



MINI-RETRAITE SUR
LES TECHNOLOGIES
PORTABLES

2^e
édition

26 novembre 2025
Institut universitaire
de gériatrie de Montréal

Le sommeil au carrefour
de la science et de l'industrie



Participez à la 2^e mini-retraite provinciale sur les technologies portables et le sommeil

Une journée pour explorer, tester et imaginer l'avenir des technologies portables, au carrefour de la science, de l'industrie et des carrières.

Objectifs de la journée

- 1 Favoriser le dialogue intersectoriel** pour mieux comprendre et anticiper les enjeux méthodologiques, scientifiques et industriels liés aux technologies portables appliquées au sommeil
- 2 Soutenir la relève** en offrant une vitrine aux projets étudiants et en ouvrant des perspectives de carrières dans le domaine.

Au programme

- 2** conférences plénières
- 3** sessions éclairage sur les profils de carrière
- 12** présentations étudiantes
- +** Espaces de réseautage avec l'industrie et démonstrations de dispositifs

La retraite est prévue comme un événement en présentiel.



HORAIRE DE LA JOURNÉE

8 h 30	Arrivée des participants (café, thé, viennoiseries)	
8 h 45	Mot d'ouverture Adrien Peyrache , co-directeur du Réseau québécois de recherche sur le sommeil	Caroline Arbour et Christophe Grova , co-responsables de l'initiative
9 h 00	Conférence plénière par Manuel Schabus, Université de Salzburg	
10 h 00	Session – Profil scientifique dans l'industrie par Jonathan Charest, Idorsia	
10 h 30	Pause santé	
11 h 00	Présentations étudiantes – Mon projet super techno	
12 h 00	Dîner immersif – Teste ton wearable Tables thématiques avec représentants de l'industrie	
13 h 00	Conférence plénière par Tamir Avigdor, École de médecine de Harvard	
13 h 30	Présentations étudiantes – Mon projet super techno	
14 h 30	Pause-café	
15 h 00	Session – Profil scientifique dans l'industrie par Mason Harris, Dreem	
15 h 30	Session – L'avenir des carrières scientifiques en sommeil par Julie Carrier, Université de Montréal	
16 h 00	Mot de clôture par Adrien Peyrache et Nadia Gosselin co-directeurs du Réseau québécois de recherche sur le sommeil	
16 h 30	Bouchées et rafraîchissements	



Le futur de la médecine du sommeil : du laboratoire aux technologies portables

AM : 9 h - 10 h

Présentation en anglais

Manuel Schabus est neuroscientifique et chercheur à l'Université de Salzburg, où il dirige le Laboratoire du sommeil, de la cognition et de la conscience. Il a publié plus de 140 articles internationaux, cumulant plus de 15 000 citations (h-index 55). Ses recherches portent sur la cognition pendant le sommeil, l'insomnie et le développement de la médecine numérique du sommeil. En tant que directeur scientifique et cofondateur de Nukkuaa GmbH, il a traduit ses découvertes scientifiques dans l'application médicale certifiée CE sleep², un « laboratoire du sommeil virtuel à domicile » validé par polysomnographie. En combinant des technologies portables haute précision et la thérapie cognitivo-comportementale pour l'insomnie (TCC-I), ses travaux relient la neuroscience fondamentale à des solutions concrètes pour les patients, les entreprises et les athlètes de haut niveau.



Tamir
Avigdor PhD
École de médecine de Harvard



Cycles de sommeil ultra longs : résultats d'une étude avec EEG sous-cutané

PM : 13h - 13h30

Présentation en anglais

Tamir Avigdor étudie le sommeil et l'épilepsie chez l'humain à l'aide de l'EEG. Il utilise le sommeil comme modèle physiologique et l'épilepsie comme modèle pathologique pour explorer les phénomènes neuronaux oscillatoires. Actuellement postdoctorant au Massachusetts General Hospital sous la direction des professeurs Sydney Cash et Rina Zelman (2025–présent), il a auparavant été chercheur invité au Danemark avec le professeur Sandor Beniczky (2024–2025), se concentrant sur l'EEG sous-cutané et les propriétés gamma des décharges épileptiques. Il a obtenu son doctorat avec les professeurs Frauscher et Grova à l'Université McGill et partiellement à l'Université Duke (2019–2025), étudiant l'activité haute fréquence en physiologie et en pathologie.



SESSION ÉCLAIRAGE SUR LES PROFILS DE CARRIÈRE

Profil scientifique dans l'industrie

Jonathan Charest, Idorsia

AM : 10 h - 10 h 30

Jonathan Charest est consultant scientifique chez Idorsia, entreprise biopharmaceutique spécialisée dans l'insomnie. Il possède une expertise clinique et en recherche sur le sommeil et la performance humaine.

Mason Harris, Dreem

PM : 15 h - 15 h 30

Mason Harris est technologue du sommeil certifié. Il est gestionnaire de projet chez Dreem, entreprise biotechnologique spécialisée dans le sommeil, où il développe et supervise des solutions innovantes pour mesurer et améliorer la qualité du sommeil.

L'avenir des carrières scientifiques en sommeil

Julie Carrier, Université de Montréal

PM : 15 h 30 - 16 h

Julie Carrier est vice-rectrice adjointe aux études supérieures et postdoctorales à l'Université de Montréal. Spécialiste du sommeil reconnue à l'international, elle étudie comment le vieillissement influence les rythmes circadiens et la régulation du sommeil.



Présentations étudiantes
**MON PROJET
SUPER TECHNO**

AM

11 h 00	Samuel O'Brien Gillman U. Concordia	Faisabilité et acceptabilité de l'utilisation d'un bandeau mesurant l'activité cérébrale à domicile pour surveiller le sommeil chez les personnes âgées souffrant d'insomnie, avec ou sans déclin cognitif subjectif
11 h 10	Lylou Guilloton U. Concordia	Améliorer la santé du sommeil chez les personnes âgées : étude pilote de thérapie cognitivo-comportementale en ligne pour l'insomnie avec capteurs de sommeil vs journaux de sommeil
11 h 20	Anthony Levasseur U. Montréal	Écosystème du fascia : une avancée en ingénierie et recherche sur le sommeil
11 h 30	Edouard Delaire U. Concordia	Mesurer la réponse hémodynamique aux crises à l'aide de la spectroscopie proche infrarouge
11 h 40	Noor Abbas U. Toronto	Suivi des rêves et du sommeil avec des objets connectés : lien social pendant le jeûne du Ramadan
11 h 50	Mathis Laidi U. Montréal	Susceptibilité génétique à la maladie d'Alzheimer et variabilité du sommeil chez les personnes âgées sans démence selon le profil amyloïde

PM

13 h 30	Anne Calvel U. Concordia	Un dispositif portable de stimulation cérébrale en boucle fermée pour la modulation en temps réel des oscillations du sommeil : le Portiloop
13 h 40	Catherine Leclerc U. Montréal	Amnésie post-traumatique : rôle du sommeil et de l'environnement sensoriel
13 h 50	Maeva Laquitaine U. McGill	Impact des pointes épileptiques transitoires sur le couplage entre fuseaux de sommeil et ondes lentes pendant le sommeil NREM : aperçu à partir de l'EEG intracrânien (iEEG)
14 h 00	Mathilde Reyt U. Concordia	Thérapie cognitivo-comportementale numérique pour l'insomnie et l'anxiété chez les personnes âgées : faisabilité et efficacité du programme eSPACE
14 h 10	Xavier Michaud U. Montréal	Rôle de l'architecture du sommeil dans la récupération opérationnelle lors d'un entraînement militaire hivernal en environnement subarctique
14 h 20	Lucas Demey U. McGill	Concordance entre mesures du sommeil et respiratoires du <i>Sleep Image Ring</i> et polysomnographie complète simultanée



Comité organisateur

- Caroline Arbour, Université de Montréal
- Christophe Grova, Université Concordia
- Adrien Peyrache, Université McGill
- Florence Lambert-Beaudet, Réseau sommeil

Groupe consultatif

- Emily Coffey, Université Concordia
- Véronique Daneault, Université de Montréal
- Thanh Dang-Vu, Université Concordia
- Nadia Gosselin, Université de Montréal
- Christophe Moderie, Université de Stanford

Informations pour les participants

Lieu et adresse

Institut universitaire de gériatrie de Montréal (IUGM)
4545, chemin Queen-Mary
Montréal (Québec) H3W 1W5

Lien Google Maps

➤ <https://maps.app.goo.gl/Gc4vdysk3xrQDdkq8>

Salle de l'événement

Amphithéâtre de l'IUGM

Directions vers le bâtiment

- L'entrée principale se trouve sur le chemin Queen-Mary, à proximité de l'avenue Decelles.
- À partir du hall d'accueil, suivez l'affichage vers l'Amphithéâtre qui est situé au rez-de-chaussée, à proximité des salles de conférence.

Stations de métro les plus proches

- Côte-des-Neiges (voir Google Maps)
- Snowdon (voir Google Maps)

Stationnements à proximité

- Utiliser le stationnement de l'Oratoire Saint-Joseph.
- Le tarif est de 5 \$/jour, payable directement à l'entrée du stationnement.



Pour vous inscrire à la mini-retraite :
reseausommeil.ca/events/mini-retraite-technologies-portables-2025

Le Réseau québécois de recherche
sur le sommeil est soutenu financièrement
par le Fonds de recherche du Québec – Santé.

