



22. FEBRUAR 2024

WARUM SCHLAFEN WIR?

Wieviel Schlaf ist nötig?

Wir alle schlafen und trotzdem wissen die meisten wenig was im Schlaf passiert. Wie ist unser Schlaf aufgebaut und wieviel Schlaf brauchen wir eigentlich? Der Schlaf verändert sich im Verlauf des Lebens. Was bedeutet das, wenn wir älter werden? Was beeinflusst unseren Schlaf und was hat es mit der inneren Uhr auf sich?

Auch Tiere schlafen. Ist ihr Schlaf dem unseren ähnlich? Lernen wir etwas über die Funktion des Schlafes wenn wir Mensch und Tier vergleichen?

Im Vortrag von Prof. Dr. em. Peter Achermann gibt es aus seiner langjährigen Forschung Antworten auf diese Fragen. Im Anschluss besteht die Gelegenheit Fragen zu stellen und beim Aperó kann weiter diskutiert werden.

Freundlich lädt ein:

Verein Kulturlandschaft Münster-Geschinen, www.kulturlandschaft.ch

INFORMATIONEN:

Zeit: 18.00 Uhr
Ort: Gemeindsaal Münster
Preis: Eintritt frei
Referent: Prof. Dr. em. Peter Achermann,
Schlafforscher Universität Zürich

