



kostenlos!



GRATIS INFO- ABENDE 2022

Erfahren Sie an einem der Vorträge, was Sie tun können bei Rückenschmerzen und Verspannungen im Bett und wieso Ihnen richtiges Liegen und Schlafen massgeblich hilft, die Beschwerden in den Griff zu bekommen.



- **Bereit schmerzfrei zu erwachen**
- **Orientierung im Matratzen-Dschungel**
- **Matratzenfehlkäufe vermeiden**
 - **Rückenschmerzen**
 - **Nackenverspannungen**
 - **Gerädert am Morgen**
- **5. Kissen und keines passt**



Die Vorträge sind kostenlos und finden jeweils um **18.30 Uhr** in den Geschäftsräumlichkeiten des SchlafCenter Thun statt.

Es findet kein Verkauf statt.

Dauer des Vortrages ca. 1½ Stunden.

Anmeldung erforderlich, die Platzzahl ist beschränkt.

- **Mittwoch, 23. März**
- **Donnerstag, 21. April**
- **Dienstag, 3. Mai**
- **Donnerstag, 16. Juni**
- **Mittwoch, 17. August**
- **Dienstag, 13. September**
- **Donnerstag, 27. Oktober**
- **Mittwoch, 16. November**

Beginn jeweils um 18.30 Uhr

**Jetzt gleich anmelden
033 222 27 27
info@schlafcenter.ch**

**Bettenberatungs-Zentrum für gesunden Schlaf / Schlafcenter Thun
Bernstrasse 132 /3613 Steffisburg /schlafcenter.ch**