

Headline:

## So schlagen Sie dem Winterblues ein Schnippchen



Die Tage kurz, das Wetter nass-kalt, Haut und Atemwege angegriffen durch trockene Heizungsluft: Kein Wunder, dass wir im Winter eher gereizt sind und uns der Winterblues aufs Gemüt schlägt. Es mangelt uns häufig an Licht, Bewegung und frischer Luft –Antriebslosigkeit ist die Folge, durch die sich die Symptome noch verschlimmern. Doch wir sind dagegen nicht machtlos.

Experten raten deshalb: Wir sollten jede Gelegenheit nutzen, um unserem Körper Tageslicht und frische Luft zu gönnen – und wenn es nur der kurze Spaziergang in der Mittagspause ist. Wer dem Winterblues allerdings so richtig die Zähne zeigen will, der muss seinen Körper ganz gezielt mit Sonnenlicht versorgen. Besonders angenehm geht das mit der SONNENWIESE® von KLAFS: Sie versorgt uns mit wohltuender Wärme und Sonnenlicht, während wir gemütlich auf einer bequemen Liege oder Couch entspannen. Dadurch steigert sie die Vitamin-D Produktion im Körper, die im

Winter durch das fehlende natürliche Sonnenlicht gedrosselt ist – einer der Hauptgründe, warum uns diese Jahreszeit so auf das Gemüt schlägt.

Die frühen Hochkulturen verehrten die Sonne als Gottheit. Durchaus nachvollziehbar – wenn man bedenkt, welche positive Wirkung Wärme und Sonnenlicht auf die Psyche haben. Bei Sonnenschein fühlen wir uns einfach besser, wir sind vitaler und entspannter, unsere Laune steigt. Diese positiven Eigenschaften der Sonne können Sie auch in Ihrem Spa entfalten – mit der KLAFS SONNENWIESE®. Sie wird in zwei Varianten angeboten und sorgt entweder mit UV-Strahlen für eine natürliche, lang anhaltende Bräune oder regt mit kollagenbildenden Wärmestrahlen den Regenerationsprozess der Haut an, die dadurch glatter und straffer wirkt. Daneben besticht die SONNENWIESE® auch mit ihrem eleganten, schlanken Design und, wie von KLAFS gewohnt, mit hohem Anspruch an Qualität und Zuverlässigkeit.

Weitere Informationen erhalten Sie jederzeit gerne bei: KLAFS GmbH, Sonniesenweg 19, 6361 Hopfgarten/Tirol, Tel.: +43 (0) 5335 / 2330-0 oder im Internet unter [www.klafs.at](http://www.klafs.at)

### **Bildmotiv:**

Bild 1:

Wer sich mit der Sonnenwiese die Sonne in sein Zuhause holt, der kann dem Winterblues ein Schnippchen schlagen.



Bildquelle: KLAFS GmbH | Abdruck honorarfrei unter Nennung der Bildquelle.