenaires de l'événement

Université Savoie Mont Blanc