



@

Weltschlafstag

Infos und Anmeldung:



<https://www.prodormo.ch>

World Sleep Day Hosted by World Sleep Society **MARCH 19, 2021** **REGULAR SLEEP
HEALTHY FUTURE**

Pro Dormo @ Weltschlaftag 19. März 2021

17.30 – 17.35	Vorstellung Pro Dormo	Dr. Cristina Staub	Praxis für Schlafberatung & Physiotherapie Zürich
17.35 – 18.50	Vortrag: Wenn das Korsett sozialer Taktgeber sich lockert - Veränderung von Schlaf-Wach- Rhythmus und Schlafqualität im «Lockdowns»	Dr. Christine Blume	Zentrum für Chronobiologie Universität Basel
	<i>Fragen zum Vortrag</i>		
18.00 - 18.15	Vortrag: Langfristige Einflüsse des Lockdowns auf den Schlaf bei Kleinkindern	Dr. Andjela Markovic	Universität Fribourg Baby Sleep Laboratory und Sleep & Health Zurich
	<i>Fragen zum Vortrag</i>		
18.25 – 18.35	Vorstellung SOS Oxygen: Präsentation "Betreuung in der Praxis" / "Herausforderungen im Alltag"	Alicja Pauck	Dipl. Physiotherapeutin SOS Oxygene SA Deutschschweiz
	Was SOS Oxygen Patient*innen mit OSA bieten kann (Polygraphien, PAP-Anpassungen, individuelle Betreuung bei Problemen)		
18.35 – 18.50	Vortrag: Schlaf Dich gesund	Prof. Dr. med. Christian Baumann	Universitätsspital Zürich und Sleep & Health Zurich
	<i>Fragen zum Vortrag</i>		
19.00 – 19.10	Vorstellung der App somnio für Patient*innen mit Insomnie	Alexander Rötger	Mitgründer und CMO bei mementor
19.10 – 19.25	Vortrag: Kaffee und Schlaf - Mach ich dich wach?	Prof. Dr. Hans Peter Landolt	Sleep & Health Zurich Universität Zürich
	<i>Fragen zum Vortrag</i>		
19.35 – 19.40	Vorstellung SGSSC	Prof. Dr. Hans Peter Landolt	Schweizerische Gesellschaft für Schlafforschung, Schlafmedizin und Chronobiologie (SGSSC)
19.40	Abschluss	Barbara Droth	Praxis für Ergotherapie und Schlafberatung Kreuzlingen

Moderation

**Prof. Dr. Björn Rasch; UniFR;
Selina Combertaldi; UniFR und
Dr. Maren Cordi; UniFR/
RehaClinic Bad Zurzach.**

Sponsors:

