



Radio Berner Oberland AG
Das Regionalradio für das Berner Oberland
Aareckstrasse 6 • 3800 Interlaken
Tel. 033 888 88 10 • Fax 033 888 88 15
Mail info@radiobeo.ch

Interlaken, 30. November 2010

MEDIENMITTEILUNG Radio BeO

BeO-Sonntig: Rundum wiiblich

Sonntag, 5. Dezember ab 19.00 Uhr

Schlafen wir heute noch gesund?

Zunehmender Stress bei der Arbeit, persönliche Probleme, oder ein Partner der schnarcht. Die Gründe für Schlafprobleme sind so vielfältig wie die Menschen selbst. Gleichzeitig ist der Schlaf ein Gebiet, in welchem die Wissenschaft zu vielen Fragen noch keine Antwort gefunden hat.

In der Sendung Rundum wiiblich geben drei Experten vom Zentrum für Schlafmedizin in Interlaken Auskunft zum Thema Schlaf: Psychiater Dr. Thomas Ihde, Pneumologe Dr. Georg Hold und Nicole Neiger, Leitende EPTA und FA Intensivpflege erklären, wer gesund schläft und wie Schlafstörungen entstehen.

Wie hat sich unser Schlafverhalten im Verlauf der Jahrzehnte verändert?
Ist Schlaf vor Mitternacht wertvoller als Schlaf nach Mitternacht? Und kann man vielleicht doch im Schlaf lernen?

In der Sendung vom 5. Dezember klären die drei Experten diese und viele andere Fragen rund ums Thema Schlaf.

Radio Berner Oberland – Service Public für die Region

Alle weiteren Infos unter www.RadioBeO.ch und auf den Frequenzen von Radio Berner Oberland

| | | | |
|--------------------------------|------|---------------------------|------|
| Region Thun | 88.8 | Region Aaretal/Bern | 88.8 |
| Region Interlaken | 96.8 | Region Brienz - Meiringen | 94.9 |
| Grindelwald / Lauterbrunnental | 95.9 | Adelboden | 95.7 |
| Kandersteg | 88.8 | Gstaad - Saanenland | 91.5 |
| Lenk - St. Stephan | 95.8 | Niedersimmental | 88.8 |

Für weitere Auskünfte:

Christa Gubler

Telefon: 033 888 88 10

E-Mail: frauensendung@radiobeo.ch