

GRAND CONSEIL NEUCHÂTELOIS – INTERPELLATION

À compléter par le secrétariat général du Grand Conseil lors de la réception du document déposé

Département(s)	DSJS	Date	28 septembre 2026
Numéro	26.176	Heure	11h11

Auteur-e(-s) : Patrick Erard

Lié à (facultatif) :
ad

Titre : Politique du sommeil, il est temps de se réveiller

Contenu (questions posées au Conseil d'État) :

Nous remercions le Conseil d'État de répondre à ces interrogations :

- Comment apprécie-t-il l'état actuel de la qualité du sommeil de la population ?
- Quelles démarches les autorités cantonales entreprennent-elles d'ores et déjà pour promouvoir un sommeil de qualité ? Les juge-t-il adéquates ?
- Précisément, de quels outils dispose la santé scolaire ([RSN 410.860.14](#)) pour promouvoir un sommeil de qualité auprès des enfants et adolescent-e-s, de plus en plus soumis à des sollicitations numériques à toute heure, y compris en soirée, voire la nuit ?
- Les pédiatres neuchâtelois-e-s documentent-ils la qualité du sommeil de nos têtes blondes ? Quels en sont les principaux enseignements ?
- Finalement, le Conseil d'État dispose-t-il d'une évaluation des coûts engendrés par un sommeil de mauvaise qualité pour notre canton ?

Développement (commentaire aux questions) :

Selon les données de 2022 de l'Observatoire suisse de la santé (OBSAN), la population du canton de Neuchâtel dort mal ; en moyenne, 43,2% des habitantes et habitants se plaignent de leur sommeil (38,4% en 2017, 34,6% en 2012 ou encore 38,4% en 2007), soit à chaque fois davantage que la moyenne nationale. Ce sont les femmes qui souffrent le plus ; plus d'une sur deux rencontre des difficultés pour s'endormir ou des insomnies (52% selon les données de 2022)¹.

Les troubles du sommeil génèrent des coûts de plus de près de 15 milliards de francs et impactent près de 38% de la population suisse. Le produit intérieur brut (PIB) se contracte quant à lui de 10 milliards de francs. Apnées du sommeil (8,6 milliards), insomnies (4,2 milliards) et le syndrome des jambes sans repos (2,3 milliards) en sont les principaux symptômes. L'impact sur la politique de santé est conséquent. Par exemple, le risque de maladies cardiovasculaires, d'obésité et de diabète de type 2 s'accroissent de 30% à près de 50%. Le risque de démence bondit lui aussi de 34 à 67% ! Dans la vie professionnelle, l'impact est aussi notable avec une diminution des performances et une augmentation de l'absentéisme².

¹[Troubles du sommeil, Obsan](#)

²[Fiche d'information, Réseau sommeil](#)

Demandes spécifiques liées au traitement

Urgence	NON
Développement oral	NON
Réponse orale	NON

Auteur-e ou premier-ère signataire : *prénom, nom* (obligatoire) :

Patrick Erard

Autres signataires (<i>prénom, nom</i>) :	Autres signataires suite (<i>prénom, nom</i>) :	Autres signataires suite (<i>prénom, nom</i>) :
Barbara Blanc	Cloé Dutoit	Monique Erard
Laurence Castillon	Lara Zender	Armin Kapetanovic
Diane Skartsounis	Céline Barrelet	