

Le sommeil : Quel est son rôle sur les apprentissages et peut-on apprendre aux élèves à mieux dormir ?

Longtemps considéré comme une petite mort, de nos jours envisagé comme une perte de temps, le sommeil est devenu un sujet de recherche. Qu'il s'agisse de recherches médicales, en épidémiologie, psychologie ou éducation, le sommeil apparaît comme un gage de bonne santé et de performances dès le plus jeune âge. Au cours de ce séminaire nous reviendrons sur les travaux scientifiques soulignant le rôle du sommeil au cours du développement et des apprentissages et décrirons des actions d'éducation au sommeil.



Stéphanie Mazza

Professeure des universités en neuropsychologie à Lyon
Directrice adjointe de l'Inspé de Lyon en charge de la recherche
Membre du Conseil Scientifique de l'Éducation Nationale

Mercredi 6 octobre 2021 à 16h00

A distance et en direct :

bit.ly/3EfJTXD

En présentiel :

Amphithéâtre de la MaCI
Maison de l'Innovation et de la Création
339 avenue Centrale
38400 Saint-Martin d'Hères

Inscription obligatoire :

bit.ly/3lpzSOX

Retrouvez-nous sur : www.polepilote-pegase.fr