

Centre**Ressource**

Un Autre Regard sur le cancer
Mieux-Être et Accompagnement Thérapeutique

Aix en Provence

organise



Sommeil & Santé en Oncologie

MERCREDI
27 AVRIL

2 0 2 2
De 18h00 à 21h30

WEB CONFÉRENCE

en partenariat avec

Mission

Ca⚡ioPée[©]

CONFÉRENCES
MÉDECINS EXPERTS



Dr Jean-Loup
MOUSSET



Pr Alain
VERGNENEGRE

FORMATEURS EXPERTS



Mr Bruno RYON



Mr Alexis MEZOU

5 ATELIERS

- Flash-sieste
- Sommeil et nutrition
- Cohérence cardiaque & gestion du stress
- Épuisement professionnel des soignants et aidants
- Rituels endormissements & gestion des réveils nocturnes

INFORMATIONS & INSCRIPTIONS

Agence NOTIS Event : 06 19 08 18 08

ressource@notis-event.com www.notis-event.com



PROGRAMME

SOMMEIL & SANTÉ EN ONCOLOGIE

18H00
19H15

Web conférence

- **Santé du Sommeil :**
Les essentiels et messages clés
Pr Alain VERGNENEGRE, *Pneumologue - Limoges*
- **Le Sommeil en Oncologie**
Dr Jean-Loup MOUYSSET, *Oncologue - Aix-En-Provence*
- **Messages et conseils pratiques**
M^r Bruno RYON, *My Mental Energy - Villeurbanne*

ATELIER

19H20
20H05

Flash-sieste en live

- **Comment gérer sa dette de sommeil ?**
M^r Alexis MEZOU, *Expert Sommeil Patients Et Professionnels*

SESSION ATELIERS

20H10
20h40

Choix d'un atelier

- **Sommeil & Nutrition : Un cercle vertueux**
M^{me} Virginie BARRIEU, *Docteur en Pharmacie*
- **Gestion du stress par la Cohérence Cardiaque**
M^{me} Roxane PETIT, *Experte Patients*
- **Atelier Épuisement professionnel des soignants et aidants**
M^r Jean-Daniel ROCHE, *My Mental Energy*
- **Atelier Rituels endormissements et gestion des réveils nocturnes**
M^{me} Roxane PETIT, *Experte Patients*

20H045
21H

CONCLUSION

Dr Jean-Loup MOUYSSET, Pr Alain VERGNENEGRE
et M^r Bruno RYON

INFORMATIONS & INSCRIPTIONS

Agence NOTIS Event : 06 19 08 18 08
ressource@notis-event.com www.notis-event.com

Mission

SOMMEIL & SANTÉ EN ONCOLOGIE

MERCREDI
27 AVRIL

MERCI À NOS PARTENAIRES

Évènement en partenariat avec

Mission

Ca ⚡ ioPée.®

AMGEN

Assurances
Crédit  Mutuel

asten 
SANTÉ

 **CAISSE
D'ÉPARGNE**
CEPAC
Vous être utile.

DARWIN SPIRIT™
Down  **win**


HIFAS da TERRA


LE NÉLIO

 **LABORATOIRE
LESCUYER**
La micronutrition source de santé

 **MSD**
INVENTING FOR LIFE

 **my Mental energy**
pro


NUNKI
www.nunki.eu

 **Nutergia**
LABORATOIRE


PhytoQuant
l'énergie par les plantes


Pierre Fabre

SANTÉ 
AU TRAVAIL
PROVENCE