

Die Österreichische Gesellschaft lädt gemeinsam mit dem  
CV-Philisterzirkel Düsseldorf zu einem Vortragsabend  
**So schlafen Sie endlich gut und gesund**

Am Freitag, dem 09. März 2012 um 19:00 Uhr  
Im Maxhaus, Düsseldorf, Schulstraße 11



W. Busch: Schon fasst einer, der voran, Onkel Fritzens Nase an



Günther W. Amann-Jennson

Foto: Samina

Wie Sie sehen, schon der gute Onkel Fritz hatte Schlafstörungen. Heute leiden auch viele junge Leute darunter. Selbst das gute Gewissen ist kein Garant als sanftes Ruhekitzen. Das muss nicht so sein! Im Schlaf laufen wichtige Prozesse ab, die unsere körperlich-seelisch-geistige Einheit erst ermöglichen. Der Schlafpsychologe Günther W. Amann-Jennson zeigt Wege auf, wie man die nächtliche Erholungsphase fördert und die Kräfte des Schlafes persönlich nutzen kann.

Anschließend kleiner Imbiss im Maxhaus

Kostenbeitrag für Saalmiete und Imbiss (Getränke zahlt jeder selbst): Mitglieder 13 €, Gäste 15 €, Jugendliche frei

**Wir bitten um Ihre verbindliche Anmeldung bis zum 05. März 2012 bei Frau Heide Hauser**

per Post: Piroldstraße 16, 40627 Düsseldorf

per Fax: 0211 – 27 65 77

per E-Mail: heidstein@t-online.de

---

Ich / wir nehmen an der Vortragsveranstaltung im Maxhaus, Schulstraße 11 am 09. März 2012 teil

Name(n):

Telefon / E- Mailadresse:

Überweisung in Höhe von Euro . . . . . erfolgt per Überweisung / per Scheck