

Thérapie comportementale et cognitive de l'insomnie chronique.



**10 octobre et 14
novembre 2024**

—
14 : 00 – 17 : 30
—

**Auditoire Christian
Müller, Site de Cery**

Tifenn Raffray et Geoffroy Solelhac

Médecins spécialistes des troubles du sommeil

L'Institut Universitaire de psychothérapie, en collaboration avec le Centre d'investigations et de recherche sur le sommeil (CIRS) du CHUV et le Centre du Sommeil de Florimont organisent un atelier de formation sur le traitement en Thérapie comportementale et cognitive de l'insomnie chronique. Les troubles du sommeil impliquent un handicap important pour le patient, et sont souvent comorbides avec d'autres psychopathologies. La TCC de l'insomnie ou TCC-I est une approche largement validée scientifiquement pour le traitement de l'insomnie. Elle permet une nette amélioration de la qualité et continuité du sommeil ainsi qu'une amélioration de la qualité de vie. Il s'agit d'une méthode qui s'intègre facilement avec d'autres approches thérapeutiques. Cependant cette thérapie est insuffisamment proposée aux patients par manque de formation des thérapeutes. Une meilleure supervision psychothérapeutique de l'application de la TCC-I permettrait à un plus grand nombre de patients d'en bénéficier. Cet atelier théorico-pratique de deux demi-journées est ouvert à tous les thérapeutes et superviseurs en psychothérapie afin qu'ils puissent mieux orienter leurs supervisés dans l'application de cette méthode.



Tifenn Raffray

Psychiatre-psychothérapeute
spécialiste des troubles du
sommeil, co-directrice
médicale du centre du
Sommeil de Florimont à
Lausanne, médecin agréée
au Centre d'investigations et
de recherche sur le sommeil
(CIRS) du CHUV

Geoffroy Solelhac

Médecin - MER, Chef de
clinique au Centre
d'investigations et de
recherche sur le sommeil
(CIRS) du CHUV

Thérapie comportementale et cognitive de l'insomnie chronique.

Date :	Jeudis 10 octobre et 14 novembre 2024
Horaire :	14h00 à 17h30
Lieu :	Site de Cery - Auditoire Christian Müller Rte de Cery, 1008 Prilly
Transports :	LEB, arrêt Cery-Fleur de Lys Bus 33 ou 4 des TL, arrêt Coudraie. Le site de Cery se trouve à environ 15 minutes à pied
Prix	CHF 150.- pour les collaborateurs du CHUV et les superviseurs en psychothérapie inscrits dans la liste de l'IUP ou des MAS en psychothérapie suisses romands; CHF 250.- pour les personnes externes.
Inscription	Mélanie Aubert, secrétariat UECT, DP-CHUV, Site de Cery, Bâtiment des Cèdres, 1008 Prilly Tél. 021 314 05 86 E-mail : Melanie.Aubert@chuv.ch Délai d'inscription : 10 septembre 2024
Public	Psychiatres ou psychologues-psychothérapeutes (formés ou en formation), plus particulièrement les superviseurs en Thérapie comportementale et cognitive ou professionnels de santé intéressés par la problématique des troubles du sommeil et leur traitement en TCC
Crédits	9 crédits ISFM/OFSP. Une attestation de participation sera délivrée sur place.

Bulletin d'inscription :

Je souhaite m'inscrire à l'atelier « Les troubles du sommeil et leur traitement en TCC »

Nom et Prénom : _____

Adresse : _____

E-mail : _____

Téléphone : _____

Je suis collaborateur du CHUV

Je ne suis pas collaborateur du CHUV

Merci d'avance d'envoyer ce document scanné par mail : melanie.aubert@chuv.ch