

Vortragsreihe

Schlaf, Schlafmangel und eine
rast- und taktlose Gesellschaft

Nonstop arbeiten und leben

Welche Folgen hat Schichtarbeit für unsere Gesundheit?

Mittwoch, 24. Januar 2018, 19 Uhr

Dr. Hans-Günter Weeß, Akademie für Schlafmedizin (AfS), Leiter Schlafzentrum Pfalzlinikum,
Vorstandsmitglied der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin

Was hält unsere Kinder wach?

Zu Risiken und Nebenwirkungen von Smartphone & Co.
für die kindliche Entwicklung

Donnerstag, 22. Februar 2018, 19 Uhr

Dr. Michael Winterhoff, Kinder- und Jugendpsychiater,
Psychotherapeut und bekannter Autor mehrerer Fachbücher

Hilft das richtige Licht gegen Schlafprobleme?

Neueste Erkenntnisse der Lichtforschung für Gesundheit,
Wohlbefinden und guten Schlaf

Donnerstag, 15. März 2018, 19 Uhr

Oliver Stefani, Fraunhofer-Institut für Arbeitswirtschaft und Organisation Stuttgart, Designer und Ingenieur mit
Licht-Fokus. Der zweifache Innovations-Preisträger widmet sich auf den Menschen zugeschnittenen Beleuchtungs-
konzepten und unterrichtet an diversen Unis das Thema Licht & Farbe.

Schlafstörungen bei Erwerbstätigen

Jeder Zehnte arbeitet übermüdet oder erschöpft –
Forschungsergebnisse und Behandlungsmöglichkeiten

Mittwoch, 18. April 2018, 19 Uhr

Jörg Marschall, Projektleiter Arbeitswelt & Demografie, IGES-Institut Berlin,
Autor des renommierten Gesundheitsreport 2017 zu Schlafproblemen

Karten gibt
es für 10 Euro*
(zzgl. Vorverkaufsgebühr)

Abendkasse: 12,- Euro*
beim ECHO, Campus Berliner
Allee 65, 64295 Darmstadt,
Mo.-Do. 9-17 Uhr, Fr. 9-16 Uhr und im
Darmstadt Shop Luisencenter,
Luisenplatz 5, 64283 Darmstadt,
Mo.-Fr. 10-18 Uhr,
samstags 10-16 Uhr.

*Preis je Veranstaltung

Einlass an allen Vortragstagen ab 18 Uhr.
Justus-Liebig-Haus, Darmstadt, Große Bachgasse 2