



EINLADUNG ZUM SAARBRÜCKER HOSPIZGESPRÄCH

GUTE NACHT - GUTER TAG Schlafforschung und Schlafmedizin

REFERENTIN Dr. Jürgen Guldner
Chefarzt Neurologie Knappschaftsklinikum Saar Püttlingen

MODERATION Oliver Buchholz
Saarländischer Rundfunk

TERMIN Montag, 25.11.2024, 19:00 Uhr
Haus der Ärzte, 1. OG, Faktoreistraße 4, 66111 Saarbrücken

Förderverein
St. Jakobus Hospiz e. V.
Eisenbahnstraße 18
66117 Saarbrücken
Tel: 0681 92700-0
info@stjakobushospiz.de
www.stjakobushospiz.de

In Kooperation mit:



Katholische
Erwachsenenbildung
im Bistum Trier,
Fachstelle Saarbrücken

Der Eintritt ist frei!

Ein guter Nachtschlaf ist eine wesentliche Voraussetzung für ein gutes Tagesbefinden. Obwohl praktisch alle Menschen diese tägliche Erfahrung machen, ist die Kenntnis über die Physiologie unseres Schlafes immer noch unzureichend. Warum müssen wir überhaupt schlafen? Wie lange müssen wir schlafen? Ist zu viel Schlaf gefährlich? Wie beeinflusst Schichtarbeit unseren Schlaf?

Die moderne Schlafforschung versucht auf diese Fragen mit verschiedenen Methoden Antworten zu finden. Auch wenn nicht alle Zusammenhänge erkannt sind, kann die sich daraus ableitende Schlafmedizin viele Störungen des Schlafverhaltens diagnostizieren und behandeln.

In seinem Vortrag wird Dr. Guldner die bis jetzt bekannten Grundlagen darstellen und einzelne Krankheitsbilder im Zusammenhang mit einem gestörten Schlafverhalten erläutern.

Das Saarbrücker Hospizgespräch richtet sich an Betroffene und ihre Angehörigen, an Ärzt*innen, Pflegende und andere medizinische Berufsgruppen, an Seelsorger*innen und Sozialarbeiter*innen, an ehrenamtlich Tätige und alle Interessierten jeglichen Alters.

Hinweis für Ärzte: Die Veranstaltung ist durch die Ärztekammer des Saarlandes mit 3 Weiterbildungspunkten zertifiziert.

Wir bitten Sie zur besseren Planung um eine vorherige Anmeldung Ihrer Teilnahme am Saarbrücker Hospizgespräch. Diese können Sie telefonisch unter 0681/92700-853, per E-Mail an info@hospizakademie-saar.de oder online unter [hospizakademie-saar.de](https://www.hospizakademie-saar.de) bis zum 22.11.2024 vornehmen.

Termine 2025: 27.01., 24.02., 31.03., 28.04., 26.05., 30.06., 25.08., 29.09., 27.10. und 24.11.2025

