BW77301 - Das Geheimnis des gesunden Schlafs - Vortrag

Beginn	Samstag, 16.01.2027, 15:30 - 17:30 Uhr
Kursgebühr	13,00 €
Dauer	1 x
Kursleitung	Janek Neundorf
Kursort	LR 4, Wingert 18, 35396 Gießen, Familien-Bildungsstätte

In diesem Vortrag können Sie das Geheimnis gemeinsam mit unserem Dozenten Janek Neundorf, als Schlaf- und Ergonomie- Fachberater lüften. Verschiedene Aspekte zu den Themen „Was ist wichtig für den gesunden Schlaf?“ und „Wie bekomme ich meinen gesunden Schlaf?“ werden auf interessante und leichtverständliche Weise erläutert und in der anschließenden offenen Fragenrunde besprochen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
16.01.2027	15:30 - 17:30 Uhr	Wingert 18,FBS,Raum4