

Pressemitteilung

Zeitumstellung

Nacht-Hotline für schlaflose Schäfchenzählner

Berlin, 27. März 2019 – Geht es nach dem EU-Parlament, ist die Zeitumstellung am kommenden Sonntag eine der letzten ihrer Art. Ab dem Jahr 2021 soll Schluss sein mit dem Wechsel zwischen Sommer- und Winterzeit. Eine gute Nachricht vor allem für Menschen mit Schlafproblemen. Bei ihnen bringt die kürzere Nacht den Schlafrhythmus besonders durcheinander. Wem mit Schäfchen zählen nicht geholfen ist, dem bietet die BARMER zur kommenden Zeitumstellung in der Nacht vom 30. auf den 31. März erneut eine Hotline zwischen Mitternacht und fünf Uhr morgens an.

Hotline steht nicht nur BARMER-Versicherten offen

„Mit unserer Hotline wollen wir Menschen helfen, die nicht ein- oder durchschlafen können. Sie bekommen Ratschläge auch zu ungewöhnlichen Zeiten. Denn solche Tipps werden genau dann am ehesten gebraucht, wenn an Schlaf mal wieder nicht zu denken ist“, so Dr. Ursula Marschall, leitende Medizinerin bei der BARMER. Erfolglose Schäfchenzählner können beim Teledoktor der BARMER medizinisch fundierte Hinweise rund um gesunden und damit erholsamen Schlaf bekommen.

Die kostenlose BARMER-Hotline steht allen Interessierten offen unter:
0800 84 84 111.

BARMER
Pressestelle

Axel-Springer-Str. 44 • 10969 Berlin

www.barmer.de/presse
www.twitter.com/BARMER_Presse
presse@barmer.de

Athanasiros Drougias (Ltg.)
Tel.: 0800 33 30 04 99 14 21
athanasiros.drougias@barmer.de

Sunna Gieseke
Tel.: 0800 33 30 04 99 80 31
sunna.gieseke@barmer.de