

11<sup>EME</sup> CONGRÈS

# Corsicardiosleep

Un sommeil  
en or



Du 27 au 29 Juin 2024

# AJACCIO 2024

VENI VIDI STUDUI

Un événement  
cardioSleep

## JEUDI 27 JUIN

8h30 > 9h00	<b>Intro congrès</b>
	<b>Le respect du sommeil en prévention cardiovasculaire</b>
9h00 > 9h30	Le risque cardiovasculaire en prévention primaire
9h30 > 10h00	Les troubles non respiratoires du sommeil et risque cardiovasculaire
10h00 > 10h30	Les biomarqueurs du risque cardiovasculaire
10h30 > 11h30	Pause Salle PARTENAIRES
11h30 > 12h30	<b>Symposium 1</b>
12h30 > 14h00	<b>DÉJEUNER</b>
	<b>Gymnastique cérébrale et sommeil</b>
14h00 > 14h30	Le sommeil de l'enfant: véritable enjeu sur les performances cognitives
14h30 > 15h00	L'altération cognitive dans le trouble du rythme du sommeil chez l'adolescent
15h00 > 15h30	Le déclin cognitif et pathologies du sommeil
	<b>Apnées sans frontières</b>
15h30 > 16h00	Prise en charge du SAS en Afrique
16h00 > 16h30	Pause Salle PARTENAIRES
19h00	<b>SOIRÉE du CONGRÈS</b>

## VENDREDI 28 JUIN

	<b>Dopage et poisons du sommeil</b>
10h00 > 10h30	Lendemain de soirée. Alcool, drogues et sommeil
10h30 > 11h00	La toxicité des écrans
11h00 > 11h30	Les punaises de lit, moustiques et autres exposomes
11h30 > 12h30	<b>Symposium 2</b>
12h30 > 14h00	<b>DÉJEUNER</b>
	<b>Performance et sommeil</b>
14h00 > 14h30	Le navigateur en solitaire: dormir pour gagner
14h30 > 15h00	Optimiser son sommeil pour voler plus vite, plus haut, plus fort
15h00 > 16h00	<b>Symposium 3</b>
16h00 > 16h30	Pause Salle PARTENAIRES

## SAMEDI 29 JUIN

08h30 > 10h30	<b>ATELIERS</b>
10h30 > 11h30	Pause Salle PARTENAIRES
	<b>Les médailles se gagnent aussi la nuit</b>
11h30 > 11h45	Le coaching sportif: entre science et mental
11h45 > 13h00	De la résilience à l'excellence



# Corsicardiosleep

**Pré-programme  
Congrès 2024**

**Informations  
et inscriptions sur :  
[www.cardiosleep.fr](http://www.cardiosleep.fr)**