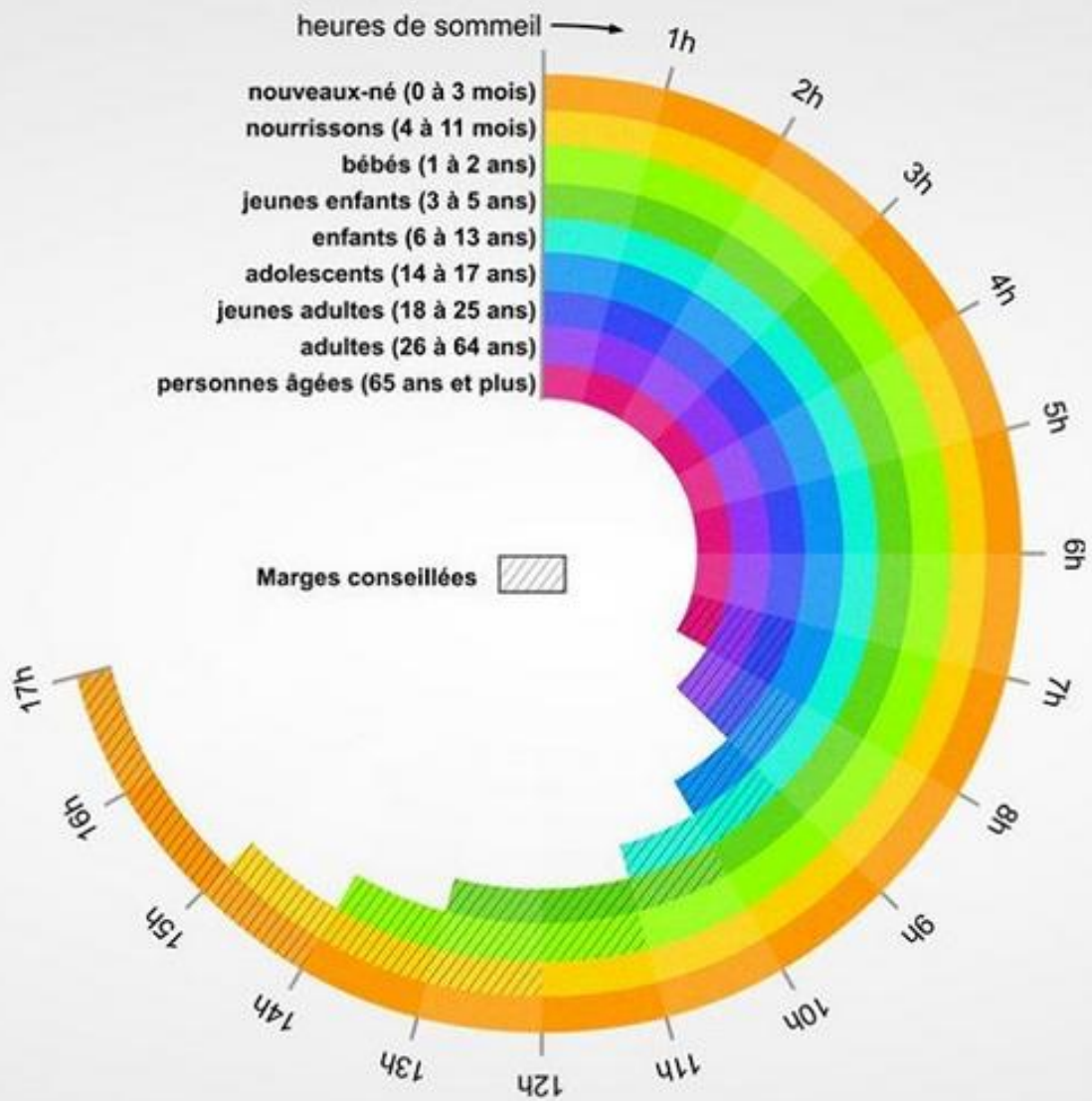


A chacun son temps de sommeil

Nombre d'heures de sommeil conseillées par tranches d'âge pour 24h



Source : National Sleep Foundation