

CONFÉRENCE “LA SANTÉ EN QUESTIONS :

LE SOMMEIL ET LA SANTÉ” ÉVALUATION DE LA CONFÉRENCE



OBJECTIF

Eclairer le public grâce à des expertises reconnues sur le sujet du sommeil.

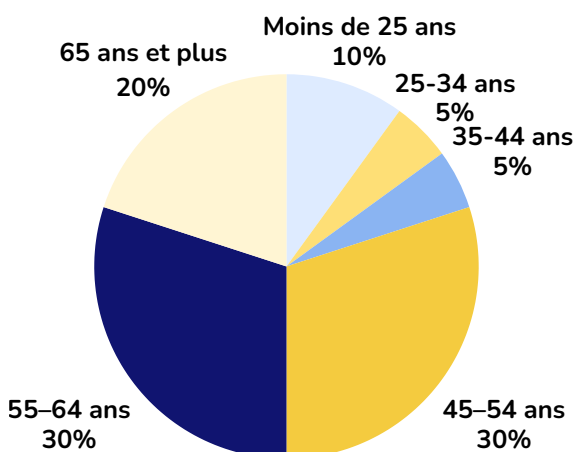
18

répondants en présentiel

2

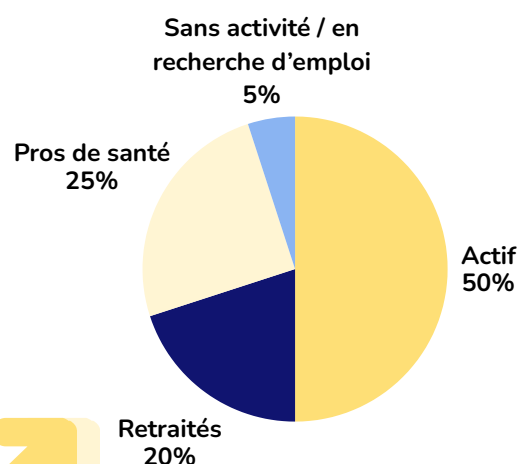
répondants en replay sur Youtube

1. PROFIL



65%
de femmes

35%
d'hommes



2. SATISFACTION

Êtes-vous satisfait(e) de cette conférence ?

75% Très bien
25% Bien

Le contenu présenté était-il clair ?

85% Très bien
15% Bien

Le format (temps d'exposé + échanges) vous a-t-il convenu ?

70% Très bien
30% Oui

100%

de satisfaction générale

INTERVENTIONS DES EXPERTS

85% Très bien

15% Bien

0% Moyennement

0% Peu

ECHANGES AVEC LE PUBLIC

45% Très bien

50% Bien

5% Moyennement

0% Peu

CONFÉRENCE “LA SANTÉ EN QUESTIONS :

LE SOMMEIL ET LA SANTÉ”

ÉVALUATION DE LA CONFÉRENCE (SUITE)

3. CONNAISSANCE



Avant cette journée, 5 personnes sur 10 (55%) déclaraient connaître moyennement ou un peu le sujet. Les 5 autres déclaraient connaître bien voir très bien le sujet.

Cette conférence a permis d'approfondir certaines thématiques :



85%

ont identifié des points clés ou des conseils pratiques utiles



40%

comprennent mieux le sujet



20%

savent désormais où trouver des informations fiables concernant le sujet

4. CAPACITÉ

Après cette journée, les participants déclarent être davantage en capacité de :

95%

En parler à votre entourage ou à vos proches

70%

Changer certaines habitudes si nécessaire

5. INTENTION

90%

Souhaitent mettre en place une ou plusieurs actions concrètes

Suite à cette journée, les participants ont eu la possibilité de se positionner sur une intention pour favoriser / améliorer leur sommeil :

- « Réduire l'usage du téléphone et des écrans le soir »
- « Ne plus regarder l'heure pendant les réveils nocturnes »
- « Mettre en place une routine de sommeil plus régulière »
- « Modifier ses habitudes avant le coucher pour favoriser l'endormissement »

6. PAROLES DES PARTICIPANTS

« Le son du micro était parfois de faible qualité »

« Plus de temps pour les échanges avec le public. »

« Cela apporte des réponses concrètes »

« Communiquer sur les conférences par mail ou sms »

Sujets suggérés pour les prochaines conférences : le nutriscore et savoir décrypter les étiquettes, le TSA féminin, la santé mentale des adolescents, l'alimentation pour rester en bonne santé...

Retrouvez plus d'informations sur le CTS ici

