

# Selbsthilfe Schlafapnoe in Essen e.V.

## Digitale Gesprächsrunden 2021



- 19.01.** **Offene Gesprächsrunde**  
Gemeinsamer Austausch ohne Themenvorgabe
- 16.02.** **Unterkiefer-Protrusionsschiene**  
**Dr. med. dent Michael Börgerding**  
Niedergelassener Zahnarzt und Zahnärztliche Schlafmedizin (DGZS)
- Prof. Dr. med. Christoph Schöbel**  
Leiter des schlafmedizinischen Zentrums der Ruhrlandklinik
- 16.03** **Nasenatmung und Nasenpflege**  
**Dr. med. Winfried Hohenhorst**  
Chefarzt der Klinik für HNO, Krupp-Krankenhaus Essen
- 20.04.** **Zukunft der Selbsthilfen – SLEEP WELL**  
**Prof. Dr. med. Christoph Schöbel**  
Leiter des schlafmedizinischen Zentrums der Ruhrlandklinik
- 18.05.** **Offene Gesprächsrunde**  
Gemeinsamer Austausch ohne Themenvorgabe
- 15.06.** **Neues von den Krankenkassen**  
**Alexander Löhr**  
Leiter des Servicecenters Essen der DAK-Gesundheit
- 20.07.** **Gesund im Alter ohne Schlafprobleme**  
**Prof. Dr. med. Helmut Frohnhofer**  
Leitender Arzt Altersmedizin, Uniklinikum Düsseldorf
- 17.08.** **Adipositas & Schlafapnoe**  
**Prof. Dr. med. Till Hasenberg**  
Chefarzt der Klinik für Adipositas, Helios Klinik Oberhausen
- 21.09.** **Zukunft der Schlafapnoebehandlung**  
**Katrin Pucknat**  
Gesamtgeschäftsführerin ResMed Germany Inc.
- 19.10.** **Mitgliederversammlung**
- 16.11.** **Endlich besser Schlafen & Rückblick auf die DGSM-Tagung 2021**  
**Michael Biermann**  
2. Vorsitzender der Selbsthilfe Schlafapnoe in Essen e.V. und Mitglied der DGSM
- 14.12.** **Jahresausklang & Adventsfeier**

Die Veranstaltungen werden über das Videokonferenzsystem Zoom durchgeführt. Teilnehmen kann man von jedem PC, Laptop, Tablet oder Smartphone mit Internetverbindung. Um teilnehmen zu können muss kein Programm installiert werden. Ein funktionierendes Mikrofon und eine Webcam sind für eine Beteiligung an der Veranstaltung sinnvoll. Zur Veranstaltung gelangen Sie direkt über den jeweiligen Link. Diesen können Sie per Mail an [selbsthilfe@schlafapnoe-essen.de](mailto:selbsthilfe@schlafapnoe-essen.de) anfordern.

Nach einem Klick auf den Link öffnet sich der Internetbrowser automatisch und es erscheint ein Menüfeld, das den Text enthält „starten Sie über Ihren Browser“ oder „Mit Ihrem Browser anmelden“. Diesen Text klicken Sie an, geben dann Ihren Namen ein und drücken den Button „beitreten“. Und schon sind Sie dabei. (Beschreibung gilt vorbehaltlich etwaiger zwischenzeitlicher Änderungen von Zoom). Der Konferenzraum wird ca. 15 Minuten vor Veranstaltungsbeginn geöffnet.

### Selbsthilfe Schlafapnoe in Essen e.V.

Michael Biermann  
Alfredstraße 309  
45133 Essen  
E-Mail: [selbsthilfe@schlafapnoe-essen.de](mailto:selbsthilfe@schlafapnoe-essen.de)

Beratungshotline: 0176 51 51 55 33  
Telefon: 0201 17 75 699  
Telefax: 0322 23 65 3497  
[www.schlafapnoe-essen.de](http://www.schlafapnoe-essen.de)