

Plan d'interventions

- 1) Introduction
- 2) Etat des lieux
- 3) Cas du RGO
- 4) Sommeil, neurotransmetteurs et alimentation
- 5) Intérêt de la mélatonine exogène ?
- 6) Intestins et sommeil
- 7) Plantes du sommeil
- 8) synthèse



C - Témoignages et échanges avec la salle

