

Ateliers SOMMEIL

Lieu : DOMITYS - Salle Salon

**La Clef des Champs - 22 Boulevard Saint Just
86000 POITIERS**

**Lundi 16 février 2026
14h00-16h30**

- Séance 1 : Les évolutions du sommeil au cours de la vie.

**Lundi 02 mars 2026
14h00-16h30**

- Séance 2 : Les comportements de sommeil.

**Lundi 09 mars 2026
14h00-16h30**

- Séance 3 : Causes et conséquences des perturbations du sommeil.

**Lundi 16 mars 2026
14h00-16h30**

- Séance 4 : Troubles, perturbations du sommeil, orientations.

**Lundi 23 mars 2026
14h00-16h30**

- Séance 5 : Agenda du sommeil et profil de dormeur.

**Lundi 30 mars 2026
14h00-16h30**

- Séance 6 : Les bonnes pratiques et conseils pour mieux dormir.

Pensez à la planète !



Pour toute information veuillez contacter MSA Services Poitou

Tél. : 05 49 44 89 69 ou prevention@msaservices-poitou.fr