Universität Zürich[UZH]

UniversitätsSpital Zürich

## Klinischer Forschungsschwerpunkt «Schlaf und Gesundheit»

# Öffentlicher Publikumsanlass zum Thema Schlaf

Moderation: Elke Heidenreich, Schriftstellerin und Literaturkritikerin
Referenten: Professoren der Universität Zürich

Warum hält Kaffee nur manche wach?
Beginnt die Schule zu früh für unsere Kinder?
Macht Schnarchen krank?
Wie kann ich im Schlaf lernen?
Dürfen Kirchenglocken nachts läuten?
Bin ich eine Lerche oder eine Eule?

## Samstag, 17. Januar 2015, 10 – 16 Uhr

UniversitätsSpital Zürich
Grosser Hörsaal NORD, Frauenklinikstrasse 10
www.sleep.uzh.ch/public

Eintritt kostenlos

# Samstag, 17. Januar 2015

## Moderation: Elke Heidenreich

10:00 **"Ich mach dich wach!" Warum Kaffee manche wach hält und andere überhaupt nicht**
Prof. Dr. Hans-Peter Landolt, *Institut für Pharmakologie und Toxikologie, Universität Zürich*

10:40 **Beginnt die Schule zu früh, oder schlafen unsere Kinder genug?**
Dr. Reto Huber, *Forschungszentrum für das Kind, Universitäts-Kinderspital Zürich*

11:20 **Macht Schnarchen krank?**
Prof. Dr. med. Konrad Bloch, *Klinik für Pneumologie, UniversitätsSpital Zürich*

12:00 **Mittagspause**

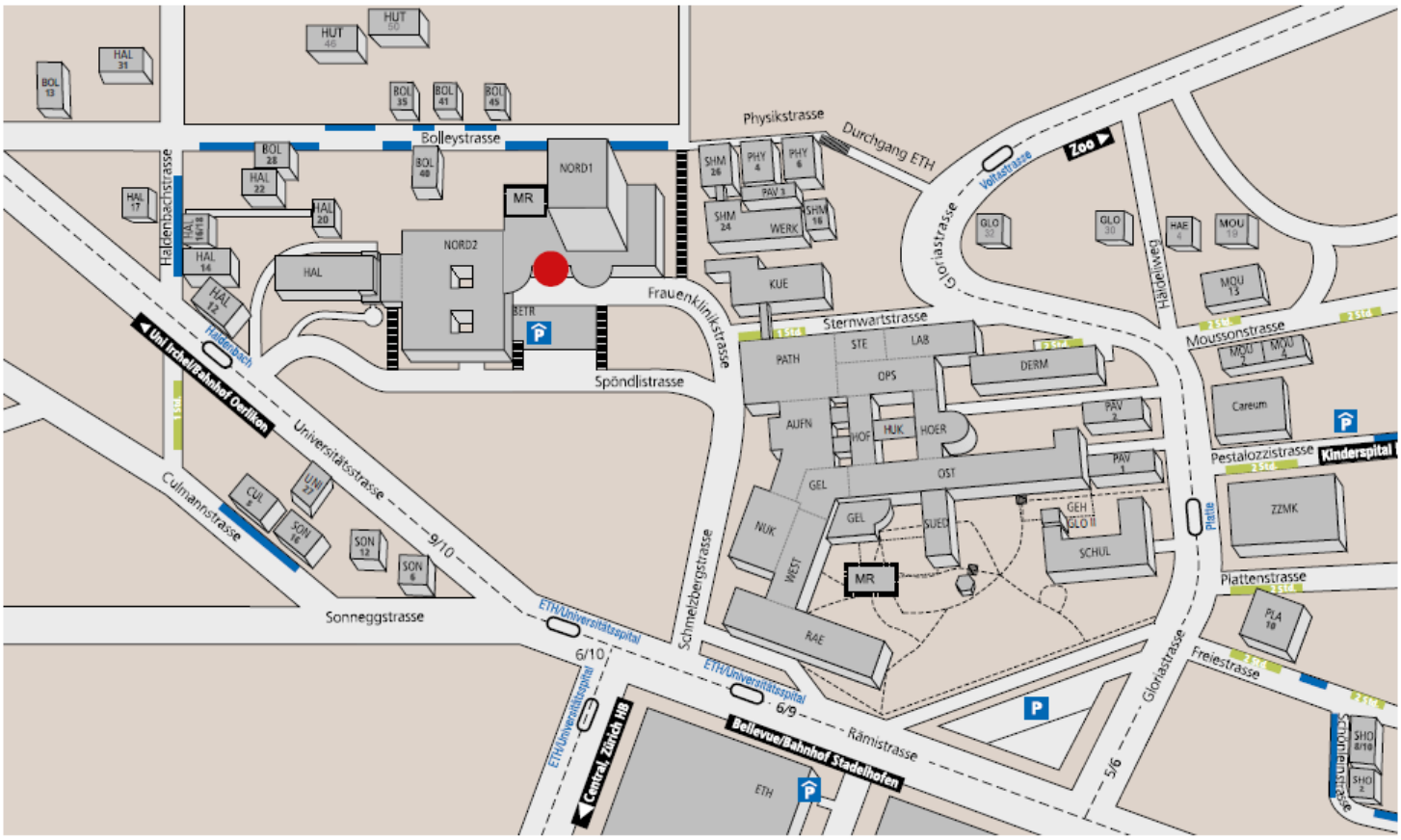
13:00 **Dürfen Kirchenglocken nachts läuten, oder macht zu wenig Schlaf krank?**
PD Dr. med. Christian Baumann, *Klinik für Neurologie, UniversitätsSpital Zürich*

13:40 **Geschichten von Lerchen und Eulen: Sagen Ihre Gene, wann sie aufstehen?**
Prof. Dr. Steven Brown, *Institut für Pharmakologie und Toxikologie, Universität Zürich*

14:20 **Lernen im Schlaf: Ist das möglich?**
Prof. Dr. Björn Rasch, *Psychologisches Institut, Universität Fribourg*

15:00 **Angst im Schlaf überwinden: Ein Comeback für die Psychotherapie-Couch?**
Dr. Birgit Kleim, *Psychiatrische Universitätsklinik Zürich*

Ausserdem: Testen Sie sich selber an diversen interaktiven Ständen.




UniversitätsSpital Zürich, Grosser Hörsaal NORD, Frauenklinikstrasse 10, 8091 Zürich

**www.sleep.uzh.ch/public**