



CHARTE

RÉSEAU QUÉBÉCOIS DE RECHERCHE SUR LE SOMMEIL

Dernière modification : 15 mars 2025

Approuvée par les membres du Réseau le : 15 mars 2025

Approuvée par le Fonds de recherche du Québec secteur Santé le : date à venir

1. DESCRIPTION DU RÉSEAU

Le Réseau québécois de recherche sur le sommeil s'est développé à partir de l'automne 2022 dans le contexte d'un processus provincial de consultation sur le futur de la recherche en sommeil au Québec. Ce processus a impliqué des personnes et des organisations provenant des milieux de la recherche, du domaine clinique, du travail et des organisations, de la santé publique, ainsi que des partenaires de soins et des citoyens.nes.

Le Réseau québécois de recherche sur le sommeil fait partie des réseaux thématiques financés par les Fonds de recherche du Québec - secteur Santé depuis 2024. Ce réseau a pour mission de propulser la recherche sur le sommeil vers une science hautement innovante et intersectorielle ayant un impact concret sur le bien-être physique, psychologique et social de la population tout au long de la vie. Il regroupe des scientifiques ainsi que des membres des équipes de recherche, médecins, personnel clinique et personnes étudiantes. Il rassemble aussi des partenaires de soins et des organisations ayant un intérêt pour la recherche en sommeil.

1.1. NOM DU RÉSEAU

Français: Réseau québécois de recherche sur le sommeil

Anglais: Quebec Sleep Research Network

Noms abrégés acceptés: Réseau sommeil, Sleep Network

1.2. OBJECTIFS DU RÉSEAU

Le Réseau sommeil vise à faire rayonner le Québec sur la scène provinciale, nationale et internationale par la réalisation de découvertes majeures dans la science du sommeil, des rythmes circadiens et des rêves, résultant de nouvelles collaborations intersectorielles et interinstitutionnelles, de l'obtention de subventions majeures et d'une science ouverte maximisant l'accès aux outils et aux données. Pour y parvenir, le Réseau sommeil a les objectifs généraux suivants :

- Mieux répondre aux enjeux de société grâce à des collaborations entre les équipes de recherche, les partenaires, les utilisateur.trice.s des connaissances et la communauté.
- Stimuler les découvertes scientifiques afin d'approfondir la compréhension des mécanismes du sommeil et de son rôle dans la santé.
- Développer et valider des outils technologiques pour augmenter l'accessibilité au diagnostic et aux traitements des troubles du sommeil et faciliter l'étude de grandes cohortes dans des études écologiques.
- Développer une médecine du sommeil personnalisée rendue possible par l'utilisation de grandes bases de données, de la génétique et des biomarqueurs auprès de la population dans toute sa diversité.
- Consolider et promouvoir une science ouverte via des plateformes (banques de données et de matériel biologique, et plateformes d'analyse) tout en assurant la pérennité, le partage et la sécurité des données ainsi que l'acceptabilité sociale de ces utilisations.

- Former et soutenir une nouvelle génération de scientifiques avec une approche enrichie par l'intersectorialité, les approches partenariales et les principes d'équité, de diversité et d'inclusion (EDI).
- Former des médecins et du personnel de la santé, des services sociaux, de la santé et sécurité du travail et de l'éducation capables de promouvoir l'importance du sommeil, de prévenir et dépister ses troubles et d'intervenir.
- Déployer un plan d'action provincial en mobilisation des connaissances en sommeil pour le grand public, les utilisateur.trice.s de connaissances et les décideur.euse.s.

1.3. DESCRIPTION DE LA THÉMATIQUE

Le Réseau sommeil explore des thématiques scientifiques variées qui couvrent l'ensemble des dimensions du sommeil, depuis la recherche fondamentale jusqu'aux applications cliniques et sociétales. Parmi ces thématiques, les mécanismes et fonctions du sommeil, des rythmes circadiens et des rêves constituent un axe important, visant à comprendre les bases biologiques de ces processus, en intégrant des approches comme la neuroimagerie, l'intelligence artificielle et les modèles computationnels. Ces recherches permettent d'explorer les interactions entre le sommeil, la cognition, les émotions et les rythmes circadiens, tout en identifiant leur rôle dans les pathologies neurologiques et psychiatriques, comme la maladie d'Alzheimer ou la dépression. Les troubles du sommeil, tels que l'insomnie, l'apnée obstructive du sommeil, ou la narcolepsie, représentent un autre axe majeur, visant à caractériser leurs mécanismes physiopathologiques et à développer des outils diagnostiques et des traitements personnalisés en s'appuyant sur des biomarqueurs, la génétique et des technologies innovantes. Une attention particulière est portée aux disparités d'accès aux soins et à la collaboration avec les citoyen.ne.s et patient.e.s pour intégrer leurs expériences dans la recherche, les stratégies d'interventions, et les programmes de prévention. Le lien entre le sommeil et le bien-être physique, psychologique et social est également au cœur des travaux du Réseau, avec des études sur l'impact des habitudes de vie, de la sédentarité, des écrans, ou des environnements de vie sur la qualité du sommeil et la santé globale. Ces thématiques se déclinent aussi à travers des groupes spécifiques, comme les enfants, les adolescent.e.s, les femmes ménopausées ou les travailleur.euse.s soumis à des horaires atypiques, pour développer des stratégies d'interventions et des programmes de prévention adaptés à leurs besoins. Le Réseau vise à assurer la représentativité des populations dans les recherches, et l'intégration des technologies et de l'intelligence artificielle pour maximiser l'utilisation des données et des ressources partagées. Une plateforme dédiée aux outils d'analyse des données favorise l'innovation, tandis que des initiatives en santé et sécurité du travail (SST) explorent les interactions entre le travail et le sommeil et développent des solutions pour améliorer la santé des travailleur.euse.s. Enfin, le Réseau valorise la mobilisation des connaissances par des plans d'action, des formations et des collaborations intersectorielles, contribuant ainsi à positionner le Québec comme un leader mondial en science du sommeil.

2. DIRECTION DU RÉSEAU

2.1. RÔLES ET RESPONSABILITÉS DE LA OU DES PERSONNES DIRECTRICES DU RÉSEAU

La ou les personnes directrices du Réseau sommeil (ci-après nommées « les directeurs ») ont pour rôle principal d'assurer le leadership nécessaire à la vitalité du Réseau ainsi qu'à la pertinence et la qualité

scientifique de ses activités. La direction du Réseau sommeil peut être assurée par une seule personne ou partagée entre plusieurs personnes (codirection). Une personne directrice peut aussi choisir de travailler avec une personne codirectrice qu'elle nomme. Si la direction du Réseau est partagée, une seule personne directrice aura la responsabilité de la gestion financière du Réseau par l'entremise de son établissement gestionnaire.

Les personnes directrices du Réseau sommeil sont responsables des fonctions ci-dessous :

- Administrer le Réseau et mettre en place les structures nécessaires pour une gestion efficace.
- Être imputable des décisions prises, en rendant compte à l'Assemblée des membres.
- Convoquer et présider les comités et les assemblées générales.
- Assurer la transparence des nominations et la participation efficace des membres.
- Soutenir les responsables d'axes, d'initiatives et de plateformes et favoriser la participation active des membres.
- Veiller à la transparence des processus et des décisions, ainsi qu'à la circulation de l'information.
- Élaborer un plan d'action stratégique et assurer le respect des orientations du Réseau.
- Réviser les objectifs et priorités du Réseau.
- Faire respecter la charte du Réseau.
- Favoriser le rayonnement scientifique du Réseau à l'échelle provinciale, nationale et internationale.
- Développer et maintenir les liens avec les partenaires des différents milieux.
- Gérer le budget de manière efficace, équitable et transparente.
- Préparer les rapports requis par le FRQ secteur Santé et la demande de renouvellement du Réseau.
- Collaborer aux activités d'évaluation du programme de réseaux thématiques du FRQ secteur Santé.
- Participer à toute vérification visant à confirmer l'atteinte des objectifs et le respect du budget.

2.2. PROCESSUS DE NOMINATION, DURÉE DU MANDAT ET RENOUELEMENT

La nomination des personnes directrices doit se faire selon le processus suivant :

1. Dans le cas où une personne directrice ne sollicite pas de second mandat ou que celui-ci prend fin, elle devra informer la direction scientifique du FRQ secteur Santé par écrit de son intention de ne pas renouveler son mandat au moins six mois avant la fin de celui-ci.
2. Le processus d'élection est enclenché et la liste des membres réguliers ayant le droit de vote est vérifiée pour s'assurer qu'elle est à jour.
3. Le comité de direction du Réseau sommeil sélectionne les membres du comité de sélection, incluant au moins deux membres du Réseau sommeil qui ne font pas partie du comité de direction.
4. Le comité de sélection lance un appel à candidatures sur le site web et les réseaux sociaux du Réseau sommeil, ainsi que par courriel aux membres du Réseau sommeil, en incluant les critères d'admissibilité et les informations à fournir.
5. Le comité de sélection évalue l'admissibilité des candidatures et informe le comité de direction quant aux candidatures admissibles.

6. Le comité de sélection rencontre les personnes candidates et recommande une ou des personnes candidates (avec un ordre de priorité) au comité de direction.
7. La ou les personnes retenues par le comité de direction sont présentée.s à l'Assemblée des membres. L'assemblée des membres procède à un vote pour approuver la nomination de la personne directrice du Réseau lors d'un changement de direction. Le quorum nécessaire pour ce vote est atteint lorsque la moitié des membres réguliers plus un (50% + 1) se sont prononcés.
8. La recommandation de candidature est envoyée à la direction scientifique du FRQ secteur Santé qui soumet alors le dossier au Conseil d'administration du FRQ pour approbation. La candidature envoyée au FRQ secteur Santé doit inclure le curriculum vitae du candidat ou de la candidate ainsi qu'une lettre officielle du comité de direction du Réseau sommeil, signée par la ou les personnes directrices. Cette lettre, adressée à la direction scientifique du FRQ secteur Santé, doit présenter la recommandation de candidature et décrire le processus de sélection spécifiant que l'Assemblée des membres du Réseau sommeil s'est prononcée en accord avec cette décision.
9. La direction scientifique du FRQ secteur Santé informe ensuite la personne directrice sortante et la nouvelle personne directrice de la décision du Conseil d'administration du FRQ.
10. L'entrée en fonction de la nouvelle personne directrice a lieu dès la réception de l'accord du FRQ secteur Santé.
11. La nouvelle personne directrice devra remplir une déclaration de conflits d'intérêts lors du dépôt de sa candidature. En cas de changement de situation, avant ou suivant son élection, une nouvelle déclaration devra être soumise dans les plus brefs délais.
12. Si le changement de personne directrice implique un changement d'établissement gestionnaire du Réseau, celui-ci se fera selon les règles établies des Règles générales communes du FRQ.

La durée du mandat d'une personne directrice du Réseau sommeil est de quatre (4) ans, renouvelable une fois. Lorsqu'applicable, la durée du mandat d'une personne directrice non gestionnaire du budget ou co-directrice du Réseau sommeil est de trois (3) ans, renouvelable une fois. En cas de co-direction, les personnes directrices du Réseau sommeil ne peuvent être affiliées à la même institution. Afin de faciliter le transfert des responsabilités à la nouvelle personne directrice, la personne directrice sortante, selon ses disponibilités et à la demande de la nouvelle direction, peut demeurer au sein du comité de direction du Réseau pour l'année suivante.

En cas de démission d'une personne directrice avant la fin de son mandat, le comité de direction peut proposer à ses membres une personne pour occuper l'intérim si la partie non écoulée du mandat est de moins de deux (2) ans. Si la période restante du mandat est de plus de deux (2) ans, un processus de nomination formel devra prendre place.

3. STRUCTURE DE GOUVERNANCE

La structure de gouvernance du Réseau sommeil se doit d'être inclusive avec idéalement une parité hommes-femmes et une diversité de stades de carrière, d'origines ethnoculturelles, d'appartenance à la communauté 2SLGBTQ+, de situations d'handicap et d'institutions.

3.1. ASSEMBLÉE DES MEMBRES

Composition :

L'Assemblée des membres est constituée de tous les membres réguliers du Réseau sommeil. Tous les membres du Réseau sommeil, y compris ceux n'ayant pas de droit de vote, peuvent participer à l'Assemblée des membres, mais seuls les membres réguliers ont le droit de vote. Le quorum requis pour la tenue de l'Assemblée des membres est fixé à 30 % des membres réguliers plus 1, et celui nécessaire pour valider les résultats du vote est de 50 % des membres réguliers plus 1.

Rôles et responsabilités (membres réguliers) :

- Contribuer à la vitalité du Réseau;
- Approuver la recommandation de la candidature des directeurs du Réseau;
- Valider les nominations des membres du comité de direction;
- Approuver les grandes orientations et stratégies du Réseau incluant les grandes orientations budgétaires et suggérer les améliorations à apporter;
- Entériner les statuts et les règlements de la charte ainsi que les modifications qui y sont apportées;
- Approuver le rapport de progrès mi-parcours envoyé par le Réseau au FRQ secteur Santé;
- Statuer sur les questions soumises par le comité de direction.

Fonctionnement et processus décisionnel :

Il est attendu que les personnes directrices du Réseau sommeil convoque l'Assemblée des membres une fois par an. L'Assemblée générale est annoncée au moins un mois à l'avance. Il est possible de convoquer des assemblées spéciales à la demande du comité de direction. La convocation d'une assemblée spéciale doit être communiquée aux membres au moins deux semaines à l'avance. L'Assemblée des membres a idéalement lieu en personne, mais peut avoir lieu en format virtuel ou hybride pour faciliter l'accès à un plus grand nombre de membres. La documentation est envoyée par courriel aux membres dans les jours précédents l'Assemblée, lorsque c'est applicable. Les membres peuvent voter électroniquement et les décisions sont prises en fonction de la majorité des votes. Le travail de secrétaire de l'Assemblée générale est assuré par une personne coordonnatrice du Réseau. De façon exceptionnelle, si les deux tiers des membres réguliers l'exigent, une Assemblée des membres extraordinaire peut être convoquée par les membres réguliers eux-mêmes selon les mêmes modalités qu'une assemblée spéciale.

3.2. COMITÉ DE DIRECTION

Composition :

- Les personnes directrices du Réseau;
- Les personnes coordonnatrices du Réseau;
- Deux membres réguliers scientifiques;
- Deux membres réguliers scientifiques qui sont également utilisateur.trice.s de connaissances;
- Un.e professionnel.le de recherche;
- Une personne étudiante;
- Un ou une partenaire de soins.

Nomination, démission ou retrait de participation :

Dans le cas où une personne ne sollicite pas de second mandat ou que celui-ci prend fin, le comité de direction restreint lance un appel à candidatures sur le site web et les réseaux sociaux du Réseau sommeil,

ainsi que par courriel aux membres du Réseau sommeil, en incluant les critères d'admissibilité et les informations à fournir. Les membres du comité de direction évaluent l'admissibilité des candidatures et proposent les candidatures admissibles à l'Assemblée générale des membres qui validera les nominations. La personne retenue est ensuite nommée par les personnes directrices du Réseau. La durée du mandat des membres du comité est de quatre (4) ans, renouvelable une fois, à l'exception d'un membre régulier scientifique et d'un membre régulier scientifique qui est aussi utilisateur.trice.s des connaissances où le mandat est de trois (3) ans, aussi renouvelable une fois. Les personnes coordonnatrices du Réseau n'ont pas de mandat avec une durée fixe. Le comité de direction peut demander la démission ou mettre un terme à la participation d'un membre qu'il estime ne pas avoir agi dans l'intérêt du Réseau, par exemple en compromettant la transparence du fonctionnement du comité, en ne respectant pas ses engagements, ou en adoptant un comportement contraire aux valeurs et objectifs du Réseau. Toute démission d'un membre du comité de direction doit être adressée par écrit aux personnes directrices du Réseau ; le comité de direction doit accepter la démission.

Rôles et responsabilités :

Le comité de direction assure un fonctionnement équitable et transparent du Réseau sommeil. Entre les Assemblées générales annuelles, le comité de direction est l'instance décisionnelle du Réseau. Ce comité a pour rôle de soutenir les directeurs dans :

- L'administration du Réseau;
- L'élaboration des grandes orientations et stratégies prioritaires du Réseau;
- L'évaluation d'atteinte des objectifs;
- L'approbation de la planification budgétaire et le suivi régulier des dépenses dans le but d'utiliser de façon optimale le budget;
- La révision périodique de la charte, au maximum tous les six ans.

Fonctionnement et processus décisionnel :

Les réunions sont convoquées au moins un mois à l'avance, sauf dans le cas de réunions extraordinaires, après consultation auprès des membres pour déterminer la date et l'heure de la réunion. Les réunions peuvent avoir lieu en personne ou en virtuel. Un quorum de 50% + 1 est nécessaire pour la tenue d'une réunion du comité de direction et les décisions sont généralement prises par consensus. Si nécessaire, les décisions sont prises par vote à la majorité simple. En cas d'égalité, la décision est prise par la personne directrice et responsable du budget. Le vote électronique est permis tant que la documentation nécessaire à la prise de décision est envoyée par courriel aux membres du comité de direction préalablement. Si un membre se retrouve en conflit d'intérêts ou en apparence de conflit d'intérêts, il doit en aviser la direction du Réseau et s'engager à ne pas participer au débat ni à influencer les autres membres de ce comité. Les membres du comité de direction s'engagent à être présents à la majorité des rencontres du comité, et ne peuvent être absents à plus de 50 % des réunions par année. Au-delà de ce nombre, les personnes directrices du Réseau rencontrent le membre concerné et se réservent la possibilité de demander son remplacement. Les membres du comité de direction ne peuvent pas se faire remplacer aux réunions, sauf en cas d'absence prolongée (par exemple, congé maladie, congé parental, etc.). Il est recommandé que ce comité se rencontre de trois à six fois par année, ou selon les besoins.

3.3. COMITÉ DE DIRECTION RESTREINT

Composition :

Le comité de direction restreint est composé des personnes directrices et coordonnatrices du Réseau sommeil.

Rôles et responsabilités :

Il a pour but d'assurer une gestion rapide et efficace des activités courantes et de résoudre les questions qui nécessitent des décisions immédiates. En plus des tâches relatives au comité de direction, ce comité est responsable de :

- L'élaboration du calendrier des rencontres avec les différents comités;
- L'élaboration du calendrier des concours de bourses et de subventions;
- La révision des critères d'admissibilité et d'évaluation des concours de bourses et de subventions en collaboration avec les membres du comité scientifique;
- La diffusion de l'information auprès des membres du Réseau;
- Le soutien aux membres pour l'organisation d'événements scientifiques, de réseautage et de mobilisation des connaissances.

Fonctionnement et processus décisionnel :

Ce comité se rencontre généralement chaque semaine sous le format d'une rencontre statutaire. Les décisions sont généralement prises par consensus. Dans l'absence de consensus, la décision est prise lors d'une réunion du comité de direction complet.

3.4. COMITÉ SCIENTIFIQUE

Composition :

- Les responsables de chaque axe, initiative prioritaire et plateforme;
- Deux personnes représentant la relève scientifique;
- Une personne représentant les partenaires de soins;
- Les personnes directrices du Réseau.

Les personnes coordonnatrices du Réseau sommeil peuvent assister aux rencontres du comité scientifique. Elles y disposent d'un droit de parole, mais elles ne détiennent pas de droit de vote.

Nomination, démission ou retrait de participation :

Il incombe à chaque axe, initiative, plateforme et comité de désigner 1 à 3 personnes qui représenteront leur entité au sein du comité scientifique en procédant à un appel à candidatures et à un vote. La durée du mandat des membres du comité est de trois (3) ou quatre (4) ans (c.-à.-d. pour chaque axe, initiative et plateforme, on vise des durées de mandat différentes), renouvelable deux fois. Le comité de direction peut demander la démission ou mettre un terme à la participation d'un membre qu'il juge ne pas avoir agi dans l'intérêt du Réseau. Toute démission d'un membre du comité scientifique doit être adressée par écrit aux personnes directrices du Réseau ; le comité de direction doit accepter la démission.

Rôles et responsabilités :

- S'assurer que les orientations stratégiques sont respectées;
- Favoriser les activités scientifiques et promouvoir les activités du Réseau;
- Évaluer la qualité des nouveaux projets proposés pour l'axe, l'initiative, la plateforme ou le comité;
- Jouer le rôle de consultant.e pour les questions scientifiques;
- Participer à la gestion des concours de bourses et de subventions (p. ex., élaboration des critères d'évaluation, évaluation des demandes, etc.);
- Stimuler les collaborations.

Fonctionnement :

La fréquence des rencontres est établie par le comité restreint après consultation auprès des membres du comité, mais il est recommandé que ce comité se rencontre de trois à six fois par année, ou selon les besoins. Un quorum de 50% + 1 est nécessaire pour la tenue d'une réunion du comité scientifique et les décisions sont généralement prises par consensus. Si nécessaire, les décisions sont prises par vote à la majorité simple. En cas d'égalité, la décision est prise par la personne directrice et responsable du budget. Le vote électronique est permis tant que la documentation nécessaire à la prise de décision est envoyée par courriel aux membres du comité scientifique préalablement. Les membres doivent informer la direction de tout conflit d'intérêts ou d'apparence de conflit d'intérêts avant leur nomination, ainsi qu'en cas de changement de situation et s'engager à ne pas participer au débat ni à influencer les autres membres de ce comité. Les membres du comité scientifique ne peuvent être absents à plus de 50% des réunions par année. Au-delà de ce nombre, le comité scientifique est libre de demander le remplacement de ce membre.

3.5. AUTRES COMITÉS

Des comités ad hoc peuvent être créés pour favoriser l'intégration de certains groupes au sein du Réseau sommeil (p.ex., la relève, les partenaires de soins ou les aviseur.e.s internationaux) ou selon les besoins particuliers. Chaque comité disposant d'une enveloppe budgétaire spécifiquement allouée à ses activités exerce un rôle décisionnel quant à l'utilisation de ces fonds. Il est ainsi responsable de définir l'affectation des ressources financières, tout en veillant à respecter les orientations générales et les objectifs stratégiques établis par le Réseau sommeil. De plus, le comité de direction restreint, en concertation avec les responsables du comité concerné, se réserve le droit de mettre fin à la participation d'un membre si son implication nuit à la mission ou au bon fonctionnement du Réseau sommeil ou du comité en question.

Le comité de la relève ainsi que le comité des partenaires de soins font partie du Réseau sommeil depuis sa création et présentent des rôles ainsi des fonctionnements spécifiques :

Comité de la relève :

Le Comité de la relève est constitué de membres étudiants et est dirigé par deux membres réguliers du Réseau sommeil dont au moins un membre en début de carrière. Ce comité est responsable de l'organisation d'activités (École d'été sur le sommeil, événements, concours, etc.) en fonction des priorités exprimées par les membres étudiants du Réseau sommeil. Il participe également aux différentes initiatives du Réseau sommeil et œuvre à soutenir la représentativité des membres étudiants.

Comité des partenaires de soins :

Le Comité des partenaires de soins du Réseau sommeil est constitué de citoyen.ne.s et de patient.e.s souhaitant s'engager activement dans l'élaboration des projets et mandats en lien avec la mission du Réseau sommeil, ainsi que dans le soutien au développement de collaboration avec les partenaires de soins au sein du Réseau. Il est dirigé par au moins un membre régulier ou membre partenaire du Réseau sommeil qui détient une formation (ou s'engage à être formé) sur ce type de partenariat.

Les membres du comité des partenaires de soins sont sélectionnés par la personne responsable du comité des partenaires de soins, en concertation avec le comité de direction restreint. Les principaux critères de sélection reposent sur une attitude ouverte aux échanges et à la collaboration, ainsi qu'une capacité à prendre du recul par rapport à son expérience personnelle avec la maladie, le cas échéant.

4. MEMBRES

4.1. ADHÉSION ET RENOUVELLEMENT

- L'adhésion au Réseau sommeil est gratuite.
- Pour devenir membre, une personne doit soumettre le formulaire web dûment rempli et satisfaire aux conditions relatives pour la catégorie de membres souhaitée.
- Les demandes d'adhésion et d'abandon du statut de membre sont évaluées par le comité de direction restreint.
- Les membres de l'équipe d'un membre régulier deviennent membres en même temps que leur directeur ou directrice de recherche. Chaque nouveau membre de l'équipe du membre régulier doit faire une demande d'adhésion par écrit (courriel) pour confirmer son engagement, sauf si la personne directrice de recherche a d'emblée mentionné tous les membres de son équipe (en incluant l'information sur leur statut et courriel) dans sa demande électronique.
- L'information au sujet de l'acceptation ou du refus de la candidature se fait par écrit par le ou la coordonnatrice du Réseau auprès de la personne qui en a fait la demande. Les membres acceptés sont automatiquement inscrits aux envois de courriels du Réseau sommeil et peuvent s'en désinscrire à tout moment.
- Le renouvellement du statut de membre du Réseau se fait automatiquement si le membre répond aux critères de son statut et adhère aux privilèges et responsabilités de sa catégorie de membre.
- Le statut de membre peut être retiré en raison d'un manquement avéré dans la conduite responsable en recherche.
- L'absence de toute participation aux activités du Réseau sur une période de 24 mois sans justification sera considérée comme l'abandon du statut de membre.

4.2. CATÉGORIES DE MEMBRES

Le Réseau québécois de recherche sur le sommeil comprend quatre (4) catégories de membres :

- Membre régulier
- Membre partenaire
- Membre étudiant.e
- Membre honoraire

Membre régulier :

Un membre régulier est un.e chercheur.se ou clinicien.ne-chercheur.se selon la définition des statuts 1 à 4.b du FRQ secteur Santé¹, impliqué.e.s dans la recherche sur le sommeil, les rythmes circadiens ou les rêves. Ce membre a fait une demande d'adhésion au Réseau.

Membre partenaire :

Un membre partenaire désigne toute personne qui ne possède pas le statut de chercheur.se ou qui correspond aux catégories 4.c, 4.d ou 4.e de chercheur.se, telles que définies par les règles du FRQ secteur Santé. Le membre partenaire possède une expertise ou des connaissances expérientielles directement liées au sommeil, aux rythmes circadiens ou aux rêves. Le Réseau sommeil comprend trois catégories de membre partenaire : personnel de recherche, utilisateur.trice de connaissances et partenaires de soins.

Un membre partenaire – personnel de recherche est un membre qui participe à la recherche sur le sommeil, les rythmes circadiens ou les rêves. Ce membre n'a pas le profil d'un chercheur autonome, mais est affilié à un établissement reconnu par le FRQ secteur Santé et travaille dans l'équipe d'un membre régulier.

Un membre partenaire utilisateur.trice de connaissances est un membre qui a une expertise sur le sommeil, les rythmes circadiens ou les rêves qu'il met à profit pour améliorer la santé et le bien-être de la population au Québec. Il peut s'agir, par exemple, d'une personne psychologue, infirmière, gestionnaire, médecin etc.

Un membre partenaire de soins est une personne qui a un intérêt spécifique pour la recherche en sommeil, les rythmes circadiens ou les rêves ou un intérêt à améliorer ceux-ci auprès de la population. Ce membre participe activement à l'organisation ou la réalisation des activités du Réseau sommeil.

Membre étudiant.e :

Un membre étudiant.e est une personne inscrite à un programme de formation collégiale ou de 1^{er} cycle universitaire, avec un intérêt clair pour le sommeil, les rythmes circadiens ou les rêves. Ce membre peut aussi être un.e étudiant.e au 2^e ou 3^e cycle universitaire ou un.e stagiaire aux études postdoctorales. Cette personne doit être impliquée dans des activités de recherche dirigées par un membre régulier du Réseau. Ces membres étudiant.e.s ne sont plus considéré.e.s comme membres dès qu'ils cessent d'être supervisé.e.s par un membre régulier du Réseau sommeil. Tous les membres étudiant.e.s doivent être inscrits dans un établissement d'éducation québécois.

Membre honoraire :

Un membre honoraire est un titre honorifique attribué par le comité de direction du Réseau sommeil à une personne reconnue pour sa contribution exceptionnelle dans la science du sommeil, de rythmes circadiens et des rêves ou pour les services importants rendus au Réseau. Ce membre peut être proposé par le comité de direction du Réseau ou par un groupe d'au moins trois membres réguliers du Réseau. Le membre honoraire est désigné en Assemblée générale du Réseau.

¹ Voir « Règles générales communes des Fonds de recherche du Québec »
<https://frq.gouv.qc.ca/regles-generales-communes/>

4.3. PRIVILÈGES ET RESPONSABILITÉS DES MEMBRES

Membre régulier

Privilèges :

- Participer à l'Assemblée des membres du Réseau;
- Avoir le droit de vote aux élections, aux réunions et à l'Assemblée générale des membres;
- Être admissible à tous les postes électifs et non électifs du Réseau;
- Pouvoir soumettre des demandes de financement aux concours du Réseau;
- Être invité.e à soumettre des communications au congrès annuel du Réseau et y participer;
- Recevoir toutes les communications du Réseau;
- Être répertorié sur le site web du Réseau;
- S'inscrire dans un axe principal et pouvoir aussi s'inscrire dans d'autres axes secondaires;
- Pouvoir retirer à tout moment son adhésion au Réseau. Ce faisant, il se retire aussi du/des projets qu'il poursuivait dans le cadre du Réseau;
- Pouvoir changer de catégories de membres.

Responsabilités :

- S'impliquer activement dans la réalisation des projets communs : outils communs, de recherche, projets pilotes, études de faisabilité, projets structurants, etc.;
- Participer à la préparation des demandes de subventions, de renouvellement du Réseau et de partenariat;
- Soutenir les activités scientifiques et promotionnelles (recrutement de nouveaux membres, affichages des annonces, partage des informations dans les réseaux sociaux, etc.) du Réseau;
- Participer aux réunions et à l'Assemblée générale;
- Fournir au Réseau les informations nécessaires pour la mise à jour des publications et des subventions obtenues ainsi qu'à la rédaction des rapports financiers et de progrès scientifiques.
- Les membres doivent s'engager à respecter la Politique sur la conduite responsable en recherche des Fonds de recherche du Québec.
- Les membres doivent s'engager à reconnaître la contribution du Réseau lors de toutes formes de publications et autres, s'ils ont obtenu des fonds du Réseau.

Membre partenaire

Privilèges :

- Être invité.e à l'Assemblée générale des membres du Réseau et pouvant faire partie de comités;
 - Avoir le droit de vote dans le comité dont il.elle fait partie, mais ne pas avoir le droit de vote aux élections et à l'Assemblée générale;
 - Soumettre des demandes de financement à certains concours du Réseau lorsqu'il.elle est accompagné.e d'un membre régulier;
 - Être invité.e à soumettre des communications au congrès annuel du Réseau et y participer;
 - Être admissible à certains postes électifs et tous les postes non électifs du Réseau que son statut en recherche lui permet;
 - Recevoir toutes les communications du Réseau;
-

- Être répertorié.e sur le site web du Réseau;
- Pouvoir retirer à tout moment son adhésion au Réseau;
- Pouvoir changer de catégories de membres s'il.elle remplit les conditions.

Responsabilités :

- S'impliquer activement dans la réalisation des projets du Réseau.

Membre étudiant.e

Privilèges :

- Être invité.e à l'Assemblée générale des membres du Réseau et peut faire partie de comités;
- Avoir le droit de vote dans le comité dont il.elle fait partie, mais ne pas avoir pas le droit de vote aux élections et à l'Assemblée générale;
- Pouvoir soumettre des demandes de bourses ou de financement à certains concours du Réseau lorsqu'il.elle est accompagné.e d'un membre régulier;
- Être invité.e à soumettre des communications au congrès annuel du Réseau et y participer;
- Être admissible à certains postes électifs et tous les postes non électifs du Réseau que son statut en recherche lui permet;
- Recevoir toutes les communications du Réseau;
- Être répertorié.e sur le site web du Réseau;
- Pouvoir retirer à tout moment son adhésion au Réseau.
- Pouvoir changer de catégories de membres s'il.elle remplit les conditions.

Responsabilités :

- S'impliquer activement dans la réalisation des projets du Réseau;
- Mettre ses informations d'admissibilité à jour lorsque demandé par le Réseau pour maintenir son statut de membre.
- Respecter la Politique sur la conduite responsable en recherche.

Membre honoraire

Les privilèges et responsabilités du membre honoraire :

- Recevoir toutes les communications du Réseau;
- Être invité.e à l'Assemblée générale des membres du Réseau et peut faire partie de comités.
- Ne pas nécessairement participer aux activités régulières du Réseau, mais pouvant être sollicité.e par le Réseau pour certaines activités.

5. STRUCTURE SCIENTIFIQUE

5.1. AXES DU RÉSEAU

Description des thématiques :

Une démarche de réflexion stratégique participative a permis au Réseau sommeil d'identifier collectivement trois axes thématiques qui définissent la science du sommeil, des rythmes et des rêves, de la recherche fondamentale jusqu'à la recherche clinique, sociétale et la recherche-action.

- Axe 1 : Mécanismes et fonctions
- Axe 2 : Troubles du sommeil et des rythmes
- Axe 3 : Sommeil et bien-être

Ces axes regroupent des membres interdisciplinaires et les activités scientifiques du Réseau sont développées en considérant les thématiques de tous les axes.

L'Axe 1 – Mécanismes et fonctions - vise à comprendre les mécanismes qui régulent les différents états de conscience (veille, sommeil lent, sommeil paradoxal, rêves lucides, coma) et leur lien avec les rythmes circadiens, la cognition, la mémoire, les émotions et la physiologie. Il vise aussi à caractériser les conséquences sur la santé du mauvais fonctionnement des circuits cérébraux qui sous-tendent ces états. Cet axe favorise les interactions entre la recherche fondamentale, la recherche clinique et la prévention en santé pour en maximiser les impacts, et vise à intégrer l'IA dans la recherche sur le sommeil et les rythmes pour l'analyse de données de masse.

L'Axe 2 – Troubles du sommeil et des rythmes - vise à mieux caractériser la physiopathologie des troubles du sommeil et des rythmes en intégrant les approches les plus novatrices de la recherche clinique et translationnelle, de la génétique, de la biologie moléculaire, des biomarqueurs, de la polysomnographie, de la neuroimagerie, de l'IA et de l'épidémiologie. Il vise à développer et à valider de nouveaux outils et de nouvelles interventions pour mieux diagnostiquer, traiter et prendre en charge les troubles du sommeil. Cet axe documente et identifie les facteurs contribuant aux iniquités dans l'accès au diagnostic et au traitement, pour intervenir avec des actions ciblées. Il vise à comprendre le vécu des patient.e.s et à utiliser ce savoir expérientiel pour définir les priorités de recherche. Enfin, cet axe vise à mieux saisir la perception des troubles du sommeil dans différentes cultures.

L'Axe 3 – Sommeil et bien-être - vise à générer et à diffuser des données probantes pour : identifier les facteurs biologiques, psychologiques, environnementaux et socioculturels façonnant les habitudes de sommeil des individus au Québec, Canada et dans le monde; et quantifier les impacts d'un mauvais sommeil et de mauvaises habitudes circadiennes sur les individus, les organisations et la société. Cet axe a comme priorité la promotion de bonnes habitudes de sommeil et le développement d'interventions pour améliorer le sommeil et conséquemment, la santé globale de la population.

La composition ainsi que l'organisation des axes sont appelées à évoluer avec le temps, en fonction orientations du Réseau. Tout membre régulier peut proposer la création d'un axe au comité de direction.

Rôles et responsabilités :

Les axes permettent de :

- Définir des thématiques prioritaires ;
- Développer des projets structurants;
- Faciliter les échanges et le transfert de l'information entre les membres;
- Favoriser le réseautage;
- Mettre en place des ressources communes;

- Développer des partenariats stratégiques.

Fonctionnement :

- Chaque axe est dirigé par un à trois membres réguliers du Réseau identifiés par les membres de l'axe. Leur mandat est de trois (3) ou quatre (4) ans, renouvelable deux fois (voir section 3.4).
- Les responsables de l'axe peuvent convoquer des réunions extraordinaires chaque fois que cela est nécessaire.

5.2. INITIATIVES PRIORITAIRES ET PLATEFORMES

Description :

Le processus de consultation a permis d'identifier des axes transversaux qui visent à créer des ponts entre les axes de recherche pour accélérer les découvertes et maximiser leurs impacts. Ces priorités sont :

- L'équité, la diversité et l'inclusion (EDI);
- La santé et sécurité du travail (SST);
- Le développement des approches technologiques et de l'intelligence artificielle (IA);
- Le développement des banques et des biobanques;
- Le développement de plateformes d'analyse;
- La mobilisation des connaissances.

Ces initiatives prioritaires et ces plateformes font intervenir des expertises des trois axes et ont le potentiel de mener à des innovations scientifiques et sociétales dans ces trois axes. Tout comme pour les axes, ils sont appelés à évoluer avec le temps, en fonction des besoins exprimés par les membres et les partenaires du Réseau sommeil.

Rôles :

- Oriente les efforts du Réseau (stratégies de financement, activités scientifiques, partenariats) dans le but d'améliorer la qualité de la science, le soutien aux membres et les retombées de la recherche;

Fonctionnement :

- Chaque initiative ou plateforme est dirigée par un à trois membres réguliers du Réseau identifiés par les membres de l'axe. Leur mandat est de trois (3) ou quatre (4) ans, renouvelable deux fois (voir section 3.4).
- Les responsables des priorités peuvent convoquer des réunions extraordinaires chaque fois que cela est nécessaire.
- Les responsables de l'axe peuvent convoquer des réunions extraordinaires chaque fois que cela est nécessaire.
- Tout membre régulier peut proposer l'ajout d'une initiative prioritaire ou d'une plateforme au comité de direction.
- Le comité de direction peut retirer une initiative prioritaire ou une plateforme lorsque celle-ci ne correspond plus aux besoins des membres ou n'est pas jugée efficace.

5.3. ACTIVITÉS SCIENTIFIQUES

- Le Réseau sommeil offre des subventions pour des projets pilotes et de projets de mobilisation des connaissances proposés par ses membres. Certains concours ont des priorités (p. ex. pour des thématiques spécifiques, pour la relève, pour des projets collaboratifs. Des subventions et des bourses peuvent être offertes en partenariat.
- Afin de valoriser les différents profils de carrière, des bourses de voyage et de mobilité sont offertes au personnel de recherche, en plus des membres étudiant.e.s, pour participer à des congrès.
- Le Réseau développe un programme de formation et de réseautage (p. ex., école d'été, webinaires cliniques, journées scientifiques, activités de mentorat).
- Le Réseau collabore avec des partenaires pour des projets de mobilisation des connaissances.

6. RÈGLES DE FINANCEMENT

Les ressources financières du Réseau sont réparties en fonction des dépenses admissibles par le FRQ dans le cadre des réseaux thématiques.

Les prévisions budgétaires de l'administration et de la coordination générale du Réseau sommeil sont faites par le comité de direction restreint.

Les responsables des initiatives prioritaires et des plateformes ou toute autre entité du Réseau sommeil participent aux décisions concernant la meilleure façon d'utiliser le budget pour leur initiative ou plateforme. Lorsque possible, une attribution des fonds sous forme de concours (concours de bourses ou de subventions) est privilégiée.

La personne qui coordonne les finances a la responsabilité de réunir toutes les propositions dans un projet global de ventilation budgétaire et le présenter à la direction du Réseau sommeil.

Les prévisions budgétaires finales du Réseau sommeil sont faites par les personnes directrices du Réseau qui les présentent au comité de direction. Le comité de direction examine les prévisions budgétaires présentées, fait des modifications nécessaires et l'adopte. Si nécessaire, un comité ad hoc de l'étude du budget peut être mis en place par le comité de direction pour examiner le budget afin de lui faire des propositions. Une fois qu'il est adopté par le comité de direction, le budget global pour l'année à venir doit être entériné par un vote des membres réguliers lors de l'Assemblée générale.

L'allocation des fonds pour les différents projets est faite par le comité de direction après un processus d'évaluation par les pairs selon des critères de sélection préétablis. Tout conflit d'intérêts potentiel ou réel doit être déclaré et évité.

Les versements de fonds FRQ sont faits par entente de transfert de fonds à des établissements gestionnaires autorisés par le FRQ dont le responsable du service des finances s'engage à respecter les règles du FRQ. Si l'octroi est destiné à une personne étudiante, un membre partenaire personnel de recherche ou tout autre membre qui ne peut gérer des fonds FRQ, celui-ci doit être accompagné d'un membre régulier de statuts 1 à 3 en recherche. Dans le cas de fonds partenaires pour des initiatives précises, les versements par entente de transfert de fonds pourront être accordés à des établissements québécois autres que ceux autorisés par

le FRQ tel des OBNL (IRSST, CTREQ, etc.). Dans de tels cas, le responsable du service des finances de ces établissements s'engage à respecter les règles établies pour l'initiative financée.

Tout membre du Réseau dont le projet a été financé doit cosigner le rapport financier (FRQnet ou rapport PDF/papier, selon la source de financement) avec le responsable des finances de son institution à la fin de chaque année financière. Ce rapport est acheminé à la personne coordonnatrice des finances du Réseau sommeil. Un rapport scientifique doit être envoyé à la personne coordonnatrice dans l'année qui suit la fin du financement selon les règles stipulées dans la lettre d'octroi.

Les fonds des octrois non utilisés (abandon du projet, etc.) doivent être récupérés et redistribués en fonction des priorités établies par le comité de direction.

7. RÉOLUTION DES CONFLITS

Tout conflit de travail impliquant une personne contractuelle du Réseau sommeil sera d'abord arbitré par les ressources humaines de l'établissement gestionnaire des fonds octroyés.

Tout conflit entre les membres du Réseau au sujet d'une question de financement sera arbitré par le comité de direction restreint.

Toute décision du comité de direction est annoncée clairement aux membres et ne rentre en vigueur qu'un mois après l'annonce. Tout membre peut contester les décisions du comité de direction dans un délai d'un mois après l'annonce. Toute plainte est adressée au comité de direction. Dans tous les cas, le ou la plaignante est invité.e à une réunion du comité. Le point est alors inscrit à l'ordre du jour. En cas de contestation d'une décision du comité de direction par 50% + 1 des membres réguliers dans les délais prescrits, cette décision est abandonnée.

Toute situation pouvant menacer la bonne marche des activités du Réseau sommeil est examinée dans les meilleurs délais par le comité de direction qui prend les dispositions appropriées.

Dans le cas d'un conflit impliquant directement les personnes directrices du Réseau sommeil, le membre ou la personne lésée peut s'adresser à la direction des programmes du FRQ secteur Santé.