



INFO PRESSE

Date : 09/01/2020

De la part de service communication
04 79 96 87 35 - communication@grandchambery.fr

« Le sommeil : un bienfait en voie de disparition ?

Entre Midi & Science : Café scientifique à la Galerie Eurêka
Mardi 14 janvier 2020, de 12h30 à 13h30

Les dernières études sur le sommeil montrent que les français dorment de moins en moins. Paradoxalement, les neurologues mettent en lumière les vertus du sommeil pour la mémoire, les apprentissages ou encore la régulation du poids... Au vu de ces connaissances, comment rééquilibrer le temps de sommeil pour un meilleur fonctionnement de notre organisme ?

Pour répondre à toutes ces questions et bien d'autres encore, la Galerie Eurêka a invité le Docteur Stéphane Lado, neurologue au Centre hospitalier Chambéry Métropole

Rendez-vous à la Galerie Eurêka pour échanger autour de ce sujet
mardi 14 janvier de 12h30 à 13h30.

Entrée gratuite

Chaque mois, et toujours le mardi, la Galerie Eurêka donne rendez-vous au public et aux scientifiques pour échanger, à l'heure du déjeuner, sur des sujets de société.

Le programme des rendez-vous Entre midi et science pour cette saison 2019 -2020 :

- | | |
|------------|--|
| 11 février | <i>Nutri-Score, YUKA... : allons-nous mieux manger ?</i> |
| 19 mars | <i>Le microbiote intestinal : quelle influence sur notre cerveau ?</i> |
| 7 avril | <i>L'exercice physique : une thérapie en devenir ?</i> |
| 5 mai | <i>Prise de décisions : quelle place pour l'esprit critique ?</i> |

GRAND CHAMBERY | VILLE DE CHAMBERY
DIRECTION MUTUALISEE DE LA COMMUNICATION

106 allée des Blachères - CS 82618 - 73026 Chambéry cedex
04 79 96 87 35 - grandchambery.fr - cmag-agglo.fr - chambery.fr

@GrandChambery | @VilledeChambery - @ChamberyOfficiel

Pour plus d'informations :
Galerie eurêka – CCSTI de Chambéry
150, rue de la République
Carré Curial
Tel : 04 79 60 04 25
www.chambery.fr/galerie.eureka

Contact : Jean-Yves Maugendre 06 45 16 34 60
jean-yves.maugendre@ccsti-chambery.org