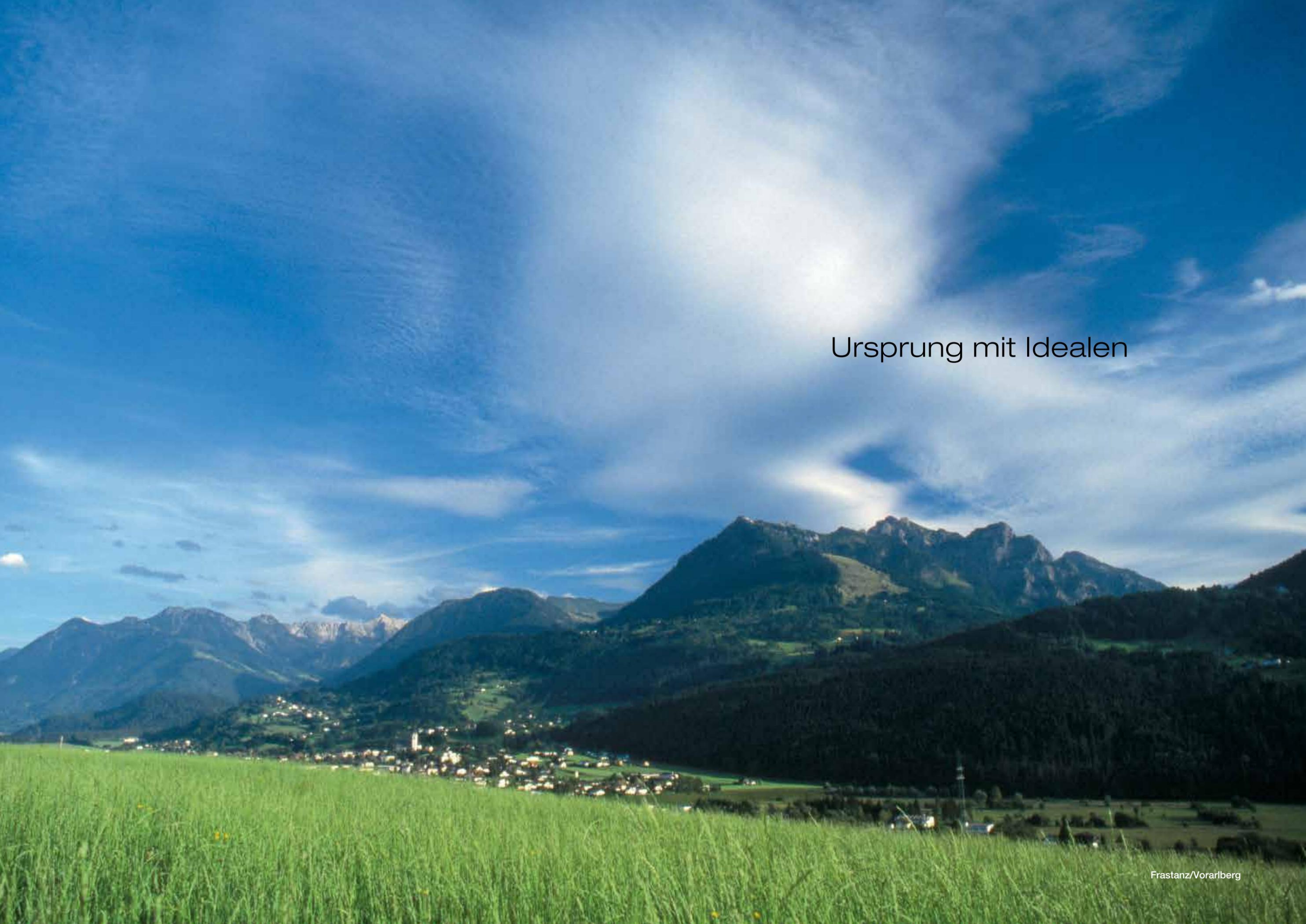


Ich schlafe Lebensenergie

SAMINA

**SAMINA**

06	Das Unternehmen
10	Das Schlaf-Gesund-Konzept
14	Die Materialien
18	Die Verarbeitung
22	Die Orthopädie des Liegens
24	Klimabalance und Punktlastizität
26	Die Produktübersicht
30	Die überzeugenden Argumente
34	Die Schlaf-Gesund-Beratung



Ursprung mit Idealen



„Engagiert haben wir bei SAMINA in den letzten 25 Jahren die Vision verfolgt, mit unserem Produkt die Lebensqualität nachhaltig zu steigern. Heute ist diese Vision Realität und ermöglicht unseren Kunden ein gesünderes, fitteres und erfolgreicherer Leben.“

**Aus der Natur Vorarlbergs hinaus in die Welt.**

Vor 25 Jahren entwickelte der Gesundheitsexperte und Schlafpsychologe Dr. med. h.c. Günther W. Amann-Jennson ein Schlaf-Gesund-Konzept und startete mit der Unternehmensgründung die Erfolgsgeschichte der SAMINA Schlafsysteme. Inmitten herrlicher Natur werden am SAMINA Firmensitz im Vorarlberger Frastanz auf über 3000 m<sup>2</sup> Produktions- und Verwaltungsfläche die SAMINA Schlaf-Gesund-Produkte sorgfältig von Hand gefertigt.

Dem Firmenziel – so vielen Menschen wie möglich zu einem besseren Schlaf, mehr Gesundheit, Lebensenergie und persönlichem Erfolg zu verhelfen – hat sich im Familienunternehmen SAMINA mittlerweile auch die zweite Generation verschrieben. Sie unterstützt Firmengründer und Visionär Günther W. Amann-Jennson dabei, seine Gesundheitsideale und das SAMINA Schlaf-Gesund-Konzept hinaus in die Welt zu tragen.

**SAMINA Produktions- und Handels GmbH**

Firmensitz: Frastanz/Vorarlberg/Österreich  
Gründungsjahr: 1989  
Mitarbeiteranzahl: 70  
SAMINA Vertriebsstandorte: Österreich, Deutschland, Schweiz, Liechtenstein, Niederlande, Italien, Spanien, Frankreich, Slowakei, Tschechien, Russland, Türkei, Kanada, USA, Indonesien

**Aktuelle Auszeichnungen**

Bestes Familienunternehmen Vorarlbergs 2013  
Bestes KMU Vorarlbergs 2013  
Senses Life Time Award 2012



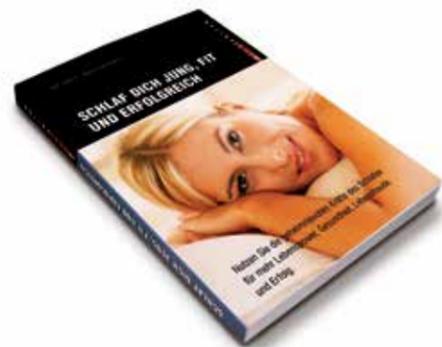
## Persönlichkeit mit Pioniergeist

Dr. med. h.c. Günther W. Amann-Jennson, Schlafexperte & SAMINA Gründer



„Gesunder, erholsamer Schlaf braucht elementare Voraussetzungen. Der biologisch wichtigste Platz in Haus und Wohnung ist der Schlafplatz, das wichtigste Möbelstück das Bett. SAMINA ist es mit seinem Bettinhalt gelungen, alle Faktoren zu berücksichtigen und dadurch aus jedem Schlafplatz einen Ort der Entspannung, Regeneration und des Bioenergetischen Schlafs® zu machen. Das garantiert unseren Kunden die bestmögliche Schlafqualität und so auch jeden Tag viel frische und positive Lebensenergie.“

Günther W. Amann-Jennson,  
Begründer des Bioenergetischen Schlafs®



**Schlaf ist die größte Quelle für Gesundheit, Lebensenergie, Leistungsvermögen und Erfolg.**

Eine Tatsache, die den Schlafpsychologen und Gesundheitsexperten Günther W. Amann-Jennson dazu veranlasste, in den Jahren 1983 bis 1988 das SAMINA Schlaf-Gesund-Konzept zu entwickeln. Gut ein Drittel des Lebens verbringt der Mensch im Schlaf. Diese Zeit ist für die Erholung von Körper, Geist und Seele lebensnotwendig. Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden des Menschen hängen maßgeblich von dieser

Erholungsphase und somit von der Qualität des Schlafs ab. Schon vor 30 Jahren prägte Günther W. Amann-Jennson den Begriff des Bioenergetischen Schlafs® und gab damit der höchsten Form der körperlichen, seelischen und geistigen Regeneration durch Schlaf einen Namen. Der wichtigste Faktor des Bioenergetischen Schlafs® ist das innovative, von ihm entwickelte SAMINA Schlaf-Gesund-Konzept, das alle bau-

biologischen, schlafmedizinischen, orthopädischen, bettklimatischen, hygienischen und materialbedingten Anforderungen des gesunden Schlafs erfüllt. Damit werden die wichtigsten Voraussetzungen geschaffen, um sowohl entspannt einzuschlafen als auch qualitativ hochwertig durchzuschlafen und erholt aufzuwachen.

Als Folgewerk des Bestsellers „Schlaf dich gesund!“, widmet sich Günther W. Amann-Jennson in diesem Buch insbesondere jenen Potenzialen, die durch einen gesunden und tiefen Schlaf nutzbar werden.

Mit der Kraft der Natur





**Die bei SAMINA verwendeten naturbelassenen Materialien haben eine positive Wirkung auf Erholung und Schlafqualität.**

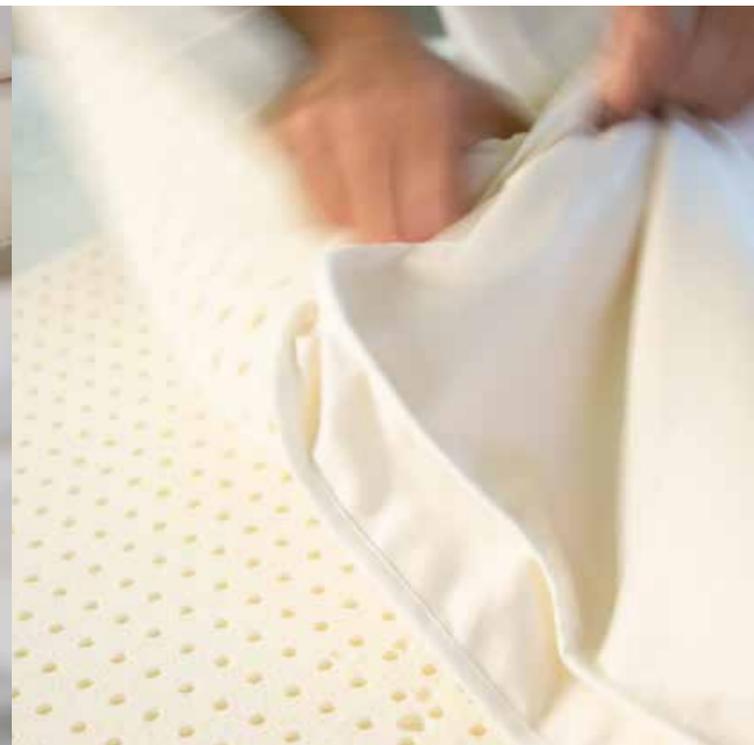
Bereits bei der Gewinnung der wertvollen Rohstoffe wird auf vieles Rücksicht genommen. So kommen nur die qualitativ besten Materialien bei der Herstellung der SAMINA Produkte zum Einsatz. Der Stoff, aus dem die Träume sind, besteht bei SAMINA aus naturreiner, atmungsaktiver Baumwolle, gefüllt mit 100 % organischer Schafschurwolle, gewonnen von frei lebenden Schafen aus dem Lechtal (Allgäu). Nur vollkommen natürlich behandelt entfaltet Schafschurwolle ihre außergewöhnliche Fähigkeit, 30 % ihres Eigengewichtes an Feuchtigkeit

aufzunehmen. SAMINA Schafschurwolle wird deshalb nur sanft gewaschen und in Wollmiese verarbeitet, bevor sie als Füllmaterial in die naturbelassenen Baumwollhüllen in Vollzwirnqualität eingearbeitet wird. Im Winter wärmend, im Sommer kühlend, sorgen SAMINA Schafwollauflagen, Zudecken und Kissen auf vollkommen natürliche Weise für ein harmonisches und trocken-warmes Bettklima. Die einzigartige Spannkraft der unbehandelten Eschenholzlamellen sowie die natürliche Elastizität von Naturkautschuk

sind die Erfolgsfaktoren für die orthopädisch wichtige Entlastung und Stützung des Körpers während des Schlafs. Dabei steht der frei schwingende Lamellenrost im Mittelpunkt. Mit seiner Fähigkeit Sonnenenergie zu speichern, leistet Eschenholz einen weiteren wichtigen Beitrag, Lebensenergie zu schlafen. Die hochwertige 100 %ige Naturkautschukmatratze mit hoher Punktelastizität überträgt die Wirkung des Lamellenrostes und garantiert einen hohen Schlafkomfort. So nutzt SAMINA in allen Bereichen die Intelligenz der Natur.



Verarbeitung in Handwerkstradition



**SAMINA Qualität geht durch viele Hände. Eine sorgfältige Verarbeitung von Hand garantiert, dass die biologischen Wirkfaktoren voll zur Geltung kommen. Dadurch entstehen die unverwechselbaren SAMINA Produkte.**

In einem SAMINA Schlafsystem stecken viele Stunden Vorbereitung und sorgfältige Handarbeit. So bewusst die verwendeten Rohstoffe ausgesucht werden, so bewusst werden sie in bewährter Handwerkstradition auch verarbeitet. Denn die wertvollsten Rohstoffe und Materialien sind nutzlos, wenn bei ihrer Weiterverarbeitung ungesunde Hilfsmaterialien zum Einsatz kommen oder durch maschinelle Fertigung natürliche Wirkstoffe zerstört werden. Die handwerkliche und gewissenhafte Verarbeitung bei SAMINA bewahrt diese

feinstofflichen Energien der Naturmaterialien. So wird jede einzelne der 90 Eschenholzlamellen eines Lamellenrostes geprüft, bevor sie händisch eingearbeitet wird. Die Baumwollhüllen der Schafwollauflagen, Zudecken und Kissen werden besonders schonend mit der wertvollen Schafschurwolle befüllt und genäht. Besonderheiten, wie die Kreuzstich-Fixierung der Wollvliese, führen zu einem nachhaltigen Kundennutzen, da starre Steppnähte und daraus resultierende Kältebrücken verlässlich vermieden werden.

Dies garantiert ein unvergleichliches, trocken-warmes Bettklima. Derart sorgfältig und liebevoll gefertigt, ist jedes SAMINA Produkt ein Unikat, das dank höchster Material- und Verarbeitungsqualität ganz wesentlich zu gesundem Schlaf und einem Maximum an Regeneration beiträgt.

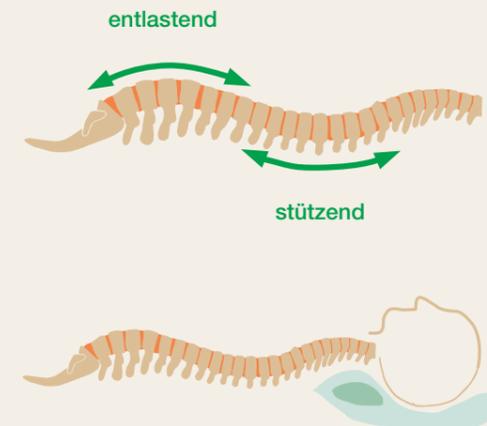
Ein Schlafsystem mit Idealen





„Das SAMINA Schlafsystem ermöglicht die Orthopädie des Liegens und erfüllt somit einen der wichtigsten Faktoren des gesunden Schlafs.“

Dr. med. Friedhelm Heber,  
Facharzt für Orthopädie



### Der SAMINA Effekt

Eine optimale Schlafunterlage muss entlasten und aktiv stützen können. Die ausgeprägten Körperpartien, vor allem der Gesäß- und Schulterbereich, werden bei SAMINA körpergerecht entlastet. Ebenso wichtig ist jedoch, dass auch der Nacken- und Kopfbereich vom Schlafsystem aktiv gestützt werden. Dies gewährleistet SAMINA mit einem einzigartigen Sortiment von unterschiedlichsten orthopädischen Kissen. Daher dient das perfekt auf den menschlichen Körper abgestimmte SAMINA Schlafsystem der Erholung des Rückens und der Vorbeugung von Rückenbeschwerden.

Wie der menschliche Körper ist auch das SAMINA Schlafsystem schichtweise aufgebaut. Das Ergebnis: ein harmonisches und natürliches Zusammenspiel der einzelnen Systemelemente für mehr Energie am Tag.



Der Großteil aller Schlafunterlagen verhält sich passiv gegenüber Schlafenden: Je nach Material und Unterbau sinken schwere Körperpartien wie Schulter und Gesäß mehr oder weniger tief ein, die natürliche S-Form der Wirbelsäule geht durch den oft fehlenden Druckausgleich verloren. Als Folge davon müssen sich Wirbelsäule und Muskeln durch Anspannung den notwendigen Ausgleich schaffen. Um eine optimale Erholung des Rückens, der Wirbelsäule sowie der Muskulatur gewährleisten zu können, muss die ideale Schlafunterlage den Körper genau so nachmodellieren können,

wie er im Stehen gebaut ist. Das SAMINA Schlafsystem erfüllt dieses Kriterium dank des doppelseitigen, frei schwingenden Lamellenrostes perfekt. Durch die einzigartige Konstruktion entsteht von unten ein aktiver Gegendruck. Der Lamellenrost stützt und entlastet den Körper und sorgt damit für einen steten Druckausgleich zwischen Schläfer und Unterlage. Dadurch kommt es während des Schlafs zu einer Langzeittraktion der Wirbelsäule. Auf diese Weise dehnen sich die Wirbelkörper. Die Bandscheiben haben sofort mehr Raum und können sich optimal regenerieren. Als Folge davon

kann sich die Muskulatur vollkommen entspannen, Verspannungen und Fehlhaltungen sind ausgeschlossen. Mit 20 bis 30 Lageänderungen im Schlaf ist der Körper in der Nacht ständig in Bewegung. SAMINA garantiert jederzeit die optimale und automatische Anpassung an die jeweilige Schlafposition. Gerade Menschen mit Rückenschmerzen und Problemen an der Wirbelsäule profitieren vom ganzheitlichen SAMINA Schlaf-Gesund-Konzept. Dies ist der Grund, weshalb zahlreiche Orthopäden, Physiotherapeuten und Ärzte seit vielen Jahren SAMINA empfehlen.



**Gesundes Bettklima - das ideale Schlafsystem muss auch dermatologischen und rheumatologischen Anforderungen gerecht werden.**

Mit ihrer hohen Punktlastizität und dem guten Rückfederungsverhalten sorgt die Matratze aus 100 % Naturkautschuk dafür, dass Druckempfindungen an Haut und Muskulatur, wie sie etwa auf einer harten Auflage empfunden werden, vermieden werden. Sie gibt die Wirkung und Eigenschaften des SAMINA Lamellenrostes optimal weiter. Die Muskulatur kann sich entspannen, der arterielle und venöse Blutdurchfluss ist während der Nacht kontinuierlich gewährleistet. Die SAMINA Schafschurwollauflage bildet die oberste Schicht

des SAMINA Schlafsystems. Sie ist gefüllt mit 100 % organischer Schafschurwolle, welche neben der hohen Feuchtigkeitsaufnahme auch über eine ideale Selbstreinigungskraft verfügt. Dadurch wird den oft Allergie auslösenden Hausstaubmilben die Feuchtigkeit und damit die wichtigste Lebensgrundlage entzogen. Die trockene Wärme ermöglicht wohligen Schlaf und wirkt antirheumatisch. Die Hülle der Schafschurwollauflage besteht wahlweise aus reinem, hautfreundlichem und gewirtem Baumwoll- oder Schafschurwollstoff.



Bio-aktive Schafschurwolle hat eine beruhigende Wirkung.



Eine Decke aus naturbelassener, anschmiegsamer Schafschurwolle und ein orthopädisches Kissen aus dem reichhaltigen SAMINA Sortiment vervollständigen das SAMINA Schlafsystem.

Die SAMINA Vierjahreszeitendecke bietet für jede Jahreszeit das optimale Bettklima. Sie besteht aus einer luftig-leichten Sommerdecke und einer warmen Frühlings-/Herbstdecke. Für die kalten Wintertage ergibt diese zusammenknüpfbare Kombination die Winterdecke. Ebenfalls im Sortiment - die perfekte Decke für heiße Sommernächte "Sommernachtstraum". Das orthopädisch richtige Kissen ist für eine optimale Regeneration der Halswirbelsäule mitentscheidend. Unter den verschiedenen SAMINA Kissen findet jeder das passende Stück.



Zusammen mit Orthopäden, Physiotherapeuten und Schlafexperten hat SAMINA ein einzigartiges Kissensortiment entwickelt. Beispiel SAMINA Delta: Ideales Kissen für Seiten- und Rückenschläfer. Hochelastischer Naturkautschukkern ist der Hals-Kopf-Linie angepasst und wirkt orthopädisch.



### Orthopädische Kissen

Die Anforderungen, die an ein optimales Kissen gestellt werden, sind vielfältig. Die entscheidenden Vorteile der SAMINA Kissen sind der Aufbau, die Größen, die verwendeten Naturmaterialien sowie die verschiedenen Füllungen von Schafschurwolle über Dinkel, Hirse und Kapok bis zu Zirbenholzspänen.

### Anschmiegsame Decken

In naturbelassener Baumwollhülle aufwendig mit Kreuzstichen verarbeitet, sind die SAMINA Decken anschmiegsam, fließend - einfach traumhaft. Die Wollfüllungen der SAMINA Decken bestehen ausnahmslos aus 100 % biologisch aktiver Schafschurwolle.

### Klimaregulierende SAMINA Schafschurwollauflage

Die klimaregulierende Schafschurwollauflage ist mit 100 % organischer Schafschurwolle gefüllt und garantiert ein trocken-warmes Bettklima. So sorgt sie für einen gesunden Schlaf und eine antirheumatische Wirkung.

### Lokosana® Erdungsauflage - Mit dem „Barfuß-Effekt“ durch die Nacht

Das nächtliche Erden stellt den direkten Kontakt zur Erde wie beim Barfußlaufen her. Wissenschaftliche Studien belegen: wenn wir uns erden, gelangen freie Elektronen in unseren Körper und verteilen sich. So kann der Organismus die elektromagnetische Qualität der Erdoberfläche für einen guten Schlaf nutzen.

### SAMINA Naturkautschukmatratze mit hoher Punktelastizität

Mit ihrer hohen Punktelastizität und dem guten Rückfederungsverhalten sorgt die Matratze aus 100 % Naturkautschuk dafür, dass Druckempfindungen an Haut und Muskulatur vermieden werden. Sie gibt die Wirkung und Eigenschaften des SAMINA Lamellenrostes optimal weiter und garantiert einen hohen Schlafkomfort.

### Frei-schwingender, doppelseitiger SAMINA Lamellenrost

Die patentierte Konstruktion des frei schwingenden, doppelseitigen SAMINA Lamellenrostes erzeugt eine optimale Abstützung der Lendenwirbelsäule und gleichzeitig eine notwendige Entlastung der Bandscheiben und der Muskulatur.

### Ausgeklügelte Zusatzteile für höchsten Komfort

Die Sitzhochstellung aus massivem Buchenholz ermöglicht auch im Sitzen eine schonende Lagerung der Wirbelsäule. Die einzigartige Entspannungsbrücke sorgt für eine optimale Entlastung der Bandscheiben im Lendenwirbelbereich. Mit speziellen Keilen kann der Kopf- und Fußbereich bei Bedarf um 4 cm erhöht werden.

Höchstleistungen durch gesunden Schlaf





„Entspannen, erfrischen, erneuern - jede Nacht voll Regeneration und Tiefenentspannung lässt uns tagsüber zur Höchstform auflaufen. SAMINA ist das Beste, was man sich für eine erholsame Nachtruhe wünschen kann!“

Julia & Timo Pritzel,  
SAMINA Schläfer & Personal  
Yoga, Health & Life Coaches  
& Timo: Bike Profi

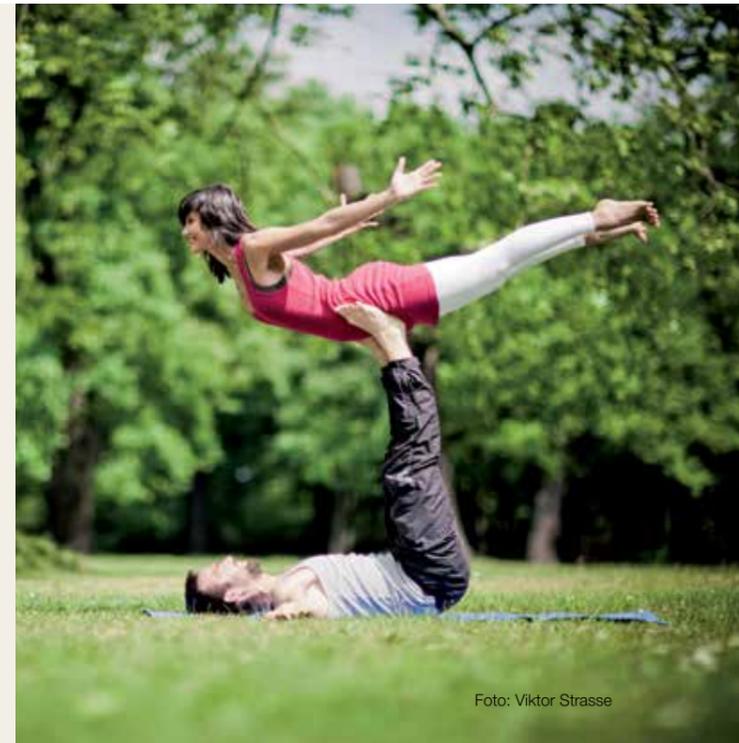
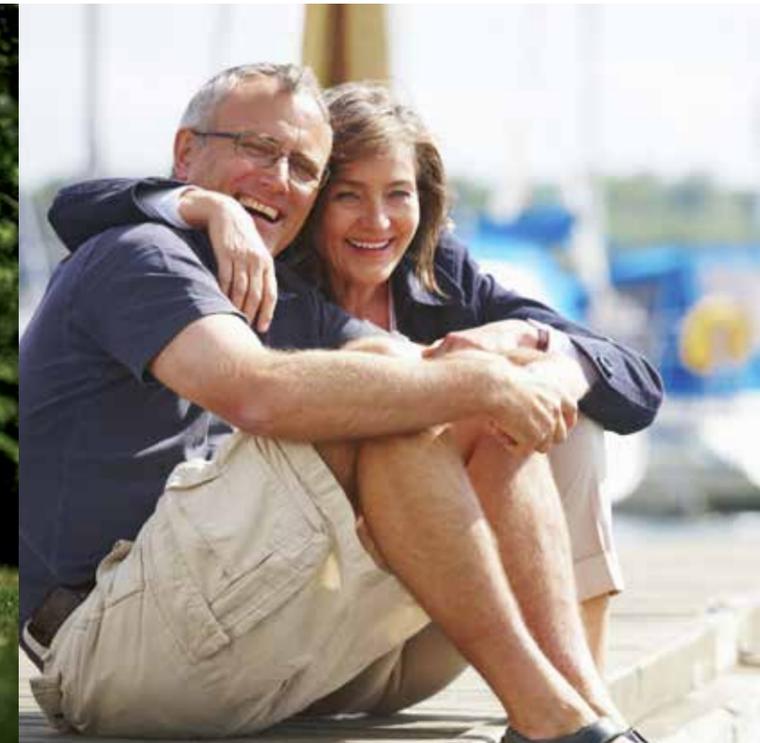


Foto: Viktor Strasse



**Fit und erfolgreich durch gesunden Schlaf. Der Zusammenhang zwischen gesundem, erholsamen Schlaf und mehr Vitalität, Lebensenergie und Leistungsfähigkeit ist erwiesen.**

Laut Prof. Dr. William C. Dement von der Stanford University, einem der renommiertesten Schlafforscher und Schlafmediziner, hängt die Gesundheit des Menschen zu mehr als 90 % vom gesunden Schlaf ab. Stellt man dieser Erkenntnis die Tatsache gegenüber, dass bereits rund 80 % der Menschen in den Industrienationen unter mehr oder minder ausgeprägten Schlafstörungen oder nicht mehr erholsamen Schlaf leiden, wird deutlich, wie wichtig die Verbesserung des Schlafs geworden ist. Denn in den einzelnen Schlafphasen

findet die für den Menschen lebenswichtige körperliche und geistige Regeneration statt: Gewebeschäden werden repariert, Heilungsprozesse aktiviert, Organe und Zellen mit neuen Brennstoffen versorgt, alte, verbrauchte Zellen durch neue ersetzt. Wichtige Hormone werden nur im Schlaf produziert sowie Erlerntes und Erlebtes im Kurz- und Langzeitgedächtnis abgespeichert und verarbeitet. Neben der Hardware des Bioenergetischen Schlafs®, also dem ganzheitlichen SAMINA Schlafsystem samt geeignetem, störungsfreiem und

geordnetem Schlafumfeld dank der speziellen Erdungsaufgabe Lokosana®, muss für einen rundum erholsamen und regenerierenden Schlaf auch die schlafpsychologische Software stimmen: Geregelt, schlaffreundliche Tagesabläufe mit ausreichend Bewegung, Sonnenlicht, ausgewogene Ernährung sowie regelmäßige Entspannungsphasen sind dafür ebenso wichtig, wie die körperlich-seelisch-geistige Bereitschaft zum Schlafen.

Beratung für mehr Lebensqualität





**Kompetenz und Know-how.**

**Bei einer SAMINA Schlaf-Gesund-Beratung profitieren Sie von 25 Jahren Erfahrung.**

Schlaf ist ein komplexes Thema, dessen Geheimnisse Schlafforschung und Schlafmedizin immer noch nicht restlos entschlüsselt haben. Dass sich die Qualität des Schlafs jedoch maßgeblich auf Gesundheit und Vitalität des Menschen auswirkt, gilt als erwiesen und zeigt, welches Potenzial im gesunden Schlaf steckt. Die Tatsache, dass gesunder Schlaf jedoch stark von persönlichen Faktoren geprägt wird, macht die Notwendigkeit der kompetenten Schlaf-Gesund-Beratung, wie sie in den SAMINA Fachgeschäften angeboten wird,

deutlich. Gut ausgebildete BeraterInnen nehmen sich Zeit für eine intensive, persönliche Schlaf-Gesund-Beratung, bei der auch alle individuellen Bedürfnisse und Gegebenheiten, wie zum Beispiel Schlafumfeld, gesundheitliche Probleme oder bereits bestehende Schlafstörungen und Rückenprobleme, berücksichtigt werden. Wie positiv sich das SAMINA Schlaf-Gesund-Konzept, in dem alle naturkonformen Erkenntnisse sowie die orthopädischen Anforderungen von Ärzten und Therapeuten konsequent umgesetzt wurden, auch auf Ihren Schlaf auswirkt, zeigen wir Ihnen gerne im Rahmen einer persönlichen Schlafberatung in Ihrem nächstgelegenen SAMINA Fachgeschäft. Denn gesunder Schlaf ist Wellness für zu Hause – Nacht für Nacht.

Ihr persönliches Fachgeschäft für gesunden Schlaf:

Österreich

Deutschland

Schweiz

Liechtenstein

Niederlande

Italien

Frankreich

Spanien

Slowakei

Tschechien

Russland

Türkei

Kanada

USA

Indonesien

Fachgeschäft in Ihrer Nähe finden  
[www.samina.com](http://www.samina.com)



**SAMINA Produktions- und Handels GmbH**  
Obere Lände 7 | 6820 Frastanz | Österreich  
T +43 (0) 5522 53500 | F +43 (0) 5522 53500-20  
samina@samina.com | [www.samina.com](http://www.samina.com)

**SAMINA**  
ich schlafe lebensenergie