

# Foredrag om ungdomssøvn

ved Professor Ståle Pallesen



FAU Ortun inviterer til kaffe, kaker og foredrag onsdag 20. mars. Selve foredraget vil foregå i kantinen på Fyllingsdalen videregående skole da Ortun er under oppussing. Samlingen er forbeholdt foresatte ved Ortun skole, men andre kan komme om det skulle være ledige plasser.

Dørene åpner kl 17 for mingling og kaffe, selve foredraget vil vare i cirka 45 minutter fra 1800 av. Det vil bli anledning til samtale og spørsmål i etterkant av foredraget.

Ståle Pallesen er professor i psykologi ved Universitetet i Bergen, søvneksperter og knyttet til Nasjonalt senter for søvnmedisin ved Haukeland Universitetssykehus. Foredraget vil omhandle søvn hos ungdom, hvordan den endres gjennom ungdomsårene, hvordan ungdom typisk sover, og hvordan søvnen til ungdom kan forbedres.

Velkommen!!