



## Sommeil de rêve

publié le 27/06/2017

Nous passons plus d'un tiers de notre vie à dormir. Nous avons la sensation de revivre après une bonne nuit : nul doute que le sommeil répare et reconstruit, même si les mécanismes en jeu restent encore très mystérieux... Cette exposition de 9 panneaux conçue par Double Hélice et prêtée par l'Espace Mendès France permet de découvrir et de mieux comprendre les enjeux et les bénéfices du sommeil. Elle est visible au CDI jusqu'à la fin de l'année scolaire.



**Académie  
de Poitiers**

Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.

Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.