

Vive la rentrée !

L'été a été chaud et l'automne sera encore plus « show » ! En effet, en cette période de l'année où les feuilles tombent, où les arbres se parent de leurs plus belles couleurs, où nous aspirons tous à recharger les batteries afin de tenir les longs mois d'hiver, les projecteurs seront tournés, et ce dans différents coins du monde, vers le sommeil.

Pour vous aider à planifier votre agenda, nous vous avons lister ci-dessous des événements prévus que nous avons sélectionnés dans la liste des revues coup de cœur francophone de 2018 entièrement consacrées au sommeil et aux rêves.

Devenez membre de la Fondation Sommeil

L'Europe et l'Amérique se penchent fébrilement sur les sens du dormir, le rituel de fermer les yeux quand il fait noir. Force nous est de constater qu'il y a des questions muettes en la demeure.

-Qu'est-ce que le sommeil ?

Un outil de production, un moyen de guérison ou un acte de création ? Telle pourrait être notre vision sur les mécanismes de la veille. Mais la médecine fait la sourde oreille à la révélation de son enseignement. Les médecins ont de la difficulté à traiter l'insomnie, cette zone d'ombre qui éclaire notre vie nocturne.

Pour que les secrets du sommeil nous réveillent aux mystères de la nuit et pour que nous puissions motiver nos gouvernements à activer la recherche de la santé par le sommeil, ouvrons nos portes à ses réponses.

Mais tout d'abord, nous tenons à vous annoncer la tenue **le 15 septembre prochain, à Lévis, de la 2^e rencontre concernant le Syndrome des Jambes Sans Repos (SJSR).**



Deuxième rencontre Syndrome des Jambes sans Repos

Brève présentation des personnes
★ présentes et de l'expérience vécue
avec la maladie.

★ Échange sur les symptômes et
les solutions ou trucs utilisés pour les gérer

Échanges sur les démarches possibles
★ pour faire connaître la maladie et en venir
à ce qu'elle soit davantage reconnue

Sujets

👤 Mme Johanne Martineau

Organisatrice

Date

Samedi 15 septembre 2018

de 9h à 11h30

Lieu

📍 Saint-Nicolas, Lévis

Restaurant Mikes

101-1810 Route des Rivières
QC G7A 2P6

Pour en savoir plus sur ce syndrome

Groupe FaceBook du SJSR de la France : <https://www.facebook.com/groups/SJSR.Willis.Ekbom/>

Regroupement québécois du SJSR : sjsrquebec@outlook.com

Forum SJSR du Réseau Morphée : <http://morphee.forumpro.fr/f6-syndrome-des-jambes-sans-repos>

Site internet de la Fondation Sommeil : <https://fondationsommeil.com>

Site internet de la Restless Legs syndrome Foundation : <https://www.rls.org>

Site internet de la Société Canadienne du Sommeil : <https://scs-css.ca/ressources/brochures/jambessans-repos>

À Québec

Les vendredi 2 et samedi 3 novembre 2018, journées de formation SCS 2018



Plus d'informations, visitez le site internet suivant :

<https://www.eiseverywhere.com/ehome/index.php?eventid=310721&&language=fca>

Message de la présidente de la réunion éducative de la SCS 2018, Célyne Bastien :

Inscrivez cette date à votre agenda !

Nous sommes très heureux d'accueillir les journées de formation 2018 de la SCS à Québec du 2 au 3 novembre 2018 au charmant Hôtel Le Concorde Québec. Au programme, nous aurons des programmes de technologues, de psychologie clinique et de soins dentaires ainsi qu'une journée éducative complète en français et en anglais. Comme le veut l'usage, nous attribuerons à ces programmes des crédits de formation continue ou de formation médicale continue correspondant au programme. Nos sessions sont toujours très appréciées pour ce qui est de contenu du programme et nous nous attendons à ce que l'année 2018 ne soit en rien différente.

Nous espérons que vous vous joindrez à nous à Québec pour la réception le 2 novembre et aux sessions éducatives le 3 novembre 2018. Restez branchés pour de plus amples détails à venir, notamment sur la Grande marche à dormir debout 2018 qui aura lieu conjointement avec la journée de formation.

À Marieville

En novembre 2018, première rencontre d'un groupe d'échange et d'information sur le syndrome des jambes sans repos -SJSR à la Bibliothèque commémorative Desautels

Pour plus d'informations, contactez l'organisatrice :

Mme Lorraine Latreille au (438) 403-9414



Chez nos voisins américains :

À New York :

Le 4 novembre, The Narcolepsy Network sera un partenaire caritatif officiel du marathon de la ville de New York.



Plus d'informations, visitez le site internet suivant :

<https://www.tcsnycmarathon.org/race-day>

Chez nos cousins français :

À Lille :

Cette ville accueillera du 22 au 24 novembre 2018 le congrès du sommeil qui fournit aux participants, depuis 2012, une interprétation simultanée anglais -> français.

Pour plus d'informations, visitez le site internet suivant :

<https://www.lecongresdusommeil.com>



Pour plus d'informations, visitez le site internet suivant :

<https://www.lecongresdusommeil.com>

À propos :

LE CONGRÈS DU SOMMEIL® est organisé par la Société Française de Recherche et Médecine du Sommeil, et la Société de Pneumologie de Langue Française (Groupe Sommeil) en collaboration avec la Société Française des Techniciens du Sommeil.

Il met en avant la nécessaire complémentarité des équipes et la transversalité de cette discipline récente. Avec plus de 2 700 participants à Marseille en 2017, Le Congrès du Sommeil® reste l'évènement de référence de cette discipline transversale et confirme sa place incontournable de lieu d'échanges et de rencontres entre professionnels de la santé, chercheurs, décideurs publics, associations de patients, prestataires de soins à domicile, industriels et fournisseurs de matériel...

Le contenu du programme scientifique, pluridisciplinaire, fait une part importante aux troubles respiratoires du sommeil mais consacre également des sessions aux aspects neurologiques, psychiatriques et chronobiologiques du sommeil...

4 conférences plénières, 9 symposia, 1 workshop de cas cliniques difficiles, 1 conférence de consensus, des symposia de recherche fondamentale sur le sommeil, 5 séances de communications orales, 10 ateliers de formation, 5 sessions posters, des conférences et ateliers satellites, des réunions thématiques, la remise de plusieurs bourses et prix, plus de 70 exposants, le village Sommeil, la journée de la Société Française des Techniciens du Sommeil ...

Et le mercredi 21 novembre 2018, la journée pré-congrès de Formations Médicales de la SFRMS.

Et retenons déjà dans nos agendas en 2019 par chez nous :

Cette ville accueillera du 20 au 25 septembre 2019 le Congrès mondial du sommeil. Ce congrès se déroulera **en anglais uniquement**.

Pour plus d'informations, visitez le site internet suivant :

<https://worldsleepcongress.com>



En français : : : <https://scs-css.ca/>

En Anglais <https://css-scs.ca/>

World Sleep Society (fondée par l'Association mondiale de la médecine du sommeil et World Sleep Federation) a collaboré avec la Société canadienne du sommeil pour accueillir World Sleep 2019. Le Centre de congrès de Vancouver, Vancouver, Canada, du 20 au 25 septembre 2019. Situé sur le front de mer de la Colombie-Britannique et offrant une vue sur la montagne, le Vancouver Convention Centre offre un accès pratique aux commodités du centre-ville.

Plus d'informations sont disponibles sur www.worldsleepcongress.com

En kiosque

Les parutions françaises de 2018



National Geographic

Et maintenant,
dormez!
Août 2018, 37 p.

Geo Sciences

Hors-série n° 25
Le sommeil
et les rêves février
2018,



Les Dossiers de Science et Univers

Hors-Série n° 1
Tout savoir sur le
sommeil et les rêves
mai 2018, 162 p.



La Recherche

Hors-Série n° 25
Le sommeil et le rêve
Comment le cerveau se
régénère
mars-avril 2018, 98 p.

FORMULAIRE D'ADHÉSION / DE DON

2018-2019

VOTRE IDENTITÉ

PRÉNOM* : _____ NOM* : _____

ADRESSE* : _____ ÂGE : _____

APPARTEMENT : _____ CODE POSTAL* : _____ VILLE* : _____

PROVINCE : _____ PAYS* : _____

TÉLÉPHONE* : _____

COURRIEL : _____

*Champs obligatoires – Ces informations restent confidentielles et pour un usage interne seulement. Elles sont nécessaires à des fins statistiques et pour les redditions de comptes auprès des bailleurs de fonds

LES TROUBLES DU SOMMEIL QUI VOUS CONCERNENT

Quel est votre sujet d'intérêt?

(400 caractères seulement)

JE SOUHAITE DEVENIR :

MEMBRE ACTIF 25 \$

MEMBRE CORPORATIF 30 \$

MEMBRE INSTITUTIONNEL 100 \$

Renouvellement d'adhésion : oui

JE SOUHAITE FAIRE UN DON : 50 \$ 100 \$ autre (précisez le montant) :

Chèque à l'ordre de « Fondation Sommeil » à adresser au 1600 av. De Lorimier # 380A, Montréal (QC) H2K 3W5

Je désire recevoir un reçu : oui non

(REÇU POUR FINS D'IMPÔT DES 25 \$, N° CHARITÉ : 13496 4766 RR001)

SIGNATURE : _____

DATE : _____

Agissez avec la Fondation Sommeil !

DEVENIR MEMBRE



Devenir membre, c'est simple et gratuit ! Il suffit d'adhérer à la mission et à la cause de la fondation. Cela peut être l'occasion de participer à nos activités ou rencontrer d'autres personnes qui souffrent des mêmes troubles du sommeil que vous.

Vous recevrez nos informations et pourrez demander notre aide concernant votre sommeil en tout temps. Renvoyez-nous votre formulaire d'adhésion ou inscrivez-vous via notre site Internet.

FAIRE UN DON



Nous mettons en place actuellement un service de conseils personnalisé via un ligne d'écoute, et qui sera appuyé par un bottin des ressources sur les troubles du sommeil.

Nous vous remercions de votre soutien financier pour la mise en place de ce projet ! Nous émettons des reçus pour fins d'impôt pour tout don de 25 \$ et plus.



DEVENIR BÉNÉVOLE OU STAGIAIRE

Nous accueillons les bénévoles et les stagiaires toute l'année pour plusieurs projets. Vos talents et vos compétences professionnelles seront mises en valeurs et feront toute la différence au sein de la Fondation Sommeil. Nous offrons un milieu de travail stimulant et passionnant.



FAIRE UNE DEMANDE DE CONFÉRENCE OU D'ATELIER

Afin de sensibiliser la population sur les sujets des troubles du sommeil, nous proposons des conférences, causeries, animations et ateliers. Différents formats et thèmes peuvent vous être proposés, selon votre budget.



DEMANDER DES CONSEILS ET DES RÉFÉRENCES

Nous prenons au sérieux vos troubles du sommeil et ceux de vos proches (enfants, conjoints etc.). C'est notre mission de vous conseiller, de vous informer et de vous référer vers les ressources qui existent en matière de troubles du sommeil. N'hésitez pas à nous appeler !



PARTICIPER À UN PROTOCOLE DE RECHERCHE

Accédez à des protocoles de recherche sur les troubles du sommeil auprès de nos partenaires scientifiques. Actuellement, des participants sont recrutés pour une recherche sur le traitement de l'insomnie sans médication : vous pouvez bénéficier d'un traitement gratuit, profitez-en !

info@fondationsommeil.com
www.fondationsommeil.com