



**ESCHEN  
NENDELN**



## **EINLADUNG**

**zum Gesundheitsanlass**

Samstag, 13. April 2024, 9.30 Uhr

Eschen, St. Martins-Ring 2, Gemeindesaal

# EINLADUNG

## Geschätzte Einwohnerinnen und Einwohner

Die Gemeinde Eschen-Nendeln und die Gesundheitskommission laden Sie herzlich zur Teilnahme am diesjährigen Gesundheitsanlass ein. Dieser beginnt mit einem reichhaltigen, vielfältigen Frühstück und bietet somit eine Gelegenheit, sich auszutauschen und auf die Vorträge einzustimmen.

## Kurzvortrag Verein Zeitpolster

Zeitpolster ist das Betreuungs- und Vorsorgenetz, die Zeitsäule für die persönliche Altersvorsorge in Liechtenstein. Der Verein stellt in einem Kurzvortrag sich sowie seine Dienstleistungen vor.

## Hauptvortrag von Prof. Dr. Günther Amann-Jennson Den Schlaf sofort verbessern und das Immunsystem stärken

Über 80 Prozent aller Menschen leiden unter Schlafstörungen. Das wirkt sich nicht nur negativ auf unsere Produktivität und Laune aus, sondern gefährdet unsere körperliche und geistige Gesundheit. Gesunder Schlaf ist sehr wichtig für unser Immunsystem, bessere Leistungsfähigkeit sowie für mehr Erfolg und Zufriedenheit. Der Vortrag zeigt auf, wie wir wieder zu einem erholsamen Schlaf gelangen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

# PROGRAMM

<b>Eintritt</b>	CHF 15.00
<b>9.30 Uhr</b>	Reichhaltiges Frühstück
<b>10.40 Uhr</b>	Kurzvortrag Verein Zeitpolster
<b>11 bis 12 Uhr</b>	Vortrag Prof. Dr. Amann-Jennson

Im Anschluss gemütlicher Ausklang mit der Möglichkeit, Fragen an den Referenten sowie den Verein Zeitpolster zu stellen.

## DER REFERENT



Foto: Prof. Dr. Amann-Jennson

Prof. Dr. med. h.c. Günther W. Amann-Jennson ist ausgewiesener Fachexperte rund um die Themen Schlaf, Gesundheit, Entspannung, Lebensenergie und Begründer ganzheitlicher Konzepte.

Als Schlafpsychologe schöpft er aus 40 Jahren Forschung und Praxiserfahrung.



## ANMELDUNG

Ich melde ..... Person/en zum Gesundheitsanlass an.

Vorname: .....

Name: .....

Adresse: .....

Ort: .....

Ausgefüllte Karte bitte bis **Mittwoch, 3. April 2024** retournieren. Eine Anmeldung ist auch per E-Mail an [verwaltung@eschen.li](mailto:verwaltung@eschen.li) oder telefonisch +423 377 50 10 möglich.



**GAS/ECR/ICR**

nicht frankieren  
ne pas affranchir  
non affrancare

5050074  
000031

**DIE POST** 

**B**



**Gemeindeverwaltung Eschen**

Empfangssekretariat  
St. Martins-Ring 2  
Postfach 62  
9492 Eschen