



GROSSER RATGEBER

SCHÖNER SCHLAFEN

■ BETTEN: Neue Modelle ■ TREND: Hohe Betthäupter ■ STILWELTEN: Romantisch, Modern, Country ■ BETTWÄSCHE: Muster zum Träumen ■ VORHÄNGE & CO: Endlich dunkel



DOPPELPARTNER Das Besondere an Bett „Colette“, Marke „Dialog“: Hier können Schlafnachbarn an zwei weich gepolsterten Wandpaneelen ihren Kopf bequem anlehnen. Bettanlage mit einer Front im Dekordruck „Eiche Sanremo hell“, Liegefläche 180 x 200 cm, ohne Lattenrost und Matratze, ca. 650 Euro, zwei Nachttische ca. 220 Euro (Rauch Möbelwerke).

Jetzt geht's hoch her

Hohe Betthäupter, weich gepolstert oder einfach nur sehr dekorativ, liegen im Trend. Sie vermitteln uns Geborgenheit und sind angenehm bequem beim Lesen und Fernsehen



5



6



7

Text: Gudrun Knappe

5 SUPERGEMÜTLICH ist das Kopfteil mit voluminöser Würfelsteppung von „Aida“ – genau richtig zum genusslichen Zurücklehnen beim Frühstück im Bett. Auch hier gilt: Wie das Haupt, so die Matratze. Sie kann trotz eines durchgehenden Kerns mit zwei unterschiedlichen Härtegraden ausgestattet werden – für individuellen Schlafkomfort (Schlaraffia).

6 XXS-ELEGANZ Das superschmale Haupt von „Unicata“ mit abgeschrägten Wangen und extravaganter Lackierung gibt dem Bett einen stylischen Look. In Weiß und Anthrazit mit Hochglanz- oder Mattlackierung sowie Kopfteilen in unterschiedlichen Höhen. Ab ca. 1240 Euro (Röwa).

7 BETTHAUPT einmal anders. Das Bilder-Arrangement über der Wandvertäfelung macht das Schlafzimmer zum Refugium mit persönlicher Note. Bequem anlehnen können wir uns dennoch: Das Kopfteil von „Hernes“ ist 122 cm hoch – einfach mit Kissen polstern und sich einkuscheln. Kiefer massiv, weiß gebeizt, 160 x 200 cm, ohne Matratze und Federholzrahmen, ca. 220 Euro, Ablagetisch ca. 30 Euro (Ikea).

NEW LOOK Das klassische Polsterbett „Bay“ überrascht mit zwei neuen Details: dem gepolsterten Bettrahmen mit integrierten Füßen und dem elegant geschwungenen Kopfteil, das Intimität und Geborgenheit vermittelt. Höchster Schlafkomfort durch die Kombination von zwei Taschenfederkernmatratzen. 140 x 200 cm, ab ca. 6275 Euro (Grand Luxe by Superba).



ADRESSEN AM HEFTENDE



Gut schlafen und entspannt aufwachen, bleibt mit der richtigen Matratze kein Traum. Hier: „Etera Uno“ von Röwa. Infos rechte Seite.

Wie man sich bettet ...

Kein erholsamer Schlaf ohne eine perfekte Matratze. Aber welche ist das für Sie? Federkern? Kaltschaum? Finden Sie es heraus

Für optimalen Schlafkomfort darf auch die teuerste Matratze nicht einfach auf dem Boden liegen. Eine Boxspringbasis oder ein Lattenrost sind nötig, damit sie unseren Schlafbewegungen folgen kann und Muskeln, Gelenke und Wirbelsäule entlastet sind. Federkernmatratzen bestehen im Inneren aus Hunderten kleiner Stahlfedern, die in Stoffsäckchen eingefasst und miteinander verbunden sind. Diese Federn werden durch das Gewicht des Schlafenden unterschiedlich stark eingedrückt, so dass sich die Matratze unserem Körper anpasst und ihn gut abstützen kann. Moderne **Taschenfederkernmatratzen** sind in bis zu sieben Zonen mit unterschiedlich harten Federn unterteilt. So gibt die Matratze im Schulterbereich stärker nach als zum Beispiel auf der Höhe der

Füße. Ummantelt werden die Federkerne mit Kaltschaum. Für besonders leichte Menschen und die zahlreichen Seitenschläfer bieten Federkernmatratzen die beste Unterstützung.

Kaltschaummatratzen entstehen durch das Aufschäumen von Kunststoffen in kalter Luft. Dabei bildet sich eine poröse Struktur, die eine gute Luftzirkulation und damit den Abtransport von Feuchtigkeit ermöglicht. Bereiche unterschiedlicher Härte werden durch Aussparungen im Schaumkern gebildet – fünf bis sieben Zonen sind üblich. Kaltschaummatratzen haben trotz ihres Namens eine sehr gute Wärmeisolation und eignen sich daher eher für Frierer als für Schwitzer. Allergiker bevorzugen sie wegen ihrer geringen Anfälligkeit für Milbenbefall.

Taschenfederkern mit Schulterkomfortzone



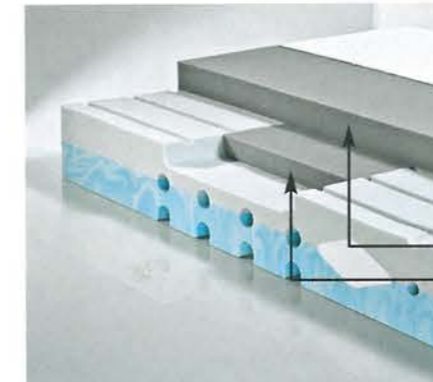
Für alle, die gern auf der Seite ruhen, sind Taschenfederkernmatratzen mit patentierter **SCHULTERAUFNAHME** ideal. Die im Schulterbereich reduzierte Federkraft und spezielle Elastizität des Bezugs sorgen für perfekte Anpassungsfähigkeit. Die „Mythos 71-5“ ist zudem in fünf Belastungsstärken von unter 55 kg bis über 120 kg erhältlich. In 80 x 200 cm ab ca. 2300 Euro (Schramm).

Doppeltaschenfederkern



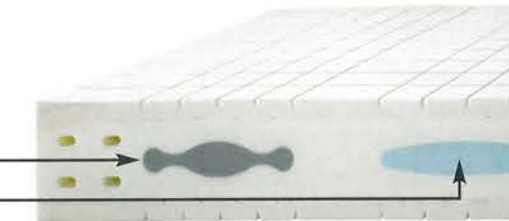
Zwei **ÜBEREINANDER LIEGENDE TONNENTASCHENFEDERKERNE** in Vlies-taschen bieten hier den luxuriösen Liegekomfort. Die „Etera Uno“ ist in sieben Körperzonen unterteilt. Die Taschenfedern geben je nach Körperzone nach oder stützen ab. H 32 x B 80/90/100 x L 200 cm, ca. 1750 Euro (Röwa).

Matratze mit „Geltex inside“



Diese Matratzen stellen sich automatisch auf jeden Körper ein. Der patentierte Werkstoff „Geltex inside“ kombiniert hochelastisches Gel mit luftdurchlässigem Schaum. Er ist äußerst atmungsaktiv und bietet hervorragende Körperunterstützung und Druckentlastung. **AUFLAGESCHICHT** und **SCHULTEREINLAGE** aus „Geltex“ sorgen für die Entlastung der Schulterpartie. „Versa 22 Geltex inside“. In 80/90/100 x 200 ab ca. 1190 Euro (Swissflex).

Thermoschaum



Durch die Körperwärme des Schlafenden passen sich Thermoschaummatratzen bestens an. Spezielle **KOMFORTEINSÄTZE** für Schulter, Lende und Becken unterstützen diese Regionen und entlasten so die Wirbelsäule. In 80 x 200 cm ca. 900 Euro (Billerbeck über perfekt-schlafen.de).

Interview mit Schlafprofi Angela Schramm

Die Bettenmanufaktur Schramm beschäftigt sich in dritter Generation mit perfektem Schlafkomfort. Welche Erfahrungen wurden in dieser Zeit gesammelt?

Das Bett ist schon lange nicht mehr schlichte Schlafstatt. Wir haben es im Laufe der Zeit an unsere individuellen Bedürfnisse angepasst. Natürlich muss es komfortabel sein und dem Schlafenden optimale Unterstützung im Rücken, Schulter- und Hüftbereich bieten. Es muss aber auch schick aussehen, denn Entspannung und Lifestyle gehören heute eng zusammen. **Was ist für Sie wichtigstes Kriterium einer Matratze?**

An erster Stelle steht für mich das persönliche Wohlfühlgefühl des Liegenden. Für die

meisten bedeutet das, die Unterlage muss stützend, aber nicht hart sein. Sie soll flexibel nachgeben, aber nicht weich sein. Natürlich gibt es Menschen, die das anders empfinden, das muss jeder für sich selbst herausfinden. Weiterhin sollte die Matratze ein gesundes Schlafklima erzeugen. Das tut sie automatisch, wenn sie aus hochwertigen Naturmaterialien besteht.

Was zeichnet Matratzen aus Ihrem Haus vor allem aus?

Das Besondere an unseren Taschenfederkernmatratzen sind die thermisch veredelten Federn. Sie werden extrem erhitzt und langsam wieder abgekühlt. Das nennt man ofenthermische Vergütung und wir sind die einzigen, die diese Methode bis heute praktizieren. Die Federn sind dadurch extra sprunghaft, belastbar und dauerhaft elastisch. Zudem sind unsere Matratzen in Handarbeit gefertigte Unikate, die Statur und Schlafgewohnheiten des Einzelnen berücksichtigen.

Speziell für Seitenschläfer beispielsweise werden im Schulterbereich Federn mit reduzierter Kraft eingesetzt, damit die Schulter tiefer einsinken kann.

Wie blickt das Familienunternehmen Schramm in die Zukunft? Welche Innovationen sind in Sicht?

Als Traditionsunternehmen sind wir seit 1923 unserem Handwerk treu. Der Qualitätsanspruch ist unser Leitgedanke und wird es auch bleiben. Doch schließt Tradition innovatives Denken keineswegs aus. Bei uns steht die vierte Generation schon in den Startlöchern und die hat sicher neue, aufgeweckte Ideen.

Angela Schramm führt zusammen mit Ehemann Axel das 1923 gegründete Familienunternehmen.

