



Natürliche
Schlafmittel
Bewegung &
Ernährung

Der Verein Spitex Zug freut sich, Sie zur «aktiven Veranstaltung» einzuladen:

«Schlaf im Alter»

Mittwoch, 12. November 2025, 18.30 Uhr
Restaurant Schüür, Steffisburg (Burgersaal)

Referentinnen

- » **Doris Jost**, Drogistin der DROPA Drogerie Apotheke Steffisburg
- Oda den Otter**, selb. Physiotherapeutin, Physiopraxis Panta Rei, Goldiwil
- Katrin Lerch**, Pflegefachfrau, Gesundheitsförderung Pro Senectute, Kt. Bern

Ablauf

- » Begrüssung durch Michael Riesen, Präsident Verein Spitex Zug
- » Referate von Doris Jost, Oda den Otter und Katrin Lerch mit aktivem Bewegungsteil
- » Direkt im Anschluss an die Veranstaltung, um zirka 20.15 Uhr, laden wir Sie gerne zu einem **Apéro riche** ein.

**Die Platzzahl ist beschränkt – wir bitten um Anmeldung
bis am 6. November (nach Eingang der Anmeldungen):**

Geschäftsstelle Spitex Zug
033 439 36 66, info@spitexzug.ch

**Wir freuen uns
auf Sie!**



Überall für alle

SPITEX
Zug