


 L'Impartial
 2001 Neuchâtel
 032/ 910 20 01
 www.limpartial.ch

 Genre de média: Médias imprimés
 Type de média: Presse journ./hebd.
 Tirage: 11'566
 Parution: 6x/semaine

 N° de thème: 525.004
 N° d'abonnement: 1073491
 Page: 9
 Surface: 12'244 mm²

LE LOCLE Sommeil des ados sous la loupe

Le sommeil de certains grands enfants et des adolescents a toujours été une préoccupation des parents et de l'école. A ce sujet, on se pose beaucoup de questions. Pourquoi s'endorment-ils si tard? Quelle est l'influence des écrans? De combien de sommeil ont-ils besoin? A quelle heure doivent-ils se coucher? Sont-ils tous pareils face au sommeil? Et le week-end? Et l'école dans tout cela?

De nouvelles connaissances

des neurosciences amènent un nouvel éclairage. L'utilisation des nouveaux médias (en particulier tablettes et smartphones) et les changements de rythme influencent aussi le sommeil.

Pour faire le point sur le sujet, la Fops (Fondation promotion santé) invite les parents d'élèves à une conférence donnée par Russia Ha-Vinh Leuchter, médecin cheffe de clinique scientifique du service développement et croissance des Hôpitaux universitaires de Genève. Cette conférence est organisée par Michel Perrenoud, médecin scolaire des écoles lo-

cloises. Elle aura lieu au Locle, mardi à 20h, au collège Jehan-Droz. **RÉD - COMM**



Russia Ha-Vinh Leuchter, pédiatre, spécialiste dans le développement des enfants. SP