

## **Öffentlicher Vortrag**

**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!**

**Warum fühlen Sie sich morgens wie gerädert oder haben steife Gelenke/Glieder – wie können Sie das vermeiden.**

**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:** **Mittwoch, 6. November 2019, 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](mailto:info@rolandstohler.ch) - **Platzzahl beschränkt.**

Der Informations-Abend ist **kostenlos**.

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