

Oktober 2018



Pressemitteilung

der Initiative Region Koblenz-Mittelrhein e. V.

Gesundheit ist unser höchstes Gut. Als Flächenregion legen wir deshalb sehr viel Wert darauf, dass die medizinische Versorgung auf dem Land sichergestellt wird. Spezielle Gesundheitsvorträge vermitteln Fachwissen auch außerhalb der Ballungszentren. Daher veranstaltet die Initiative Region Koblenz-Mittelrhein e. V. zusammen mit der KreisVolkshochschule Neuwied e.V. einen Vortragsabend zum Thema

„Gesunder Schlaf – Gesundes Leben“

Erholsamer Schlaf ist unabdingbar für unsere Leistungsfähigkeit, für Wohlbefinden und Gesundheit. Schlafbezogene Störungen können u.a. zu Müdigkeit am Tage, zu Erschöpfung, Konzentrations- und Gedächtnisproblemen führen. Wenn die Atmung nachts nicht richtig funktioniert, steigt das Risiko für Herzinfarkte, Schlaganfälle, auch Parkinson-Syndrome und Alzheimer-Erkrankungen treten häufiger auf.

Für Schlafstörungen kann es eine ganze Reihe von körperlichen Ursachen sowie psychischen Ursachen geben, auch äußere Faktoren spielen eine Rolle. Daher sind Schlafstörungen ein ernst zu nehmendes Problem.

Vorsitzender: Hans-Jörg Assenmacher
Stellv. Vorsitzende: Dr. Ulrich Kleemann und Dipl.-Ing. Werner Schmitt und Matthias Nester
Geschäftsführerin: Sandra Hansen-Spurzem
Bankverbindung: Sparkasse Koblenz
IBAN: DE03570501200000168328
BIC: MALADE51KOB
Steuernummer: 22/355/0035/4

Telefon: +49 (0)261 120 - 21 59
Telefax: +49 (0)261 120 - 88 21 59
E-Mail: kontakt@region-mittelrhein.info
Internet: www.region-koblenz-mittelrhein.de

Der Referent, Dr. med. Dieter Pöhlau, Chefarzt der Neurologischen Abteilung, der Geriatrie, des Schlaflabors und Medizinischer Direktor der DRK Kamillus Klinik in Asbach, wird über moderne Untersuchungs- und Behandlungsmöglichkeiten im Schlaflabor informieren. Im Anschluss daran findet eine Gesprächsrunde statt, bei der Sie Ihre Fragen rund um das Thema stellen können.

**Der Eintritt ist frei. Anmeldung erbeten unter:
02635 7225 oder www.kvhs-neuwied.de.**

Termin:

Mittwoch, 21. November 2018, 19 Uhr
Sitzungssaal des Rathauses Bad Hönningen
Marktstraße 1
53557 Bad Hönningen

Die Initiative Region Koblenz-Mittelrhein e.V., das Forum Gesundheit und die KreisVolkshochschule Neuwied e.V. laden ein zum Vortrag mit anschließender Gesprächsrunde

Gesunder Schlaf -Gesundes Leben

Mittwoch, 21. November 2018

Sitzungssaal des Rathauses Bad Hönningen
Markstraße 1, 53557 Bad Hönningen
Beginn: 19 Uhr - **Eintritt frei**

Referent:

Dr. med. Dieter Pöhlau, Chefarzt der Neurologie, Geriatrie, des Schlaflabors und Medizinischer Direktor der DRK Kamillus Klinik in Asbach

Anmeldung unter:

www.kvhs-neuwied.de oder 02635 7225
(Außenstelle Bad Hönningen)