

Wir sind Ahlen: Lokale Größen!

Check-Up bei Betten Gahrmann

Kommt Ihr Bett noch durch den TÜV?

Sie wachen morgens nicht mehr erholt auf und Ihr Bett ist in die Jahre gekommen? Der schleichende Verschleiß eines Bettes wird oft nicht wahrgenommen. „Häufig wird das Thema erst angegangen, wenn gesundheitliche Probleme oder leichte Schmerzen auftreten“, weiß Anne Bäumer, Inhaberin von Betten Gahrmann aus Erfahrung. Das kann an verschiedenen Faktoren liegen, nicht immer muss dann ein ganzes Bett ausgetauscht werden. Bei dem Bettencheck, den Betten Gahrmann beim Kunden zuhause durchführt, wird geprüft, ob Matratze, Bettgestell, Lattenrost oder Kissen und Zudecke dafür verantwortlich sein können.

Der Schlaf ist wichtig für die körperliche und geistige Regeneration. Das Bett ist dafür zwar kein Allheilmittel, spielt aber eine entscheidende Rolle. Deshalb ist ein regelmäßiger Bettencheck durch einen Fachberater sehr empfehlenswert. Beim Bettencheck werden bei der Matratze die Funktionalität, der Hygienestatus und die Stützwirkung in Augenschein genommen. Auch wird die Frage beantwortet, ob die Matratze zum Lattenrost passt, wenn beides nicht aus einem Guss ge-



Das Bett spielt eine wichtige Rolle für einen gesunden Schlaf. Bei einem Bettencheck werden unter anderem Funktionalität und Stabilität in Augenschein genommen. Foto: Ralf Steinhorst

kauft wurde. Beim Lattenrost spielt neben der Stützkraft die ergonomische Einteilung eine wichtige Rolle. Beim Bettencheck wird auch geschaut, ob die Einstellmöglichkeiten ausreichend zur Vorbeugung möglicher gesundheitlicher Probleme sind.

Beim Bettgestell sollte die Aufsitzhöhe passend zur Körpergröße gewählt sein. Hier geben

Anne Bäumer und der Schlafberater Michael Schulte von Betten Gahrmann wertvolle Tipps.

Selbst die richtige Wahl von Kopfkissen und Zudecke tragen zur Regeneration im Schlaf bei. Denn die richtige Größe und das Füllvolumen des Kopfkissens dient der Entlastung der Nackenmuskulatur und der Unterstützung der Halswirbel-

säule. Die Zudecke hingegen ist die Klimaanlage des Bettes, das Füllvolumen und das richtige Material sind wichtig für die passende Wärmerückhaltung, die jeder Mensch individuell benötigt.

Gerne vereinbart das Team einen Hausberatungstermin. Terminabsprachen können unter Telefon 0 23 82 / 24 81 getroffen werden. (rst)

Kaufen Sie da,
wo's wächst

SCHULZE
ECKEL

GÄRTNEREI

Prozessionsweg 4
59227 Ahlen
Tel.: 02382 / 2457

Gröbblingen 131
48321 Warendorf
Tel.: 02581 / 7873360

WWW.GAERTNEREI-SCHULZE-ECKEL.DE

IHR KOMPETENTES TEAM IN ALLEN IMMOBILIEN- & FINANZIERUNGSANGELEGENHEITEN

IMMOBILIEN KUPFFERNAGEL

TEL. 0 23 82 - 80 34 89
MOBIL 01 73 - 6 75 42 15

info@kupfernagel-immobilien.de
www.kupfernagel-immobilien.de



280 Jahre

besser schlafen
schöner baden
stilvoller essen
süßer träumen ...

BETTEN-CHECK
bei Ihnen Zuhause

Wir überprüfen
Ihr Bett auf
Rückenfreundlichkeit
und Funktionalität!

gegr. 1743

INHABER: ANNE BÄUMER E. KFFR.
WESTSTR. 97-99 59227 AHLEN · TEL. 02382-2481
WWW.BETTEN-GAHRMANN.DE

Bettenreinigung täglich!