

18.10.2001 - 08:09 Uhr

Schweiz. Gesundheitstage: Alles Gute zum Thema Schlaf

Solothurn/Laufen (ots) -

Die 8. Schweizerischen Gesundheitstage, die am 19./20. Oktober 2001 unter dem Patronat der EGK-Gesundheitskasse in Solothurn stattfinden, widmen sich umfassend dem Thema Schlafstörungen, der Erhaltung des gesunden Schlafes und somit auch der Gesundheitsprävention. In einem spannenden Vortragsprogramm kommen Fachleute aus allen Sparten zu Wort. So befasst sich etwa der Berner Paartherapeut Dr. Klaus Heer mit dem partnerschaftlichen Problem der "Aneinandervorbeischlaflosigkeit", während der Basler Rheumatologe Dr. Moshe Rosenthal auf Schlafstörungen bei rheumatischen Erkrankungen eingeht oder die bekannte Psychologin und Buchautorin Dr. Jirina Prekop mit "Schlaf Kindlein, verflixt nochmal!" entnervten Eltern Hilfestellung bietet.

In einem breiten Angebot von workshops machen Besucherinnen und Besucher der Gesundheitstage 2001 mit Entspannungstechniken Bekanntschaft, die nicht nur den Schlaf fördern, sondern auch den Tagesstress mildern. An Info-Ständen orientieren ausgewiesene Therapeutinnen und Therapeuten über gesundheitsfördernde Therapien.

Schlafmediziner zeigen, welche Abklärungen in einem Schlaflabor vorgenommen werden können. In Kurzvorträgen werden verschiedene Aspekte wie etwa "Schlafprobleme bei Schichtarbeit" oder "Tagesmüdigkeit" behandelt. Am Samstag kann das Publikum um 16 Uhr an einer Podiumsdiskussion Fachleuten auf dem Gebiet der Schlafmedizin Fragen stellen.

Tageseintritt für die Gesundheitstage: Fr. 5.--, Kinder haben freien Eintritt. Stark ermässigte Billette für die Fahrt Solothurn retour an jedem SBB-Schalter. Kinderhütedienst im "Alten Spital". EGK-Taxi ab Bahnhof Solothurn bis zu den Gesundheitstage-Bereichen Landhaus, Palais Besenval, Kreuz, Jugendherberge und Altes Spital. www.gesundheitstage.ch

Kontakt:

Meta Zweifel
PR-Beauftragte
Tel.: +41 (0)61 411 64 30
Fax: +41 (0)61 411 32 91
E-Mail: Meta.Zweifel@swissonline.ch
[001]

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100002747/100011489> abgerufen werden.