

Au Rive Montparnasse 44 Bd de Vaugirard à Paris

https://jprs.fr/la-journee-patient/

Une journée organisée dans le prolongement des Journées Sommeil Santé des JPRS

inscription gratuite





Programme



ACCUEIL DU PUBLIC & VISITE DES STANDS

9h00



De 9h30 à 10h15

- Qualité de l'air et allergies.
- Apnées du sommeil chez les enfants, l'intérêt du dépistage.
 Les enfants peuvent-ils également bénéficier du traitement par PPC ?
- Les interactions possibles : Alimentation, poids & troubles sommeil.
- Mieux dormir grâce à l'activité physique adaptée.
- Diabète et apnées du sommeil, quels liens ?

De 10h15 à 11h00

- Rééduquer ma langue dans la prise en charge de mes apnées (Kiné et orthophoniste) & exercices pratiques.
- Mieux vivre avec mes apnées du sommeil grâce à des ateliers d'éducation thérapeutique (ETP).
- · Allergies, asthme et apnées du sommeil.

De 10h15 à 11h00 suite

- Sommeil & Psycho : Aide de la TCC (Thérapie cognitivo -comportementale)
- Mon cœur et ma respiration Exercices de respiration par cohérence cardiaque.

PAUSE: VISITE DES STANDS & YOGA ADULTE

De 11h00 à 11h30



De 11h30 à 12h15

- Vie sexuelle et PPC, on en parle?
- J'ai une maladie cardiaque et des apnées du sommeil : Quelles précautions prendre ?
- Syndrome des jambes sans repos et apnées : comment faire pour me soulager ?
- Syndrome d'Elhers Danlos, syndrome de fatigue chronique et sommeil.
- Mon masque et ma physionomie.

PAUSE DÉJEUNER & VISITE DES STANDS

De 12h15 à 13h30



De 13h30 à 14h30

Qu'est-ce que l'apnée du sommeil?

- Média conférence de presse
- Une maladie de santé publique.
- Difficultés rencontrées par les patients, difficultés rencontrées par les soignants.
- Une révolution en marche : et si l'avis des patients devenait essentiel dans les prises en charge des apnées du sommeil ?

ATELIERS

De 14h30 à 15h15

- Hypnose, méditation, sophrologie & sieste.
- Qu'est-ce que je peux demander à mon prestataire de service à domicile ? Qu'attendre de lui ?
- Maternité et apnées du sommeil : Grossesse, allaitement & bébé.
- Changement d'heure : Quel impact ?
- Nouvelles thérapies, nouvelles techniques dans les apnées du sommeil.

PAUSE VISITE DES STANDS & YOGA ENFANT

De 15h15 à 15h45



De 15h45 à 16h30

- Je suis bien traité(e) pour mes apnées mais toujours somnolent(e).
- Ophtalmologie et apnées du sommeil : Quels liens ? (Lunettes EMDIGI)
- Témoignages enfants : TDAH et apnées (Juliette Leïa 11 ans) Alliance apnées.
- Image de soi et PPC.

De 16h30 à 17h15

- Ronflements : Origines, conséquences & impact sur ma vie
- Je suis apnéique et insomniaque.
- BPCO et Apnées du sommeil : Comment intégrer la PPC ?
- Apnées du sommeil et permis de conduire.
- Il n'y a pas que l'orthèse d'avancée mandibulaire (OAM) en dehors de la PPC : Quelles alternatives ?















D.N.SDiététique Nutrition Sommeil











Rencontres entre professionnels de santé & patients

ANIMATIONS

- Jeux & livres & activités
- Tablettes

- Tests de souffle
- Prise de glycémies...

Infos pratiques







MAIL: rencontres@jprs.fr

PARIS / RIVE MONTPARNASSE 44 rue de Vaugirard, 75015 Paris

