

Message aux membres par rapport à la plateforme « Dormez là-dessus »

Chers/Chères membres,

En cette période de chamboulement, nous espérons que vous et vos familles allez bien.

Dans le contexte de la crise de la COVID-19, je suis heureuse de porter à votre attention une importante initiative de mobilisation des connaissances menée par le CSCN, à laquelle j'ai d'ailleurs accepté de m'associer personnellement à l'instar de mes collègues Julie Carrier, Roger Godbout et Charles Morin, qui permettra aux spécialistes du sommeil de participer à l'effort collectif de résilience.

Ainsi, depuis vendredi le 27 mars dernier et au cours des prochaines semaines, la plateforme de la campagne « Dormez là-dessus* », qui est en vigueur comme vous le savez depuis Septembre 2019, sera mise-à-profit afin de permettre à notre communauté d'experts de discuter des conséquences que peut avoir la crise liée à la COVID-19 sur le sommeil. Par ailleurs et surtout, les experts pourront discuter des mesures concrètes à prendre pour protéger le sommeil de la population canadienne afin qu'elle puisse mieux composer psychologiquement et physiquement à cette situation de crise.

Cette initiative, qui a jusqu'ici suscité un très grand intérêt médiatique au Québec et qui pourrait trouver des échos similaires ailleurs au Canada, vise à faire intervenir les experts du sommeil sur de nombreuses plateformes médiatiques : journaux, web, médias sociaux selon trois objectifs principaux :

1. Rendre accessible un contenu scientifique pratique, rassurant & crédible pour soutenir les publics cibles dans la gestion des impacts sur le sommeil;
2. Identifier le CSCN et la communauté scientifique du sommeil comme un réseau allié pour les autorités de gestion publique et gouvernementale de la crise;
3. Positionner le sommeil comme élément fondamentale de la santé des populations et un facteur pouvant activement contribuer à la résilience pendant la crise de la COVID-19 ainsi qu'après la crise alors que toute la population devra affronter les enjeux économiques, sociaux, etc.

Donc au cours des prochaines semaines, plusieurs capsules touchant des sujets spécifiques seront enregistrées par différents experts et des textes touchant au sommeil dans le contexte de la crise liée à la COVID-19 seront publiés sur notre site « Dormez là-dessus » (www.dormezladessuscanada.ca) et sur nos réseaux sociaux ([Facebook](#), [Twitter](#) et [Instagram](#)).

Après consultation auprès du comité exécutif de la SCS, il a été unanimement décidé qu'il relevait entre autre, de la SCS, de jouer un rôle de leader et d'ambassadeur de cette initiative. Ce faisant et afin d'inspirer un mouvement de soutien, auquel nous

convions par la présente, l'ensemble de la communauté du sommeil à se joindre, la SCS a convenu d'offrir une contribution financière ainsi que l'investissement de certaines capacités en ressources humaines afin de soutenir le travail du comité organisateur.

Afin de maximiser les impacts positifs de cette initiative l'appel à la collaboration auprès de l'ensemble de la communauté du sommeil s'impose en effet. Vous pouvez donc activement contribuer entre autre :

- En offrant vos suggestions de contenus spécifiques à la gestion de sommeil en temps de crise;
- En relayant les contenus à tous vos réseaux d'influence afin d'élargir la portée de nos messages à la plus vaste audience possible,
- En identifiant des opportunités de contribuer au financement de cette campagne qui génère des coûts importants (production de contenus scientifiques et médiatiques, gestion des médias, publicité médias. etc).

Actuellement, cette initiative est soutenue par :



Pour toutes vos suggestions scientifiques ou financières pouvant contribuer à cet effort collectif merci de contacter :

Valérie Viau, MSc, MAP (chargée des relations externes & partenariats stratégiques)
valeviau@gmail.com

Si vous êtes actuellement sur la ligne de front, nous vous envoyons tous nos encouragements.

Prenez soin de vous et de votre famille!

Célyne Bastien
Présidente SCS