

# GRATIS-VORTRÄGE

IM BETTENBERATUNGS-ZENTRUM FÜR GESUNDEN SCHLAF

## Matratzenfehlkäufe vermeiden Orientierung im Matratzen-Dschungel Schlafstörungen und Liegeprobleme?

- Sie lernen Möglichkeiten und Methoden kennen, die Sie selbst bei Schlaf- und Liegeprobleme anwenden können.
- Erfahren Sie was Gründe für Verspannungen und Schmerzen im Bett sind und was Sie dagegen tun können.
- Wir zeigen Ihnen unverbindlich und herstellerneutral auf, wie Sie Fehlkäufe vermeiden und selbst beurteilen können, was ein gutes Bett für Sie ist.

Das SchlafCenter Thun hat keine Mühe gescheut, einen der berühmtesten Schlafexperten als Dozent zu gewinnen. Markus Kamps, Präventologe und Schlafberater wird Ihnen in seinen kurzweiligen Vorträgen viel Wissen weiter vermitteln.



SCHLAFCENTER THUN

### Die Vorträge finden wie folgt statt:

**Montag 06.11.2017:** 15.00 – 16.00 Uhr  
18.00 – 19.00 Uhr

Rückenschmerzen und Fehlkäufe vermeiden,  
Orientierung im Matratzendschungel

**Dienstag 07.11.2017:** 10.00 – 11.00 Uhr  
13.00 – 14.00 Uhr

Rückenschmerzen und Fehlkäufe vermeiden,  
Orientierung im Matratzendschungel  
5 Kissen und keines passt, wieso ist das so?  
14.00 – 16.00 Uhr

Offene Schlaf & Bettensprechstunde auch bei  
Rückenschmerzen und Bandscheibenvorfall

**Veranstaltungsort:** SchlafCenter Thun

**Kosten:** Kostenlos, es findet kein Verkauf statt

**Anmeldung:** info@schlafcenter.ch oder per Tel.

## Bettenberatung – Zentrum für gesunden Schlaf

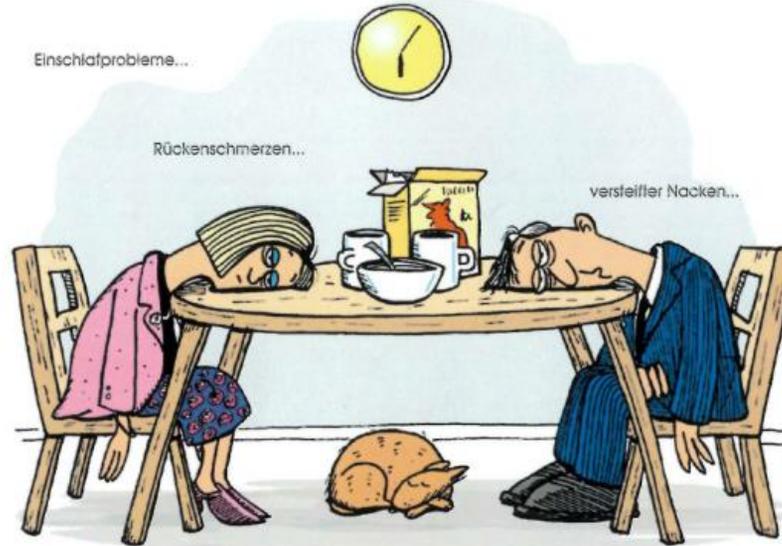
Bernstrasse 136

033 / 222 27 27

3613 Steffisburg

[schlafcenter.ch](http://schlafcenter.ch)

# SEMINAR FÜR GESUNDEN SCHLAF



Schlafen Sie besser..?

**Bettenberatung – Zentrum für gesunden Schlaf**

Bernstrasse 136

033 / 222 27 27

3613 Steffisburg

[schlafcenter.ch](http://schlafcenter.ch)

[info@schlafcenter.ch](mailto:info@schlafcenter.ch)

