

Terminankündigung

Direktor: Prof. Dr. Stefan N. Willich, MPH, MBA
Tel.: +49(0)30/450 529 234
Fax: +49(0)30/450 529 934
champ@charite.de
www.champ-info.de

Berlin, den 20. Juni 2011

Bitte nehmen Sie folgenden Vortrag in Ihre Terminankündigungen auf. Vielen Dank!
Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos.

Thema des Vortrags:	Fit in den Tag – durch erholsamen Schlaf
Referentin:	Christin Bürger, Psych. Psychotherapeutin, Gesundheitstrainerin
Datum/Uhrzeit:	Donnerstag, 14. Juli 2011, 18.00 bis 19.00 Uhr
Veranstaltungsort:	CHAMP Seminarzentrum, Residenz am Deutschen Theater, Reinhardtstr. 29 D, 10117 Berlin
Veranstalter	Charité Ambulanz für Prävention und Integrative Medizin (CHAMP)

Der Vortrag beschreibt Schlafstörungen und deren mögliche Ursachen. Vorgestellt werden Möglichkeiten der Schlafhygiene, die das Ziel haben Schlafstörungen zu vermeiden bzw. zu lindern und ausreichend erholsamen Schlaf zu bekommen

Im Anschluss an den Vortrag können Sie Ihre Fragen stellen!