

# JOURNÉE DE FORMATION PHARMACIENS & SOMMEIL



LE JEUDI 27 MARS 2025

Ouverte à toute l'équipe officinale et à toute spécialité médicale.

Réveillez votre expertise en médecine du sommeil !  
Pharmaciens au cœur du sommeil.

## PROGRAMME

### MATINÉE : CONFÉRENCES PLÉNIÈRES

- 8h30 • Accueil des participants.
- 8h45 - 9h00 • Ouverture.
- 9h00 - 9h30 • Les bases essentielles : comprendre la physiologie du sommeil.

Dr Rodrigue RIBEREAU, neurologue.

Scannez le QR code  
pour vous inscrire



**9h30 - 10h00 • Le sommeil de la femme enceinte : enjeux et conseils pour les pharmaciens.**

Dr Fabrice THOIN, pneumologue.

**10h00 - 10h30 • De l'allaitement à la mastication. Langue, développement de la cavité buccale et sommeil.**

Mme Floriane LARGEAUD, kinésithérapeute.

**10h30 - 11h00 PAUSE**

**11h00 - 11h30 • Le sommeil du nourrisson et de l'enfant : premiers conseils pour un gros dodo.**

Dr Guillaume AUBERTIN, pneumopédiatre.

**11h30 - 12h00 • Douleur & sommeil : mieux vivre la nuit.**

Dr Marc LÉVÊQUE, neurochirurgien spécialiste de la douleur.

**12h00 - 12h30 • Les perturbateurs du sommeil : écran, pollution, tabac, chaleur... Solutions.**

Dr Pierre PAPEIX, pneumologue - Mr Bruno TUDAL, conseiller médical en environnement intérieur.

**12h30 - 13h45 PAUSE DÉJEUNER**

**APRÈS-MIDI : ATELIERS PRATIQUES**

**13h45 - 14h15 • L'agenda de sommeil : clé de lecture pour accompagner les patients.**

Atelier 1

Dr Anne DE LESTANG LABROUSSE, pharmacienne.

**14h15 - 15h30 • Insomnie et mélatonine : vers une utilisation raisonnée**

Atelier 2

Dr Pierre ARQUILLIÈRE, psychiatre.

**15h30 - 16h00 PAUSE**

**16h00 - 17h00 • Phytothérapie & sommeil : l'apport des plantes pour des nuits sereines.**

Dr Valérie SCHNEIDER, pharmacienne naturopathe.

**17h00 - 17h15 • Clôture de la journée.**