

Pourquoi accompagner un collaborateur souffrant d'insomnie?

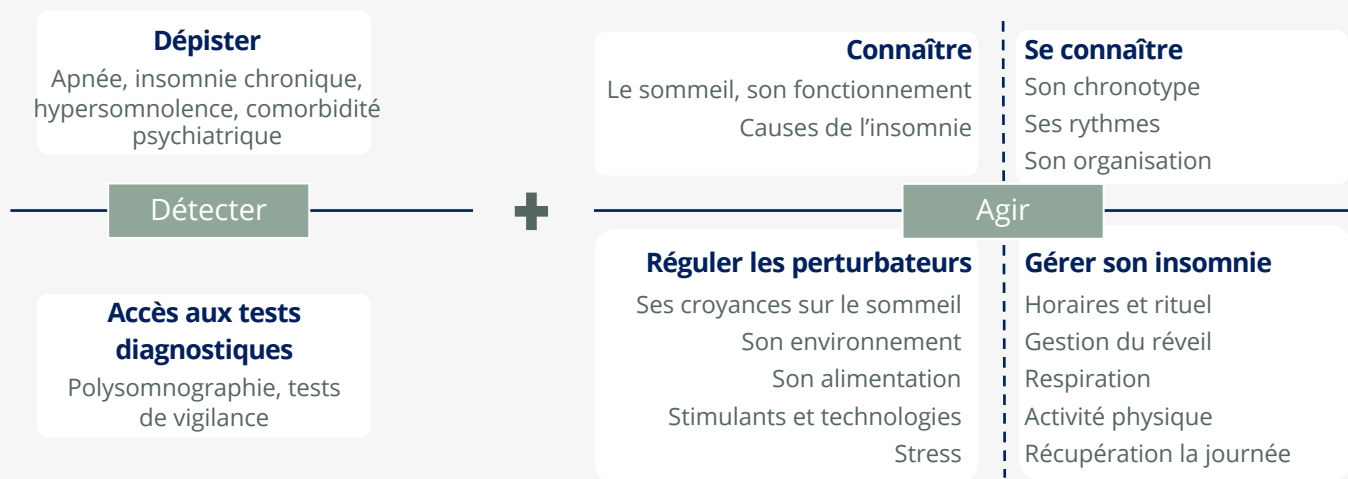


La vigilance après 17h d'éveil équivaut à celle après 2 verres de vin

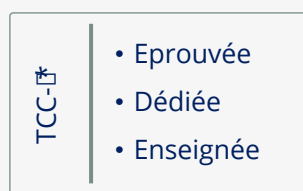
L'absentéisme et la désorganisation liés à la fatigue coûtent entre 25€ et 100€ par salarié

Moins dormir c'est perturber tous les organes qui fonctionnent sur un cycle veille - sommeil

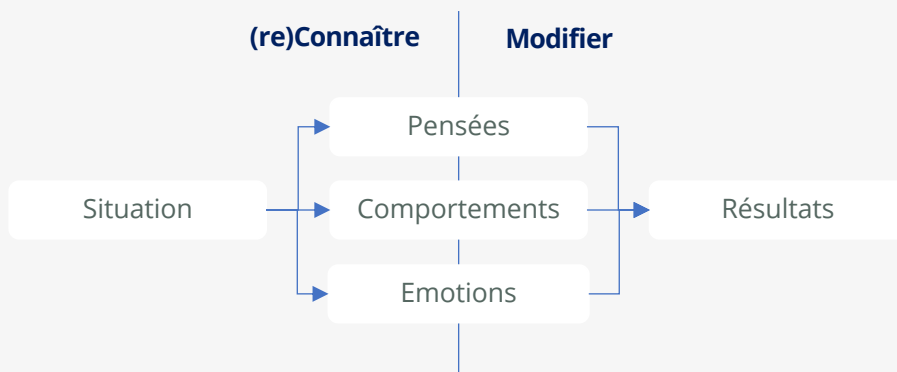
Comment InSleepLab intervient ?



Une approche comportementale



- Pragmatique
- Rapide



*Thérapies (modification) Cognitives (pensées) et Comportementales (inadaptés) de l'Insomnie

Originalité

Approche médicale

Bilan par un somnologue
Unités Sommeil
Partenaires pour examens approfondis

Praticiens

Formateurs expérimentés
Formés en Somnopedagogie™ et somnothérapie holistique™



Application Compagnon HDS*

Téléconsultation
Evaluation de sa fatigue au travers d'une conversation
Contenus pédagogiques immersifs
Communiquer 24/7

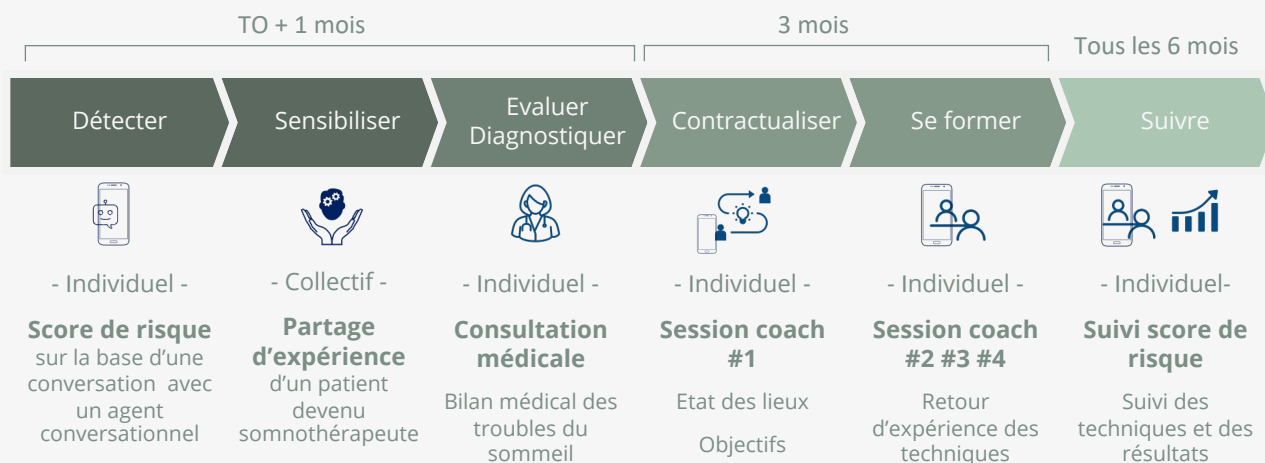
Fondée sur les preuves (Data)

Evaluation pré-post qualité du sommeil
Evaluation pré-post fatigue au travail

Démonstrateur en développement

* Hébergement sécurisé données de santé

Déroulement



Equipe



inSleepLab

 Romain Finas
Directeur Général

 Fabrice Viguiier
Dir. Du développement



Supervision médicale

 Dr Hervé Solatges
somnologue



Unités sommeil partenaires

Centre ISM : Boulogne
Clinique Saint-Hilaire : Rouen



Praticiens Somnopedagogie®

 Donna Helliwell ancien cadre de l'industrie et des services

+ ceux formés par inSleepLab

