

Für Jedermann & Jederzeit

LEBENSELIXIER SCHLAF

Nach einer durchwachten Nacht steckt uns die Antwort in den Knochen: Schlaf lautet die Geheimformel für unsere Gesundheit. Während der Nacht bereitet er die Basis für Leistungsvermögen und Wohlbefinden am folgenden Tag. Doch hat Schlaf in allen Alter- und Lebensphasen die gleiche Bedeutung für uns? Fragen, die man sich beim norwegischen Boxspring-Experten Jensen stellte. Das Ziel: mit Bettenkomfort nach Maß das große Potential des natürlichen Energie-Boosters optimal auszuschöpfen. Ein Leben lang - ganz gleich wer oder wie alt wir sind.



VON KLEIN AUF AN

Ob bei der Entwicklung vom Säugling zum Kind oder weiter zum Teenager und jungen Erwachsenen - Schlaf spielt eine zentrale Rolle. Er liefert die Grundlage für das rasante Tempo, in dem sich Körper und Geist, kognitive Funktionen, Gedächtnis und physische Gesundheit herausbilden und unterstützt Lernfähigkeit und Wohlbefinden. Von einer frühzeitig etablierten Schlafroutine profitieren Kinder ihr ganzes Leben. Ein Jensen-Bett, das in Größe, Festigkeit und Ausstattung auf Maße, Körpergewicht und Vorlieben junger Schläfer ausgerichtet ist, hat das Zeug zum behaglichen Lieblingsplatz, an dem man sich gern aufhält - vorm Schlafen idealerweise in Begleitung eines Buchs statt des Handys oder Tablets.

Nicht nur als Doppelbett erhältlich: Boxspringbetten von Jensen sind in verschiedensten Maßen erhältlich.

ARBEITSTAG & ENTSPANNUNGSNACHT

Gerade in der mittleren Lebensphase, wenn es gilt, Arbeit, Familie und persönliches Engagement im Lot zu halten, sollte der Schlaf im Fokus stehen. Optimale Erholung und Regeneration während der Nacht ermöglichen, die körperliche und geistige Leistungskraft zu bewahren und die "besten Jahre" auch als solche zu erleben. Jensen schafft dafür die besten Voraussetzungen mit Komfort-Extras, die den Anforderungen dieser Lebensphase entsprechen.





So ermöglicht das "Exact Comfort Adjustment" eine Verstellung des Härtegrades auf Knopfdruck, etwa wenn der Schwangerschaftsbauch nachgiebigen Platz benötigt, oder die durch Stress verspannte Wirbelsäule stärkere Unterstützung braucht. Ändern sich die Umstände, lässt sich der Härtegrad jederzeit wieder flexibel anpassen. In aller Ruhe.

REGENERATION FÜR BEST AGER

Das Alter bringt eine natürliche Veränderung der Schlafgewohnheiten mit sich, Ein- und Durchschlafen verlieren ihre Selbstverständlichkeit. Dazu nimmt die Beweglichkeit mit der steigenden Zahl an Lebensjahren ab. Umso wichtiger ist es, Gedächtnis und Immunsystem, geistiges und körperliches Wohlbefinden durch hohe Schlafqualität zu unterstützen um die Lebensqualität lange zu erhalten. Jensen unterstützt dies etwa mit TempSmart™ Toppfern, Auflagen und Kissen, deren intelligente "Thermostatfunktion" Temperaturschwankungen ausgleicht und so für gleichmäßig tiefen Schlaf sorgt. Betten in Komforthöhen und elektrisch verstellbare Modelle, die je nach Technik-Affinität per App oder Fernbedienung gesteuert werden, garantieren selbstbestimmte Mobilität bei Tag und Nacht.



DO IT YOURSELF:

Das können Sie für guten Schlaf in jedem Alter tun

- Konstante Schlaf-Routine pflegen – auch am Wochenende
- Schlaffreundliches Umfeld schaffen – ruhig, abgedunkelt und behaglich
- Elektronik-Nutzung vor dem Schlafengehen klug dosieren
- Sich ein Relax-Programm wie Lesen oder ein warmes Bad gönnen
- Schweres Essen, Koffein oder Alkohol kurz vor Schlafenszeit meiden
- Körperliches Training am Tag statt zu Beginn der Nacht einplanen

Weitere Informationen erhalten Sie über jensen-beds.com/de