



Betten Reiter und Schlafexperten auf gemeinsamer Mission

Die Corona-Krise wirkt sich auch auf die Erholung aus

Gesunde Ernährung, Sport und viel frische Luft – es gibt viele Möglichkeiten, das Immunsystem zu stärken. Die effektivste ist aber erholsamer Schlaf. Vor allem in der Corona-Krise hat sich der Schlafrhythmus bei vielen verändert.

Ein Drittel der Österreicher leidet unter Schlafstörungen – das ist durch Corona nicht besser geworden. Dabei ist guter Schlaf kein Zufall. Anlässlich des bevor-

stehenden Tags des Schlafs am 21. Juni haben Betten-Reiter-Chef Peter Hildebrand und der Salzburger Schlafwissenschaftler Dr. Manuel Schabus Tipps für besseren Schlaf gegeben. So rät Hildebrand vor allem zu nachhaltig produzierten und biologisch abbaubaren Textilien. Hildebrand: „Wo kein Gift rein kommt, kommt auch nie eines raus.“ Schabus rät zu 7 bis 9 Stunden Schlaf im regelmäßigen Rhythmus und einem Arbeitsbereich außerhalb des Schlafzimmers.

Foto: Christian A. Pichler



Peter Hildebrand (li.) und Dr. Manuel Schabus (re.) haben mit Chiropraktiker Boris Biebl auch auf die Wichtigkeit der individuell abgestimmten Textilien hingewiesen.



WIEN

ANZEIGE Möbel SEETHALER

Kauf regional!



Repariert auch Ihre Lade, leimt den Sessel, tauscht Schamiere oder erneuert das Schloss.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder Besuch unserer Ausstellung.

Tel. 486 11 51 www.moebel-seethaler.at
1160, Wilhelminenstr. 27 info@moebel-seethaler.at

ANZEIGEN

NEMETZ Fleisch MARKT

Abholmarkt für Fleisch, Wurst und vieles mehr!

Hühnerkeulen

frisch oder TK, vac, Preis per Kilo, inkl. Steuern

AKTION

gültig im Juni 2020, solange der Vorrat reicht



€ 2,99
per KILO

9 x in Wien & Niederösterreich

- 1170 Wien, Hernalser Hptstr. 195
- 1210 Wien, Brünner Str. 330
- 1220 Wien, Rautenweg/Dassanovskyyweg
- 2331 Vösendorf, Marktstr. 19
- 2700 Wr. Neustadt, Wiener Str. 111
- 3500 Krems, Bertschingerstr. 4
- 3071 Böheimkirchen, Betriebsstr. 19
- 3300 Amstetten/Greinsfurth, Weidhofnerstr.44
- 7400 Oberwart, Steinamangererstr. 177

Tel.: 02743 - 255 250

„BARES FÜR WAHRES“

Für Sie stehen drei Experten zur Verfügung!

Aktion 4 Tage gültig! Freitag - Dienstag 10.00 - 18.00 Uhr



Ohne Risiko! Millitärorden Unverbindliche Beratung Transparente Abwicklung Seriöser Ankauf Sofortige Barauszahlung

WIR KAUFEN AN:



Ankauf von: Pelze und Nerze

ANKAUF VON GOLDSCHMUCK ALLER ART. Altgold, Bruchgold, Münzen, Barren, Platin sowie gut erhaltene Ringe, Broschen, Ketten (Armbänder bevorzugt in breiter Form), Colliers, Medallions, Goldfäden - auch defekt, VB Pelz mit Gold.

ANTIKER KORALLENSCHMUCK, KORALLENKETTEN, KORALLENSCHNITZEREIEN (bevorzugt in blutrot), ZAHNGOLD (mit und ohne Zähne), PELZMÄNTEL

Hausbesuche bis zu 100 km kostenlos. Gerne prüfen wir Ihren Schmuck auf Echtheit!



WIR SCHÄTZEN IHRE ANTIQUITÄTEN, SCHMUCK, PELZE U.V.M.

Kostenlos und unverbindlich!

GOLDJOSEF

Döblinger Hauptstraße 42, 1190 Wien

Tel. 0650/3320521

Gernne übernehmen wir Ihre Sperrkosten bis zu 200 € bei Verkauf