

Voldoende slaap is een eerste vereiste voor een goede fysieke, mentale en emotionele gezondheid.

Een stijgend aantal Nederlanders slaapt slecht, wordt meerdere malen per nacht wakker en voelt zich de volgende ochtend gebroken - „slaapgebrek schaadt de gezondheid“, waarschuwen artsen.

Slaapstoornissen zijn in Nederland, Duitsland en Oostenrijk sterk in opmars. In Nederland geeft 60 procent aan in meer of mindere mate last te hebben van slaapproblemen. Ongeveer een derde van alle Oostenrijkers lijdt aan een verstoorde slaap. In Duitsland is dat inmiddels 45 procent. Als belangrijkste oorzaken van slecht slapen worden psychische klachten en stress genoemd.

Slaapgebrek maakt kwetsbaar voor infecties

Slaaponderzoekers, zoals de neurologen en adviesraad van het Psychiatrisch Ziekenhuis 'Sigmund Freud' in Graz, waarschuwen al jaren voor de gevolgen van een te korte nachtrust. Onvoldoende slaap heeft een zeer negatief effect op het immuunsysteem: de vatbaarheid voor infectieziekten neemt toe. Ook de stofwisseling, het cardiovasculaire systeem en het concentratievermogen worden sterk beïnvloed. Indirect kan een slechte slaap negatieve impact hebben op het privé- en arbeidsleven. Bovendien worden slaapstoornissen beschouwd als een belangrijke oorzaak van ernstige verkeersongevallen.

Een alarmerende voorspelling doet ook de World Health Organization (WHO): Ze rekent slaapproblemen de komende 50 jaar tot een van de vier grootste uitdagingen voor medici.

Bron/Studie: www.nachrichten.at

De ZirbenWürfel en Nightholder kunnen deze positieve effecten hebben.

- ♥ Verbetert de slaapkwaliteit (bijvoorbeeld bij slaapproblemen)
- ♥ Verlaagt de hartslag met ca. 3500 hartslagen per dag
- ♥ Stimuleert de bloedsomloop
- ♥ Verbetert het concentratievermogen
- ♥ Werkt ontstekingsremmend
- ♥ Bevordert het herstellvermogen
- ♥ Is een weldaad voor het lichaam
- ♥ Heeft een aangename geur en verbetert de luchtkwaliteit in huis

Zirbenhout (alpendennenhout) met zijn unieke etherische oliën heeft een positieve werking op de mens, zowel op lichaam, als geest. Dat zegt een wetenschappelijke studie van het **Joanneum Research Instituut**. Tijdens het slapen in een kamer met zirbenhout vermindert bijvoorbeeld de tijd dat het lichaam nodig heeft om te herstellen. Ook daalt de hartslag met 3500 slagen per dag; dat staat gelijk aan een uur hartactiviteit per dag!



Contact voor Nederland:

SisterWood

Damsteeg 10 · 3264 AZ · Nieuw-Beijerland · Tel: 06 - 1385 1696
info@sisterwood.nl · www.sisterwood.nl · SisterWood

ZirbenFamilie Vertriebs GmbH

Obere Lend 24 · 6060 Hall in Tirol, Oostenrijk · Tel. +43 5223 22 405
info@zirbenkugel.com · www.zirbenfamilie.com · Zirbenkugel



Tirol



ZIRBENWÜRFEL

met liefde voor het hart

Dat zirbenhout een positieve werking heeft op het menselijk organisme en een weldaad voor het lichaam is, is in de studie van het Joanneum Research Instituut overtuigend bewezen. Deze positieve eigenschappen zouden in ieder huis aanwezig moeten zijn. Met de ZirbenWüfel kan dat!

Het strakke ontwerp maakt de ZirbenWüfel een designobject in huis. Plaats de wüfel op een geschikte plek (bijv. op het nachtkastje in de slaapkamer, op de commode in de kinderkamer, in de woonkamer), doe de meegeleverde zirbenvlokken in de daarvoor bestemde ronde uitsparing aan de bovenkant en besprenkel de vlokken met enkele druppels zirbenolie (ook wel dennenolie genoemd). Binnen de kortste tijd verspreidt zich een aangename en ontspannende geur. Het neutraliseert ook onaangename luchtjes, zoals keukenluchtjes en sigarettenrook.

Productgegevens:

- ♥ 75 mm handgemaakte ZirbenWüfel met uitsparing voor zirbenvlokken en het flesje zirbenolie
- ♥ Gravure "ZirbenWüfel – dem Herzen zuliebe" (met liefde voor het hart)
- ♥ Ca. 10 gram zirbenvlokken
- ♥ 10 ml 100% zuivere en duurzaam vervaardigde zirbenolie van hoogwaardige kwaliteit – bevat geen kunstmatige toevoegingen.

ZIRBEN NIGHTHOLDER

slaap lekker!

Ligt jouw mobiele telefoon op je nachtkastje? Heb jij je mobiel 24/7 in je omgeving? Weet dan dat de blootstelling aan straling op langere termijn niet goed voor je gezondheid is. Daarom hebben we op basis van de originele Nightholder onze 'Zirben Nightholder' ontwikkeld. Daarin hebben we de kunststof onderdelen vervangen door zirbenhouten onderdelen. Net als in de wüfel zit bovenop een uitsparing voor vlokken. Als je die besprenkelt met zirbenolie, verspreidt de ontspannende houtgeur zich meteen.

In een rapport uit 2008 van de Universiteit van de Bundeswehr voor hoogfrequentie-, microgolven- en radartechniek (München) staat dat de oorspronkelijke Nightholder de straling van mobiele telefoons tot circa 75 procent afschermt. Voor de Zirben Nightholder gebruiken we hetzelfde materiaal: een speciale edelstalen behuizing met poedercoating.

Door de combinatie van minder telefoonstraling en de zirbengeur kan de Nightholder van de ZirbenFamilie je slaap positief beïnvloeden en gezondheidsrisico's reduceren.

Productgegevens:

- ♥ Ø 100 mm, hoogte 240 mm, stalen behuizing met poedercoating (gewicht ca. 1,5 kg), inclusief sokkel en deksel uit massief zirbenhout met een uitsparing voor zirbenvlokken
- ♥ 3 uitsparingen aan de onderkant voor de oplader van de mobiel
- ♥ Ca. 10 gram zirbenvlokken
- ♥ 10 ml 100% zuivere en duurzaam vervaardigde zirbenolie van hoogwaardige kwaliteit
- ♥ In drie kleuren verkrijgbaar: zwart, zilvergrijs en wit

Gebruiksaanwijzing:

- Plaats de Nightholder op een vlakke ondergrond
- Plaats je mobiel in de verdieping in de sokkel van de Nightholder
- Om je mobiel op te laden steek je de oplader via de opening aan de onderkant in de mobiel
- Draai de open zijde van de Nightholder weg van je slaapplek
- Tot slot besprenkel je de zirbenvlokken met enkele druppels zirbenolie
- Binnen enkele minuten verspreidt zich een aangename en ontspannende geur door de kamer

