



Recrutement étude APhysOH

Vous présentez une plainte concernant votre sommeil, que vous aimeriez améliorer, et vous consommez quotidiennement de l'alcool ?

1 QUI ?

Hommes / femmes âgé.e.s de 18 à 65 ans.



2 QUOI ?

Évaluations : sommeil, trouble de l'usage d'alcool, capacité physique, motivation, santé mentale, qualité de vie ...

Pour 75 % des participants :

3 séances d'**activité physique adaptée** hebdomadaires pendant 3 mois.

3 OÙ ?

CHU de Besançon,
site de l'hôpital Saint-Jacques,
service d'addictologie.



Contact

aphysoh@chu-besancon.fr

