

## **Non, la lumière bleue n'est pas responsable de vos insomnies**

Titre(s): Non, la lumière bleue n'est pas responsable de vos insomnies [[périodique] ] / Antoine Beau

Ensemble : Express (L') 3877

Autre(s) auteur(s) : Beau, Antoine

Editeur, producteur : 23/10/25

Description matérielle : pp.62-63

ISSN : 0014-5270

Note sur la description matérielle : 2

Résumé ou extrait : Pendant longtemps, les scientifiques ont pensé qu'il fallait éviter l'éclairage du téléphone avant d'aller au lit. Ce n'est plus le consensus.

Sujet - Nom commun : Insomnie  
Lumière bleue