



Aktionstag Erholsamer Schlaf

21. Juni 2023



YouTube-Talkrunde der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin e. V. (DGSM) informiert über:

Melatonin-Gummibärchen und Co.

Wundermittel für den Schlaf – und was wirklich davon zu halten ist

Schlafen wie die Neandertaler –

Was wir von unseren Urahnen oder Naturvölkern über Nachtruhe lernen können

Schlafforschung zwischen Wissenschaftlichkeit und Kommerz.

Das Dilemma eines Themas und seiner öffentlichen Wahrnehmung

Augen zu und durch?

Wann Schlafstörungen auftreten können – und wann Sie sich Hilfe holen sollten

Mit PD Dr. Anna Heidbreder, Dr. Dora Triché und Prof. Dr. Kneginja Richter

Moderation: Susann Böttcher, MDR Aktuell (Nachrichtenradio)

Beginn: 16.00 Uhr

Infos finden Sie unter www.dgsm.de