

# Bereit schmerzfrei zu erwachen?

## Gratis Info-Abende

IM BETTENBERATUNGS-ZENTRUM FÜR GESUNDEN SCHLAF

**Orientierung im Matratzen-Dschungel**  
**Matratzenfehlkäufe vermeiden**  
**Rückenschmerzen? Nackenverspannungen?**  
**Gerädert am Morgen? 5 Kissen und keines passt?**

Erfahren Sie an diesem Abend, was Sie tun können bei Rückenschmerzen und Verspannungen im Bett und wieso Ihnen richtiges Liegen und Schlafen massgeblich hilft, die Beschwerden in den Griff zu bekommen.



**Die nächsten Daten:**  
**Mittwoch, 22. August 2018**  
**Dienstag, 18. September 2018**  
**Mittwoch, 10. Oktober 2018**  
**Dienstag, 13. November 2018**  
**Mittwoch, 5. Dezember 2018**

Die Vorträge sind kostenlos und finden jeweils um 19.00 Uhr in den Geschäftsräumlichkeiten des SchlafCenter Thun statt. **Es findet kein Verkauf statt.** Dauer des Vortrages ca. 1½ Stunden inkl. Pause

**Anmeldung erforderlich, die Platzzahl ist beschränkt.**

**Bettenberatung - Zentrum für gesunden Schlaf**

Bernstrasse 136

033 / 222 27 27

3613 Steffisburg

[schlafcenter.ch](http://schlafcenter.ch)

**Anmeldung**

033 / 222 27 27 oder  
[info@schlafcenter.ch](mailto:info@schlafcenter.ch)



**SCHLAFCENTER THUN**