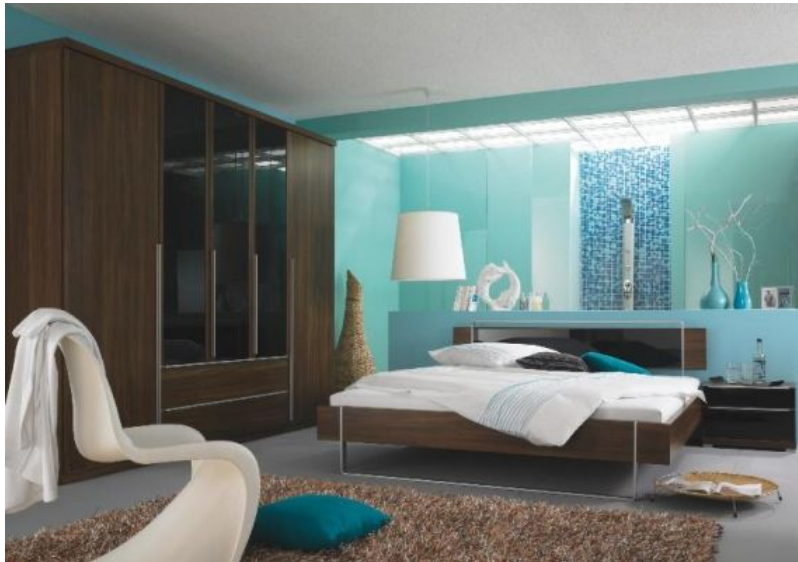


Wie man wohnt, so schläft man

03.04.2008, 16:15 | Mode, Trends, Lifestyle

Pressemitteilung von: *Rauch Möbelwerke*



Fantasie - eine der fünf Rauch-Wohnwelten

Ein Drittel unseres Lebens verbringen wir im Schlafzimmer. Grund genug, sich Gedanken darüber zu machen, wie man am besten schläft und was es dazu braucht. Gerade auch um vorzubeugen, denn jeder dritte Deutsche leidet unter Schlafstörungen. Unser Schlaf ist eben nicht selbstverständlich, sondern ein sensibler Gradmesser des persönlichen Befindens.

Schlafbedürfnis und Schnarchstörung

Normalerweise führt der Schlaf ein Schattendasein, wir machen uns keine Gedanken über ihn und erleben ihn noch nicht einmal bewusst. Nur wenn er ausbleibt, rückt er plötzlich in das Zentrum unserer Aufmerksamkeit, denn ohne ihn können wir nicht. Im Gegensatz zu Kühen kommen wir nicht mit nur drei Stunden Schlaf aus. Allerdings benötigen wir nicht ganz so viel wie Fledermäuse, die sind nämlich erst nach 20 Stunden richtig erholt. Wir sind zum Glück nach acht Stunden Schlaf schon wieder fit. Das aber auch nur, wenn nichts unseren sanften Schlummer stört. Der heftigste Störfaktor in deutschen Schlafzimmern ist das Schnarchgeräusch des Partners – jeder zweite Mann über 50 schnarcht. Diese Beeinträchtigung heißt es wohl oder übel hinzunehmen, andere Faktoren wie etwa das richtige Bett kann man aktiv beeinflussen. Aus dem Bereich des Feng Shui kommen auch viele gute Tipps, um sanfter in den Schlaf gleiten zu können. So sollte das Bett immer mit dem Kopfende an der Wand stehen, damit die unbewusst in uns verankerte Angst vor Angriffen durch eine so herbeigeführte „Rückendeckung“ gemildert wird. Nicht nur die richtige Stellung des Bettes spielt beim Schlafen eine bedeutende Rolle, sondern auch der Schlafraum an sich.

Traumhaft schlafen

Wer sich gestresst und angespannt ins Bett legt, kann nicht erwarten am nächsten Morgen topfit wieder aufzuwachen. Der Körper muss sich erst einmal in Ruhe auf den Schlaf einstellen können. Neben Klassikern wie warme Milch mit Honig oder einem heißen Bad vor dem Zubettgehen, hilft dabei auch die richtige Einrichtung. Denn nur wer sich in seinem Schlafraum geborgen fühlt, kann auch entspannen. Dabei stehen individuelle Wohnwünsche ganz klar im Vordergrund. „So authentisch und einzigartig wie jeder Mensch ist, so sollte auch sein Schlafzimmer sein. Gerade im intimsten unserer Räume, in dem wir neue Kraft schöpfen, kommt es auf ein stimmiges Ambiente an“, weiß Michael Stiehl, geschäftsführender Gesellschafter der Rauch Möbelwerke, dem drittgrößten Schlafmöbelhersteller Europas. Einer

Verwirklichung der ganz persönlichen Schlaf(t)räume gehen oft bis zu fünf Besuche in verschiedenen Möbelhäusern voran. Rauch möchte seinen Kunden das zeitaufwendige und anstrengende Suchen nach den richtigen Schlafmöbeln erleichtern und hat darum die Wohnwelten entwickelt. Basierend auf aktuellen Marktforschungsstudien hat das Traditionsunternehmen damit eine praktische Orientierungshilfe für Kunden geschaffen. Ob puristisch dezent oder klassisch gemütlich, das Wohnwelten-Konzept bietet fünf unterschiedliche Einrichtungsstile für fünf verschiedene Typen. Traumhaft schön schlafen – diesen Wunsch erfüllen die Rauch-Wohnwelten Design, Harmonie, Kultur, Fantasie und Komfort je nach Geschmack und Bedürfnissen ganz individuell.

Portrait

Über die Rauch Möbelwerke:

Seit mehr als 100 Jahren stellt Rauch Schlafzimmermöbel in Deutschland her. Das Traditionsunternehmen aus dem badischen Freudenberg hat sich auf Betten, Kommoden, Schranksysteme und Jugendzimmer im unteren und mittleren Preissegment spezialisiert. Die Möbelwerke sind einer der größten Schlafmöbel-Hersteller Europas: Mehr als ein Drittel seiner Kastenmöbel exportiert Rauch ins Ausland. Damit ist das Familienunternehmen ein echter Global Player – Made in Germany. Mit seinem neuen, verbraucher-freundlichen Wohnwelten-Konzept baut das Familienunternehmen diesen Erfolg weiter aus.

Die Produkte der Rauch Möbelwerke sind im Möbelfachhandel, Mitnahmemärkten und Versandhandel erhältlich. Weitere Informationen erhalten Sie auch unter www.rauchmoebel.de.

News-ID: 200873 • Views: 2270 (Stand: 21.07.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/200873/Wie-man-wohnt-so-schlaeft-man.html>