

**Einladung für Seniorinnen und Senioren aus Sulzbach zum Vortrag von  
Heilpraktikerin Bärbel Schneider mit dem Thema:**

## *Guter Schlaf*

Erfahren Sie, warum der Schlaf so wichtig für Gesundheit und Wohlbefinden ist und was Sie selbst tun können, um besser ein- und durchzuschlafen.

Es erwarten Sie hilfreiche Informationen zum Thema sowie praktische Tipps zur Umsetzung zu Hause.

**Donnerstag, 24.08.2023 von 15.00 Uhr bis ca. 17.00 Uhr**

**In der „Salzstubb“ am Markt 2 in 66280 Sulzbach**

Kostenfreie Teilnahme. Begrenzte Teilnehmerzahl. Anmeldungen bitte bei Frau Ohnesorg unter 06897/7647911



**Caritasverband**  
für Saarbrücken und  
Umgebung e.V.

Eine Veranstaltung der Caritas  
Gemeinwesenarbeit Sulzbach in  
Kooperation mit Bärbel Schneider