

Sommeil et horaires atypiques : le travail posté et de nuit

Conférence (en présentiel)

GPS :

Le 17 mars 2023 | 12h00-13h00

Le travail posté, à horaires décalés, concerne plus de 25% des actifs. Il entraîne souvent une désynchronisation de notre horloge biologique et une dette de sommeil. Quelles conséquences et impacts sur notre santé ? Nous aborderons ces différentes questions ainsi que les stratégies pour minimiser l'impact du travail posté.

Orateur(s)	Admission
Dr AERTS cécile (neurologue/somnologue, Clinique Beausoleil, Montpellier) Sanela Pavolovic (Technicienne du sommeil, Clinique Beausoleil, Montpellier)	Gratuit

Partenaires de l'événement

Clinique Beausoleil