

[SHG Schnarchen-Schlafapnoe . Karpfenweg 20 . 78609 Tuningen](#)

## Einladung

zur öffentlichen  
Vortragsveranstaltung  
unserer Selbsthilfegruppe

Selbsthilfegruppenleiter:

Ulrich Obergfell  
Karpfenweg 20  
78609 Tuningen

Tel.: 07464-368986

Mail: [obergfell@lvbwss.de](mailto:obergfell@lvbwss.de)

Internet: [www.lvbwss.de](http://www.lvbwss.de)

Bankverbindung: Postbank

IBAN: DE78 7011 0088 3254 2490 23



Sehr geehrte Mitglieder, Freunde und Interessenten,

hiermit lade ich Sie recht herzlich zur ersten **Vortragsveranstaltung** unserer Selbsthilfegruppe Schnarchen-Schlafapnoe im Jahr 2017 ein.

**Wann: Dienstag, den 11. April 2017, um 19:00 Uhr**

**Wo: Restaurant Al Paradise – Am Glaspalast Sindelfingen, Rudolf-Harbig-Str. 6**

**Referent: Herr Jürgen Körner**

Betten- und Schlafexperte aus Sindelfingen, Gründer der Sindelfinger Schlafschule

**Thema: Kraftquelle Schlaf – Wege zu einem erfüllten Schlafleben**

Schlafstörungen erkennen, vermeiden und beheben

Erholsamen Schlaf gibt es nicht auf Bestellung – weder im Internet noch im Supermarkt. Das Drittel unseres Lebens, das wir im Schlaf verbringen, hat enorme Auswirkungen auf unsere Gesundheit. Auf Dauer macht nicht erholsamer Schlaf dick, dumm und krank. Er senkt sogar unsere Lebenserwartung. Dabei ist es so einfach, sein eigenes Schlafglück zu fördern. „Kraftquelle Schlaf ist das Projekt für den besten Schlaf Ihres Lebens!“ sagt Jürgen Körner. Gesunden Schlaf zu fördern ist das erklärte Ziel dieses Abends.

Bereits **ab 18.00 Uhr** gibt es Gelegenheit zum Verzehr von **Speisen und Getränken**.

Im Interesse vieler Teilnehmer wird gebeten, ab Vortragsbeginn nicht mehr zu speisen.

Bitte kommen Sie entsprechend früher, wenn Sie zu Essen wünschen.

Mit freundlichen Grüßen

Ulrich Obergfell  
Selbsthilfegruppenleiter

