



# Les troubles du sommeil

## PERSONNES CONCERNÉES

Cette action de formation est ouverte en priorité aux personnels de santé pouvant être en contact avec des personnes (adultes, enfants) ayant des problèmes de sommeil : médecins (généralistes, du travail, scolaires ...), personnel soignant (hôpital, scolaire, entreprise), travailleur social, psychologue ...

## PRÉ-REQUIS

La participation à cette formation ne nécessite pas de pré-requis spécifiques au regard du public auquel elle s'adresse.

## COMPÉTENCES À L'ISSUE DE LA FORMATION

- > Reconnaître le sommeil normal à chaque âge de la vie.
- > Caractériser une insomnie et un trouble du rythme circadien veille-sommeil (adulte/enfant).
- > Caractériser une somnolence diurne et diagnostiquer une hypersomnie (adulte/enfant).
- > Diagnostiquer un trouble respiratoire du sommeil (adulte/enfant).
- > Diagnostiquer un syndrome des jambes sans repos, un syndrome de mouvements périodiques de jambes, une parasomnie en sommeil lent profond / sommeil paradoxal (adulte/enfant).
- > Mettre en œuvre les mesures d'hygiène de sommeil devant une insomnie ou un trouble du rythme circadien veille-sommeil.
- > Mettre en œuvre des mesures chronobiothérapeutiques devant un trouble du rythme circadien veille-sommeil.
- > Mettre en œuvre dans les grandes lignes le traitement d'un trouble respiratoire au cours du sommeil.
- > Mettre en œuvre dans les grandes lignes le traitement des parasomnies.

## PROGRAMME

- > Le sommeil normal.
- > Les explorations du sommeil.
- > L'insomnie et les rythmes circadiens.
- > L'hygiène de sommeil (exemples cliniques).
- > Le syndrome d'apnées du sommeil.
- > Les pathologies du sommeil de l'adulte (hormis SAS et insomnie).
- > Le sommeil normal chez l'enfant.
- > Les troubles du sommeil chez l'enfant.

## MÉTHODES ET RESSOURCES PÉDAGOGIQUES

Exposés, vidéo, discussions d'exemples et de cas cliniques apportés par les intervenants et les participants.

Un support pédagogique est remis aux participants.

## RESPONSABLE SCIENTIFIQUE

**M. Patrice BOURGIN, Professeur à la Faculté de médecine, maïeutique et sciences de la santé, Centre des Troubles du Sommeil - CIRCSom, Hôpitaux Universitaires de Strasbourg.**  
Courriel : [pbourgin@unistra.fr](mailto:pbourgin@unistra.fr) / [patrice.bourgin@chru-strasbourg.fr](mailto:patrice.bourgin@chru-strasbourg.fr)

### STAGE INTER ÉTABLISSEMENTS

**Durée : 2 jours**

**En 2025**

Stage 1 - Réf. : JLE25-0439A  
du 09 octobre 2025  
au 10 octobre 2025

**En 2026**

Stage 1 - Réf. : JLE26-0439A  
du 08 octobre 2026  
au 09 octobre 2026

**Tarif**

862 € Pour toute inscription  
avant le 31 juillet 2026.  
Repas de midi pris en charge  
par les organisateurs.

**Lieu**

Université de Strasbourg -  
Service Formation Continue  
21 Rue du Maréchal  
Lefebvre  
67100 Strasbourg

**CE STAGE NE PEUT PAS  
ÊTRE RÉALISÉ EN INTRA**

### Renseignements et inscriptions

Joëlle LABARRE  
Tél : 03 68 85 49 23  
Sauf le vendredi après-midi  
[j.labarre@unistra.fr](mailto:j.labarre@unistra.fr)

### Nature et sanction de la formation

Cette formation constitue  
une action d'adaptation et  
de développement des  
compétences.  
Elle donne lieu à la délivrance  
d'une attestation de  
participation.  
Une évaluation en fin de  
formation permet de  
mesurer la satisfaction des  
stagiaires ainsi que l'atteinte  
des objectifs de formation  
(connaissances,  
compétences, adhésion,  
confiance) selon les niveaux  
1 et 2 du modèle  
d'évaluation de l'efficacité  
des formations Kirkpatrick.