

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