06 Das Unternehmen

10 Das Schlaf-Gesund-Konzept

14 Die Materialien

18 Die Verarbeitung

22 Die Orthopädie des Liegens

28 Die überzeugenden Argumente

32 Die Schlaf-Gesund-Beratung

34 Die Produktübersicht

Ursprung mit Idealen

Frastanz/Vorarlberg

# **Ursprung** mit Idealen

„Engagiert haben wir bei SAMINA in den letzten 20 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 erfolgreicheres Leben.“

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

Vor mehr als 20 Jahren entwickelte der Schlafpsychologe und Gesundheitsexperte 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 m² 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: 58
SAMINA Vertriebsstandorte: Österreich, Deutschland, Schweiz, Liechtenstein, Italien, Luxemburg, Frankreich, Belgien, Großbritannien, Kanada, USA, Lettland, Russland, Türkei, Indien

# Persönlichkeit mit Pioniergeist

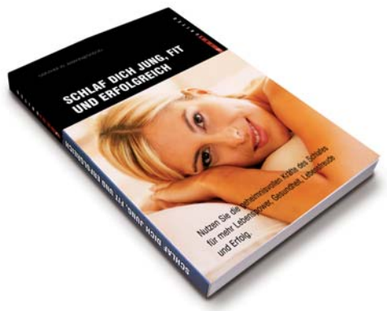
**Günther W. Amann-Jennson**, SAMINA Gründer

# **Persönlichkeit** mit Pioniergeist

„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 die bestmögliche Schlafqualität und den höchsten Kundennutzen.“

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

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.




**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 20 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 Schlafsystem, das alle baubiologischen, 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.

# Mit der Kraft der Natur

SAMINA Schafe im Lechtal

# **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 Wollvliese 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

# **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 System mit Idealen

# **Ein System** mit Idealen

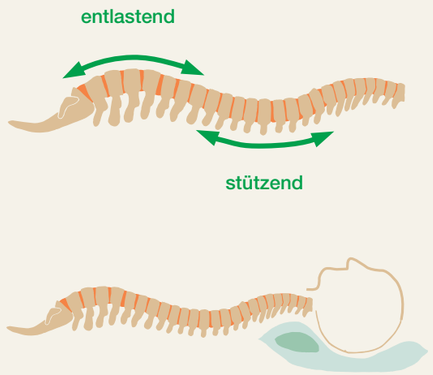
„Das SAMINA Schlafsystem ermöglicht die Orthopädie des Liegens und erfüllt somit einen der wichtigsten Faktoren des gesunden Schlafs."

**Dr. med. Friedhelm Heber,**
Facharzt für Orthopädie

**Das Ergebnis des SAMINA Schlafsystems: 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. Er stützt und entlastet den Körper und sorgt damit für einen steten Druckausgleich. 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. Langjährige Studien und Erfahrungen bestätigen, dass das SAMINA Schlafsystem ein Optimum an zellulärer Regeneration der Rumpfmuskulatur und der Bandscheiben gewährleistet.

# **Ein System** mit Idealen




**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.

**Das ideale Schlafsystem muss auch dermatologischen und rheumatologischen Anforderungen gerecht werden.**

Mit ihrer hohen Punktelastizität 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 Schafwollauflage bildet die oberste Schicht des dreiteiligen 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 besteht aus reinem, hautfreundlichem und gezwirntem Baumwollstoff. Eine Decke aus naturbelassener, anschmiegsamer Schafschurwolle und ein orthopädisches Kissen aus dem reichhaltigen SAMINA Sortiment vervollständigen das SAMINA Schlafsystem.
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.

# Höchstleistungen durch gesunden Schlaf

**Doris Röser,** mehrfache Leichtathletik Staatsmeisterin und SAMINA Schläferin

# **Höchstleistungen** durch gesunden Schlaf

**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, störungs- und elektrosmogfreiem Schlafumfeld dank der speziellen Schlafauflage Lokosana®, muss für einen rundum erholsamen und regenerierenden Schlaf auch die schlafpsychologische Software stimmen: Geregelte, 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

# **Beratung** für mehr Lebensqualität

„Der sofort spürbare SAMINA Effekt hat mich schon beim Probeliegen überzeugt. Heute bin ich eine begeisterte SAMINA Schläferin. Ich konnte mir früher gar nicht vorstellen, dass man tatsächlich so gut schlafen kann."

**Brigitte Mittelberger,**
SAMINA Kundin

**Kompetenz und Know-how.**
**Bei einer SAMINA Schlaf-Gesund-Beratung profitieren Sie von 20 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. Die kostenlose Schlaf-Gesund-Beratung ist ein Service, der in jedem SAMINA Fachgeschäft und bei den SAMINA Vertriebspartnern angeboten wird. Wie positiv sich das innovative 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.

**SAMINA Schlafsystem mit verschiedenen Funktionszonen**

Die patentierte Konstruktion des frei schwingenden, doppelseitigen SAMINA Lamellenrosts erzeugt eine optimale Abstützung der Lendenwirbelsäule und gleichzeitig eine notwendige Entlastung der Bandscheiben und der Muskulatur. Die hochwertige Matratze aus 100 % Naturkautschuk gibt die Wirkung des Lamellenrostes weiter und zeichnet sich durch ein optimales Rückfederungsverhalten aus. 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.

**Orthopädische Kissen**

Das orthopädisch richtige Kissen ist für eine optimale Regeneration der empfindlichen Halswirbelsäule mitentscheidend. Zusammen mit Orthopäden, Physiotherapeuten und Schlafexperten hat SAMINA ein einzigartiges Kissensortiment entwickelt. Die entscheidenden Vorteile sind der Aufbau, die Größen, die verwendeten Naturmaterialien sowie die verschiedenen Füllungen von Schafschurwolle über Dinkel und Hirse bis zu Zirbenholzspänen.

**Bio-aktive, anschmiegsame Decken**

Die SAMINA Decken bestehen aus naturbelassenen Baumwollhüllen mit unbehandelter Schafschurwollfüllung. Organische Schafschurwolle gehört zu den besten Klimafasern überhaupt: im Winter gemütlich warm und im Sommer angenehm kühlend. Hinzu kommt die außerordentliche Fähigkeit, ca. 30 % des Eigengewichtes an Feuchtigkeit aufzunehmen und rasch an die Raumluft abzugeben.

**Still- und Lagerungskissen**

Das SAMINA Still- und Lagerungskissen aus schadstofffreien Rohstoffen wie Schafschur- und Baumwolle eignet sich hervorragend für Schwangerschaft, Geburt, Stillzeit oder einfach zum Entspannen und Schlafen für die ganze Familie.

**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.

**Elektrosmogfrei schlafen mit Lokosana®**

Wenn es um das elektrosmogfreie Schlafumfeld geht, ist SAMINA der richtige Partner. Mit der Eigenentwicklung der geerdeten Lokosana® Schlafauflage mit integriertem Baumwoll-Silber-Gewebe und speziellen Biomagneten wird hier eine wissenschaftlich fundierte und seit über 10 Jahren bewährte Lösung angeboten.