



**MARDI 13 JANVIER  
2026 DE 18H À 19H**

**ENTRÉE GRATUITE**

Conférence dans la limite  
des places disponibles  
Ateliers enfants sur inscriptions

**SCAPS - MSHE**

1, rue Charles Nodier  
25000 BESANÇON  
<https://urls.fr/aCVr8r>



# QUESTIONS D'ÉDUCATION

CONFÉRENCES & ATELIERS SIMULTANÉS AUTOUR DES SCIENCES POUR L'ÉDUCATION

**DES CONFÉRENCES  
POUR PARENT,  
ADULTE & ADO**

**DES ATELIERS  
POUR ENFANT  
DE 6 À 12 ANS**

**SOMMEIL ET APPRENTISSAGES  
CHEZ LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS**

**AMANDINE REY (Lyon)**

Chercheuse en psychologie cognitive et neurosciences  
Université Claude Bernard

De nombreux enfants et adolescent·es dorment trop peu :  
± 30 % des enfants et 50 % des adolescent·es seraient  
concernés. Ce manque de sommeil peut entraîner des difficultés  
d'apprentissage et des problèmes de comportement. Cette  
présentation fera le point sur les recherches menées dans ce  
domaine et présentera des actions concrètes mises en place  
dans les écoles pour améliorer le sommeil des jeunes.

**LES CLÉS DE LA MOTIVATION**

Dans cet atelier, tu découvriras comment apprendre plus  
facilement. Tu exploreras ce qui te motive et comment  
transformer chaque défi en un moment de plaisir.

Viens trouver les clés pour apprendre avec enthousiasme  
et avancer à ton rythme !

