



**BLOMENBURG**

MENTAL HEALTH CARE

# QUELLENANGABEN

## Was tun bei Schlafstörungen

- Crönlein, T. (2010). *Schlafstörungen: Ursachen erkennen und behandeln*. Compact.
- Strunz, U. (2018). *das schlaf gut buch: besser schlafen optimal regenerieren hellwach durch den tag*. Heyne.