

Unserer Angebot zur Woche der Demenz

22. September | 16-18 Uhr

Die Tagespflege als Entlastungsmöglichkeit für pflegende Angehörige

Lernen Sie die Räumlichkeiten der ASB Tagespflege kennen und kommen Sie ins Gespräch mit den Kolleginnen der Seniorenberatung Cossebaude und Briesnitz.

24. September | 15 Uhr

Gut erholt durch richtigen Schlaf

Schlechter oder ungenügender Schlaf kann nicht nur das Wohlbefinden stark beeinträchtigen, sondern auch zu gesundheitlichen Problemen führen. Frau Stosch vom Verein zur Selbsthilfe Schlafapnoe/Schlafstörungen e.V. erläutert Ihnen, was Schlafstörungen sind und was Sie selbst für einen erholsamen Schlaf tun können.

Bitte melden
Sie sich bis zum
19.09. an.

**ASB Begegnungs- & Beratungszentrum
"Am Friedensstein"**

Dresdner Str.3 | 01156 Dresden

Tel.: 0351 45 25 63 28

gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



Dresden.
DIEZIGER

ASB
Arbeiter-Samariter-Bund