Fachvortrag "Schlafstörungen - was tun?"

Veranstaltung - Fachvortrag "Schlafstörungen - was tun?" ↻

Titel	Fachvortrag "Schlafstörungen - was tun?"
Wann	Fr, 18. Juni 2021, 16:00 - 17:00

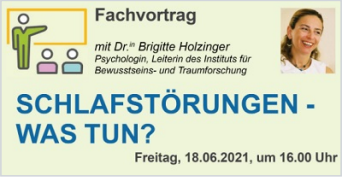
Beschreibung

„SCHLAFSTÖRUNGEN – WAS TUN?"
Guter Schlaf erhält unser Immunsystem und ist vor allem im Krankheitsfall sehr wichtig.

Leider kämpfen Nieren- und TX-patientInnen in ihren verschiedenen Krankheitsstadien immer wieder Durchschlaf- und Einschlafstörungen.

Was stört alles einen gesunden und guten Schlaf?

Wie kann ich als PatientIn für die richtige Schlafhygiene sorgen?



Zur Person Dr. Brigitte Holzinger:

Dr. Brigitte Holzinger ist eine Expertin im Bereich Traum- und Schlafforschung sowie in der Behandlung von Schlafstörungen und Albträumen. Sie ist Psychologin und Vorstandsmitglied der Austrian Sleep Research Association (ASRA) und leitet das Institut für Bewusstseins- und Traumforschung.

Diese Veranstaltung wird über die Konferenzplattform ZOOM abgehalten als Webinar durchgeführt. Die Zugangsdaten nach erfolgter Anmeldung werden am Tag vor dem Webinar an die angemeldete E-Mail Adresse zugeschickt.

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie weitere Infos. Bitte treten Sie ausserdem ein paar Minuten vor Veranstaltungsbeginn bei, damit die Veranstaltung pünktlich starten kann.

Während des Webinars werden die Gäste ohne Mikrofon und Video zugeschalten und können dem Vortrag zuhören. Fragen an den/die Vortragende können mittels Chatfunktion Fragen stellen.
Das Webinar wird von einer/m Moderator/in geleitet. Diese/r wählt die Fragen aus und stellt sie repräsentativ für die Teilnehmer/innen.

Fragen können bereits vorab per Mail an info@selbsthilfe-niere.at gestellt werden.

Weitere Infos & ANMELDUNG HIER.

Lokalität - Online

Standort	Online
Bundesland	Alle
Land	AT