

Die Natur ins Schlafzimmer holen

La Modula. Natürliche Vollholzmöbel in fünf Holzarten, ökofreundliche Bio-Schlafsysteme und Naturmatratzen

Die zugrunde liegende Idee von La Modula ist es, Produkte für besseres und gesundes Wohnen mit dem Schwerpunkt Schlaf zu entwickeln und anzubieten. Viele Menschen fühlen sich von der schnelllebigen Zeit stark gefordert, umso wichtiger ist es, für eine erholsame Nachtruhe zu sorgen, denn diese beeinflusst auch Gesundheit und Lebensgefühl. Wenn man mit Verspannungen oder unausgeschlafen aufwacht, sollte man sich mit seiner Schlafumgebung beschäftigen. Um herauszufinden, wie man den Schlaf und das Liegegefühl verbessern kann, haben sich die Gründer von La Modula intensiv mit diesem Themenbereich auseinandergesetzt und umfangreiches Wissen dazu erlangt, was es zum gesunden und regenerativen Schlaf braucht. Beiden Recherchen zum Thema wurde man auch auf die unterschiedlichen positiven Wirkungen verschiedener Holzarten aufmerksam.

Besondere Wirkung

Hannes Bodlaj, Geschäftsführer von La Modula, erwähnt hier insbesondere die Zirbe: „In einem Schlafzimmer mit Möbeln aus Zirbenholz sind die Tiefschlafphasen tiefer und länger. Somit



Für Akzente mit kraftvoller Maserung: Wildeichenmöbel (o.). Guter Schlaf auch für die Kleinsten in Möbeln aus Zirbe (li.)

erwacht man bei gleicher Schlafdauer erholt und ist für die Anforderungen des Alltags besser gewappnet. Weiters wird das vegetative Nervensystem beruhigt und der Herzschlag um bis zu

3500 Schläge pro Tag reduziert, das entspricht einer ganzen Stunde Herzarbeit.“ Verantwortlich dafür ist der in der Zirbe enthaltene Wirkstoff Pinosylvin, der auch für den angenehmen Duft sorgt.

Nächte im Zirbenbett können beruhigen und entspannen und dadurch die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit erhöhen. Auch andere Massivhölzer wirken positiv auf den Menschen. Jedes Holz weist seine eigenen bemerkenswerten Eigenschaften auf. So soll die Kastanie Talente und Mut fördern und die Esche die Willenskraft stärken. La Modula bietet über 80 Bettenmodelle in Zirbe, Eiche, Wildeiche, Esche und Kastanie an.

Traumhaft schlafen

Aus den Überlegungen zum gesunden Schlaf entstand

bei La Modula in weiterer Folge einständig wachsendes Sortiment. Eigene Ideen oder Vorstellungen bilden die Grundlage der Produkte, die aus biologischen Werkstoffen solide und hochwertig gefertigt werden. Die verwendeten Hölzer stammen aus nachhaltiger Forstwirtschaft. Das Zirbenholz stammt ausschließlich aus österreichischen Wäldern. Die metallfreien Betten von La Modula werden durch ein stabiles, aber einfaches Stecksystem zusammengebaut und lassen sich mühelos auch wieder abbauen. Die La-Modula-Matratzen sind aus 100 Prozent Naturlatex gefertigt, die Lattenroste metallfrei. Kuschelige Bettdecken und Bettwäsche sorgen für ein traumhaftes Schlafenerlebnis, das passende Kopfkissen unterstützt den Nacken und das alles sorgt für ein angenehmes Liegegefühl.

Kompetente Beratung

Besonderer Wert wird bei La Modula auf Beratung und Service gelegt. Die Kundenbetreuer nehmen sich Zeit und beraten ausführlich zum Thema Wohnen und Schlafen.

Kostenlose Servicenummer:
© 00800 39900 388
www.lamodula.at

Auswirkungen von Zirbenholz auf den Schlaf

Die positiven Eigenschaften des Holzes der „Königin der Alpen“ (Zirbe oder Arve) werden seit Jahrhunderten genutzt. Erstmals aber wurde dieses Erfahrungswissen einer empirisch wissenschaftlichen Analyse unterzogen. Wissenschaftler der Forschungsgesellschaft mbH Joanneum Research evaluierten die Auswirkungen von Zirbenholz auf Belastungs- und Erholungsfähigkeit. Mit Hilfe hochauflösender EKG-Rekorder wurde die Herzfrequenz und ihre Variabilität, vegetative Parameter und die biologische Rhythmik der Erholung untersucht.

Im Schlaf zeigte sich eine deutlich bessere Schlafqualität im Zirbenholzbett im Vergleich zu einem Holzdekorbett. Die bessere Nachterholung geht mit einer reduzierten Herzfrequenz und einer erhöhten Schwingung des Organismus im Tagesverlauf einher. Die durchschnittliche „Ersparnis“ im Zirbenholzbett lag bei 3500 Herzschlägen pro Tag, was etwa einer Stunde Herzarbeit entspricht.