

les minipommes

Sophie Schwartz  
Trina Constantinescu

illustré par  
Aurélien Débat

# LE LABORATOIRE DU SOMMEIL





# LE LABORATOIRE DU SOMMEIL



Après avoir fait les Arts  
décoratifs de Strasbourg,

**Aurélien Débat**

décide de travailler pour l'édition et la  
presse jeunesse. Il collabore aujourd'hui  
avec Milan, Actes Sud Junior, Bayard...

Il a déjà illustré la Minipomme  
*Découvrir la vie extraterrestre.*

Neurologue, grande rêveuse  
et petite dormeuse,

**Irina Constantinescu**

rédige une thèse sur le sommeil au  
département de Neurosciences de  
l'Université de Genève sous la direction  
de Sophie Schwartz.



**Sophie Schwartz**

étudie le fonctionnement  
du cerveau humain.

Ses recherches portent  
sur la relation entre le  
sommeil, la mémoire  
et les rêves.

Elle s'intéresse aussi  
aux liens entre science  
et art.

**Ramadan** ◦ **Yann** ◦ **Inès** ◦ **Chloé** ◦ **Anis** ◦ **Farha** ◦ **Enza** ◦ **Mamaye** ◦  
**Rayan** ◦ **Riad** ◦ **Sarah** ◦ **Nacer** ◦ **Siga** ◦ **Cyril** ◦ **Chérine** ◦ **Foulémata** ◦  
**Nasser** ◦ **Kevin** ◦ **Linsay** ◦ **Sofiane** ◦ **Rico** ◦ **Abdollah** ◦ **Yasmine** ◦  
**Julian** ◦ **Jovan** ◦ **Bastien** ◦ **Thessa**

Conception graphique et mise en pages : Isabelle Dumontaux

Relecture : Valérie Gautheron

© Le Pommier 2009

ISBN : 978-2-7465-0837-8

239, rue Saint-Jacques

75005 Paris

[www.editions-lepommier.fr](http://www.editions-lepommier.fr)

Numérisé par Publiblog  
Avec le soutien du



[www.centre-national-du-livre.fr](http://www.centre-national-du-livre.fr)

# LE LABORATOIRE DU SOMMEIL

il était une 🍏



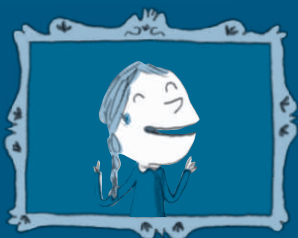
Les définitions des mots en **gras** se trouvent dans les encadrés ou dans le lexique (pages 51-53).

# PERSONNAGES



**Vincent**

Le plus timide et émotif  
de tous



**Suzanne**

Petite, espiègle et rieuse



**Philomène**

À la fois rêveuse et curieuse...



**Elsa**

Émerveillée par tout



**Mirabilis**

La grande professeuse  
du sommeil



**Victor**

Rapide, réfléchi, il veut  
tout comprendre!



**Olivier**

Le plus énergique des six



**Lundi, fin du mois de mai.** Dans le parc, les vieux châtaigniers sont encore en fleur et les six inséparables amis ont rendez-vous: le grand Victor, Vincent et Olivier, les deux frères, Suzanne, Philomène et Elsa, les trois cousines. C'est un jour spécial car, aujourd'hui, ils ne vont pas à l'école, mais vont visiter la grande maison où « on étudie le sommeil ». C'est là que travaillent la fameuse professeure Mirabilis et ses assistants. C'est là aussi que le professeur Zélig, collègue de Mirabilis, vient parfois pour étudier les rêves. Il est très facile de reconnaître les deux professeurs, car Zélig circule toujours sur un vélo

rouge et Mirabilis porte d'énormes lunettes en forme d'ailes de papillon qui glissent constamment sur son nez.

La professeure Mirabilis fait des recherches sur le sommeil. Elle est réputée dans toute la ville... car tout le monde aime avoir un bon sommeil! Les parents des six amis la connaissent bien, car ils participent régulièrement aux séances scientifiques organisées par la professeure et ses collaborateurs dans la spacieuse bibliothèque du laboratoire.





# SOMMAIRE

**Il était une pomme.....3**

Y a-t-il une horloge dans notre cerveau?.....7

Pourquoi, quand on est fatigué, on dort? ... 14

comment étudier le sommeil?..... 19

À chacun son sommeil..... 27

Pourquoi c'est tellement important  
d'avoir un bon sommeil?..... 34

**Quelques infos en compote..... 43**

À toi de jouer .....44

Qu'est-ce exactement...

qu'un laboratoire du sommeil? ..... 49

Lexique ..... 51

Références .....54

Le coin des grands ..... 56

Index.....59

