

**18<sup>h</sup><sub>30</sub>**  
**JEUDI 11 AVRIL**  
**Bowling de La Rochelle**

Port des minimes, Avenue Michel Crépeau  
17000 La Rochelle / Tel. 05 46 45 40 40

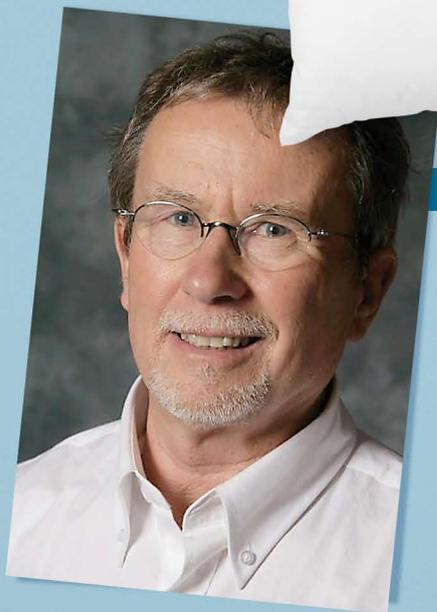
# Comment dormir *mieux* pour travailler *mieux*

**Nous passons 25 ans de notre vie à dormir !**

La qualité de notre sommeil revêt une importance  
toute particulière dans la vie trépidante d'un entrepreneur.  
Bien dormir est une performance quotidienne  
pour le dirigeant et ses salariés.

PARTENAIRES :





#### INTERVENANT

### Dr Jean Yves CHAUVE

Spécialiste du sommeil et rattaché à "l'European Sleep Center", Dr Jean-Yves Chauve a publié différentes études avec le professeur Duforez sur les rythmes du sommeil.

Médecin de la fédération Française de voile, il est le médecin de différentes courses telles que le Vendée Globe et la Solitaire du Figaro.

*Bulletin*  
de participation

A COMPLÉTER ET À RETOURNER ACCOMPAGNÉ DE VOTRE RÈGLEMENT À :  
IRIUM France - 13 rue J. Monod - BP 90396 - 17001 La Rochelle (avant le 05 Avril 2013)

**POUR TOI JD** : Merci de confirmer ta présence par retour de mail (et ta soirée est gratuite)

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Société \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Tél \_\_\_\_\_

Mail \_\_\_\_\_

Nombre de participants \_\_\_\_ x 20€

Présent(s) au cocktail-dînatore après la conférence : oui  non

Comment dormir  
*mieux*  
pour travailler  
*mieux*

PARTENAIRES :

