



Schlafglück

Thementage „Bett und Schlaf“

mit Fachvorträgen, Informationen und
Expertenberatungen im Rahmen der



Samstag, 17. März 2018

**Bürgerzentrum Alte Realschule
Ernst-Schäfer-Haus
Ziegelstraße, Sindelfingen**



Großer Saal, 1. Stock. Eintritt 5,- € pro Vortrag

Endlich wieder besser schlafen! Erfahren Sie das Neueste aus der Schlafmedizin, Schlafforschung und Ergonomie. Es erwarten Sie interessante Vorträge von Schlafmedizinern, Orthopäden, spezialisierten Ärzten und Therapeuten. Informationen zu wirksamen Entspannungstechniken, zur Schlafhygiene und Schlafgesundheit.

Vortragsprogramm im Bürgerzentrum am 17. März 2018:



Fachvorträge von Schlafmedizinern, Orthopäden und Schlaftherapeuten.



Informationen zu Schlafseminaren und neuen Schlaf-Entspannungsmethoden. Büchertisch und spezielle Schlafmusik. Kostenlose Ratgeber-Broschüren.

15.00 Uhr Vortrag „Gesundheitsrisiko Schnarchen“

Dr. med. Alexander Baisch ist Facharzt für HNO und Schlafmedizin mit Schlaflabor am Sindelfinger Krankenhaus.

In seinem Fachvortrag informiert er über den nicht erholsamen Schlaf, die weit verbreitete Schlafapnoe mit Atemaussetzern und dadurch entstehende Herz-Kreislaufkrankungen.



16.30 Uhr Vortrag „Welches Bett ist das Richtige“

Dr. med. Uwe Heldmaier ist Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Kinderorthopädie, Sportmedizin und Chirotherapie.

Neben vielen anderen Ursachen können ungeeignete Matratzen und falsch eingestellte Lattenroste zu folgenden Symptomen führen: Nackenschmerzen, Verspannungen, Rückenschmerzen, Schlafstörungen, Schulterschmerzen und Müdigkeit.

Sie erfahren, welche unterschiedlichen Bettsysteme es auf dem Markt gibt und für wen welches Bettsystem das richtige ist. Neben den Schlafgewohnheiten sind es auch individuelle orthopädische Aspekte, die beim Bettenkauf berücksichtigt werden sollten.

Eintritt pro Vortrag 5,- €. Gerne können Sie sich anmelden und Sitzplätze reservieren. Tel. 07031/875812 oder per E-Mail unter info@sindelfinger-schlafschule.de

Fachberatungen bei Körner Raum & Design am 17. März 2018

Persönliche Expertenberatungen auf Wunsch mit ausführlichen Probeliegen und Erstellen eines kostenlosen, individuellen Liegeprofils.

Infostände zu rückengerechten Bett- und Schlafsystemen, Komfortbetten mit Liftverstellung, Bettgestellen, Nackenstützkissen und Bettdecken für einen erholsamen Schlaf.



9.00 bis 20.00 Uhr: Das Betten-Expertenteam mit Jürgen Körner, Marianne Kurth, Reiner Leng und Edgar Benz informiert Sie gerne ausführlich zu allen Fragen des rückengerechten Liegens und Schlafens bei Martin Körner Raum & Design, Wurmbergstraße 5 in Sindelfingen.

Jeder Besucher erhält den kostenlosen Ratgeber der AGR Aktion Gesunder Rücken e.V. und solange der Vorrat reicht die „Traumraum“ Musik-CD zum besseren Einschlafen.



„Das Rückgrat für Ihr Bett“



14.00 bis 20.00 Uhr: Sven Festag aus dem Hause Lattoflex stellt das Lattoflex-Bettsystem und die selbstregulierenden Unterfederungen mit den patentierten Sensoflügeln vor. Lattoflex bietet individuelle Einstellmöglichkeiten für jeden Schläfer und jeden Bedarf, für leichte bis sehr schwere Menschen.

14.00 bis 20.00 Uhr: Matthias Möschlin aus dem Hause Werkmeister-Schlafkultur informiert und berät zu den selbstregulierenden Werkmeister-Unterfederungen, über die neuesten Talalay Latex-Matratzen, zu Kaltschaum- und Taschenfederkern-Matratzen. Zusätzlich gibt es bei Werkmeister ein großes Nackenstützkissen-Programm.



14.00 bis 20.00 Uhr: Thomas Wagner aus dem Hause Röwa zeigt Ihnen Ecco 2 - das Bettsystem nach Maß mit individuell einstellbaren Unterfederungen in Kombination mit Kaltschaum-Matratzen, das in Zusammenarbeit mit Dr. Heidinger vom EIM Ergonomie-Institut München entwickelt wurde. Auch das freistehende Design-Bettsystem Genio bietet erstklassigen Liegekomfort.

19.00 bis 20.00 Uhr: Jürgen Körner, Betten- und Schlafexperte stellt sein Ratgeberbuch „Kraftquelle Schlaf“ vor und steht Ihnen für alle Fragen zum Thema „Rückengerechtes Liegen und erholsames Schlafen“ persönlich zur Verfügung. Alle Fachberatungen sind kostenfrei und unverbindlich.



Betten- Aktionswochen

Bestpreis- und
Zufriedenheitsgarantie

Viele Marken jetzt mit 10%, 15%, 20% und bis zu
**25%
Preisvorteil**

Matratzen Bettsysteme Bettgestelle Kissen Bettwaren...