



Gesunder Schlaf und Schlafstörungen

Vortrag von Prof. Dr. Richard Mahlberg,
Experte für Schlafmedizin

am Freitag, 8. November 2013
um 14.00 Uhr

Eintritt frei

Herr Prof. Mahlberg informiert in seinem Vortrag über guten Schlaf, darüber welche Ursachen es für Schlafstörungen gibt, wie sie behandelt werden können und was man selbst für gesunden Schlaf tun kann.

Veranstaltungsort:
Seniorentreff Bleiweiß,
Clubraum

Anmeldung bitte bei
Petra Fontana, Tel. 0911-9444545
Seniorennetzwerk Südstadt Ost
E-Mail: seniorennetz@vij-nuernberg.de