

Deutsche Stiftung Schlaf

c/o Somnico GmbH

Luisenstraße 55

10117 Berlin

PRESSEMITTEILUNG

Aktion Schlafbus der Deutschen Stiftung Schlaf

Stellen Sie Ihre persönlichen Fragen zum Thema Schlaf – Prof. Ingo Fietze, Deutschlands bekanntester Schlafforscher und sein Team beraten Sie vor Ort.

Termine:	22. Februar 2020	–	München (11.30-12.30h und 13.15-16.00h) Reise- und Freizeitmesse, Messe München Halle B4, MAHAG Stand 100
	21. März 2020	–	Hannover
	25. April 2020	–	Leipzig
	30. Mai 2020	–	Hamburg
	21. Juni 2020	–	Berlin
	29. August 2020	–	Ulm
	26. September 2020	–	Frankfurt
	24. Oktober 2020	–	Chemnitz
	28. November 2020	–	Mannheim

Jeweils von 12 bis 15 Uhr

Standorte werden rechtzeitig unter <https://www.schlafstiftung.de/schlafbus> bekannt gegeben.

Berlin, 21. Februar 2020 | Mit der Aktion **Schlafbus der Deutschen Stiftung Schlaf** wird das Wissen vom gesunden Schlaf in den kommenden Monaten auf ungewohnte Art in Bewegung kommen. Auch wenn die Thematik des gesunden Schlafes heute in aller Munde zu sein scheint, zeigt die Praxis genau das Gegenteil. Wir stehen vor einem enormen Defizit bei Wissenstransfer rund um das Thema. Die relevanten Erkenntnisse der Schlafforschung finden nur schwer den Weg in die Mitte der Gesellschaft. Dabei sind die Folgen von schlechtem Schlaf bekannt.

Sogar die junge Generation schläft inzwischen immer kürzer und schlechter. Die Zahl der wenigen Schlafambulanzen in Deutschland hält bereits heute dem Ansturm nicht stand. Die Wartezimmer der Schlafmediziner sind voll und die Terminlisten lang. Es fehlt an Beratungsstellen für Kinder, Jugendliche und für die vielen, die nicht mehr gut genug schlafen, um sich morgens erholt zu fühlen.

Deshalb bringt die Deutsche Stiftung Schlaf die Antworten auf die persönlichen Fragen der Ratsuchenden dorthin, wo sie gebraucht werden. Ab Februar 2020 macht sich der

Deutsche Stiftung Schlaf

Schlafbus der Deutschen Stiftung Schlaf einmal monatlich auf den Weg in eine Stadt in Deutschland, um das Thema gesunder Schlaf an alle Interessierten zu bringen.

Deutschlands bekanntester Schlafforscher, Professor Ingo Fietze, Vorsitzender der Deutschen Stiftung Schlaf, wird persönlich im mobilen Sprechzimmer alle Fragen rund um das gesunde und gestörte Schlafen für Groß und Klein beantworten. Hilfe bekommt er dabei vom Team des Schlafzentrums der Berliner Charité und vom Team der Schlafakademie Berlin und wenn möglich von lokalen Schlafexperten. Dabei geht es um Prävention, Aufklärung für Kinder, Jugendliche und Eltern sowie um Tipps und Tricks zur Hilfe und Selbsthilfe rund um den gesunden Schlaf.

Die aktuellen Termine und Standorte des Schlafbus` der Deutschen Stiftung Schlaf finden Sie auf der Website der Deutsche Stiftung Schlaf.

<https://www.schlafstiftung.de/schlafbus>

Über Deutsche Stiftung Schlaf

Die Deutsche Stiftung Schlaf wurde im Jahr 2011 gegründet. Initiatoren für die gemeinnützige Stiftungsgründung waren Berliner Schlafmediziner rund um Prof. Dr. Ingo Fietze aus dem Interdisziplinären Schlafmedizinischen Zentrum der Charité. Wesentliches Ziel der Stiftung ist der interdisziplinäre Wissenstransfer rund um das faszinierende Gesundheitsthema Schlaf.

<https://www.schlafstiftung.de/>



Prof. Dr. med. Ingo Fietze ©Anke Illing

Für weiteres Pressematerial, Interviewanfragen und Informationen zum Projekt Schlafbus der Deutschen Stiftung Schlaf kontaktieren Sie bitte:

Katja Silbermann | favourized
E-Mail: katja.silbermann@favourized.com
Mob +49 163 499 66 33

oder:
Ludmila Obuhova | Koordination
Deutsche Stiftung Schlaf
E-Mail: info@schlafstiftung.de
Tel.: +49 30 50 17 83 3