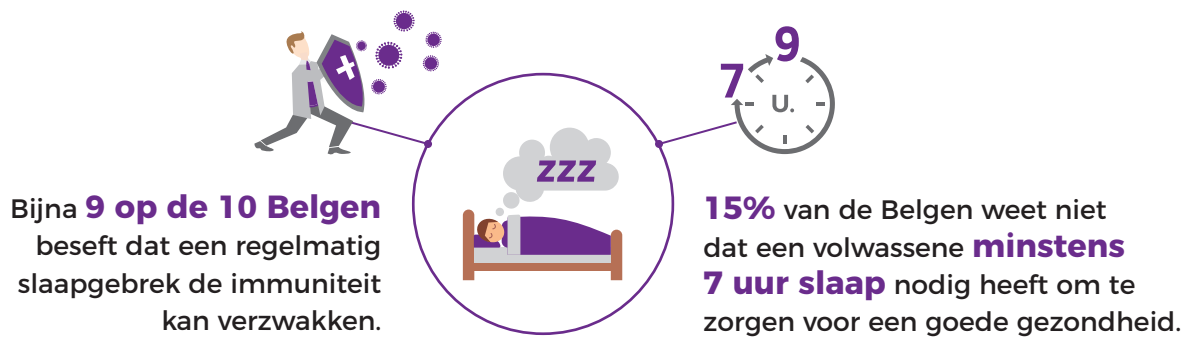


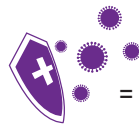
BELGEN OVER HUN SLAAP EN IMMUNITEIT

#beterslapendangenezen

2 belangrijkste resultaten uit de enquête*



GOEDE NACHTRUST = STERKE IMMUNITEIT

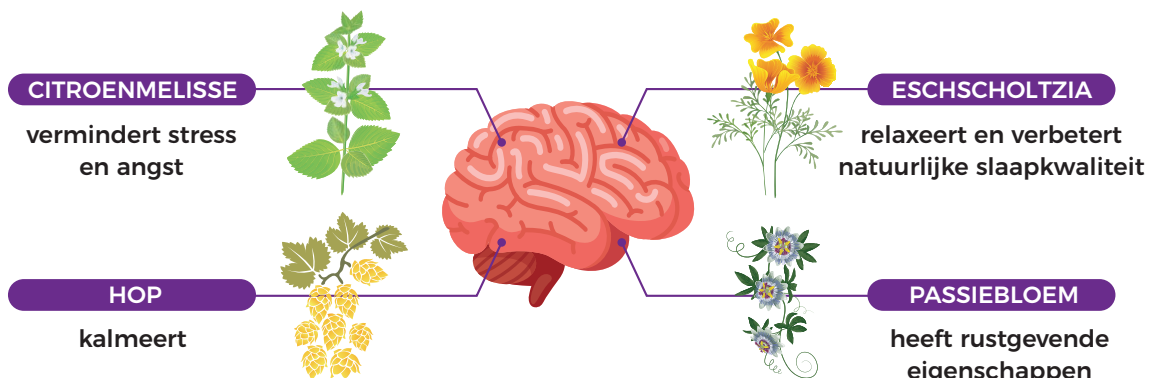


= ZORG DRAGEN VOOR JE GEZONDHEID



Synergie van 4 planten voor doeltreffende verbetering van de slaapkwaliteit

Hebben een effect op de drie belangrijkste fasen van de slaap



Eenvoudige tips voor een goede nachtrust

ZORG VOOR EEN GOEDE SLAAPOMGEVING:

-  FRISSE, VERLUCHTE KAMER
-  MAAK HET DONKER
-  EEN GOED BED
-  VERMIJD ELEKTRONISCHE APPARATEN EN SCHERMEN IN DE KAMER

PROBEER NATUURLIJK DE SLAAP TE VATTEN:

-  VERMIJD SCHERMEN EEN HALFUUR VOOR HET SLAPENGAAN
-  DOE AAN MEDITATIE OF YOGA
-  LEES EEN BOEK
-  GEBRUIK NATUURLIJKE OPLOSSINGEN ZONDER RISICO OP VERSLAVING

 LEER JE NACHTRUST KENNEN EN RESPECTEER JE SLAAPRITME

#zorgeloosslaap #beterslapendangenezen #laboratoiresOrtis