

Öffentlicher Informations- Abend

Rückenschmerzen?

Verspannter Nacken?

Gerädert od. Steif am Morgen?

Mehrere Kissen - doch keines hilft?

Erfahren Sie die Gründe für Verspannungen und Schmerzen im Bett und was Sie dagegen tun können!

Fühlen Sie sich morgens wie gerädert oder haben steife Gelenke/Glieder – wie können Sie das vermeiden?

Erwachen Sie in der Nacht oder finden keinen Schlaf weil Sie keine bequeme Lage finden?

Frieren oder Schwitzen im Bett - was Sie dagegen tun können.

Erfahren Sie Möglichkeiten und Methoden wie Sie besser einschlafen und erholter aufstehen!

Sie werden feststellen, dass es noch viel mehr Einflüsse auf Ihr Liege- und Schlafverhalten gibt, als Sie sich bisher vorgestellt haben!

Ein guter Tag beginnt mit einer guten, erholsamen Nacht. Möchten auch Sie gern in einen guten Tag starten? Dann ist der Informations-Abend genau das Richtige. An diesem Abend tauchen Sie mit Roland Stohler und Brigitte Frei in die interessante Welt des Liegens und Schlafens ein.

Tipps und Ratschläge die Sie erhalten, können Sie zu Hause sofort anwenden. Verbringen Sie mit uns einen interessanten Abend und lassen Sie sich ihre brennenden Fragen rund ums Schlafen beantworten.

Datum: **Dienstag, 11. Februar 2020, 19 Uhr**

Wo: Roland Stohler, Hauptstrasse 32, Pratteln

Dauer: ca. 2 Stunden inkl. Pause (kleiner Apéro)

Wir bitten Sie um Anmeldung unter 061 821 53 95 oder
E-Mail: info@rolandstohler.ch - **Platzzahl beschränkt.**

Der Informations-Abend ist **kostenlos**.

Es findet an diesem Abend **kein Verkauf** statt!