

AKTUELL  IN DER  
ELSE VOSS STIFTUNG

Einladung zum Vortag von Fr.  
Dr. Holtwick zum Thema:  
„Müde bin ich geh zur Ruh....  
und mache oft keine Auge zu“

MITTWOCH DEN 28. FEBRUAR UM 16.00 UHR

IM FOYER DER ELSE VOSS STIFTUNG, ANSCHLIESSEND KLEINER UMTRUNK



In Deutschland klagt jeder dritte Erwachsene über Schlafprobleme, bei den über 60-jährigen sogar jede oder jeder Zweite. Chronischer Schlafmangel kann zu ernststen Gesundheitsschäden führen. Was passiert mit Körper und Geist im Schlaf? Wieviel Schlaf braucht ein älterer Mensch und welche Möglichkeiten gibt es, den Nachtschlaf zu verbessern? Darum soll es an diesem Nachmittag gehen...

DIE VERANSTALTUNG IST EINTRITTSFREI.  
WIR WÄREN ABER ÜBER EINE SPENDE SEHR DANKBAR.

WIR BITTEN UM ANMELDUNG BIS ZUM **23.02.2024** BEI FRAU ZWARG – LEITUNG  
TELEFON: 040/816181 (MONTAG BIS FREITAG VON 9.00 BIS 16.00 UHR)

EMAIL: LEITUNG@ELSE-VOSS-STIFTUNG.DE  
GÄSTE SIND WIE IMMER HERZLICH WILLKOMMEN!