



WIR in Immenstaad

Handels- und Gewerbeverein Immenstaad



Ausgeschlafen in den Frühling

VON CLAUDIA WÖRNER

Muskelspannung, Atmung, Herzschlag, Blutdruck, Körpertemperatur, Hormone, Stoffwechsel: All das ist von der Qualität unseres Schlafs abhängig. „Wir verbringen etwa ein Drittel unserer Lebenszeit im Bett. Schlafen wir unruhig und angespannt, dann hat dies direkte Auswirkung auf unser Wohlbefinden und langfristig auch auf unsere Gesundheit“, erklärt Heinz Plocher aus Immenstaad.

Mit der Kraft der Zirbe

„Wer eine individuelle Schlafberatung möchte, kann gerne telefonisch einen Termin mit uns vereinbaren“, bietet Heinz Plocher an. Mit seiner Schreinerei ist er Qualitätspartner der Firma Relax aus Österreich und hat sehr gute Erfahrungen mit dem Schlafsystem Relax 2000 aus Zirbenholz gemacht. Die Zirbe wird auch als „Königin der Alpen“ bezeichnet. Unter extremen Klimaverhältnissen wächst sie auf 1500 bis 2000 Metern Höhe, übersteht Frost bis minus 50 Grad und wird dabei bis zu 1000 Jahre alt. „Die Zirbe wächst sehr langsam und das Holz enthält mehr



Harze und ätherische Öle. Das wirkt harmonisierend auf unseren Körper“, erläutert Heinz Plocher. Nachweislich führe ein Bett aus Zirbenholz zu einem verbesserten Tiefschlaf.

Das Herzstück des Bettsystems Relax 2000 sind Massivholzsteller, die auf dreidimensional beweglichen Spezialfederkörpern gelagert sind. Sie passen sich jeder Kör-

perbewegung an. „Das punktelastische System sorgt in Kombination mit einer Naturlatexmatratze für ein gutes Einsinken im Hüft- und Schulterbereich“, sagt Heinz Plocher, der seit zwölf Jahren Erfahrung mit Relax 2000 hat und kompetenter Ansprechpartner rund um das Thema gesunder Schlaf ist. Ob Seiten-, Rücken- oder Bauchschläfer – in der großen

Ausstellung „Wohnkultur erleben“ bietet er die Gelegenheit, die fein aufeinander abgestimmten Bettsysteme der Firma Relax einmal selbst auszubasteln.

Wertvolle Tipps

Dabei steht Heinz Plocher als zertifizierter Schlafberater und Relax- Qualitätspartner nicht nur mit wertvollen Tipps

zur Seite, sondern berät seine Kunden auch gern individuell. Dank regelmäßiger Fortbildungen und Schulungen ist die Schreinerei Plocher stets „up to date“, wenn es um neue Wege in den gesunden Schlaf geht. „Aber überzeugen Sie sich einfach selbst und sagen Sie Rückenschmerzen, Einschlafproblemen und Verspannungen endlich Good bye“, so der Fir-

Gesundes Schlafen im Mittelpunkt: Heinz und Sylvia Plocher von der Schreinerei Plocher bieten das Schlafsystem Relax 2000 aus Zirbenholz in ihrer Ausstellung an.

BILD: CLAUDIA WÖRNER

Aktionstage

- Unter dem Motto „Ausgeschlafen in den Frühling“ lädt die Schreinerei Plocher vom 18. März bis zum 4. April anstelle der Präsenz auf der verbodenen Messe IBO zu Aktionstagen in die Ausstellung in der Hauptstraße 34 ein.
- Kontakt: Schreinerei Heinz Plocher, Ausstellung: Hauptstraße 34, Werkstat: Frickestraße 34, 88090 Immenstaad, Telefon 07545 / 2832, E-Mail info@schreinerei-plocher.de

meninhaber.

In Immenstaad ist die Schreinerei Plocher seit 22 Jahren mit allen klassischen Schreinerarbeiten tätig. Dabei sind Einbauschränke mit und ohne Schiebfronten, Küchen und Tische mit Naturholzplatten Schwerpunkte. Für gesundes Sitzen führt Heinz Plocher Stühle der Firma Moizi. Zum Sortiment der Ausstellung gehören außerdem Artikel aus Zirbenholz wie Brotkästen, Vesperbretchen, formschöne Wasserkaraffen mit einer Zirbenholzkugel als Verschluss und Zirbenöl.

Massivholzbetten und Relax-Bettsysteme
Aktionstage „ausgeschlafen in den Frühling“ vom 18. März – 04. April 2020

GUTSCHEIN
im Wert von **150,- €**

bei Neukauf von mindestens einem Relax-Bettsystem mit Matratze und Auflage zur sofortigen Einlösung

SCHREINEREI PLOCHER
AUF'S MASS GENAU!

Schreinerei Plocher
Ausstellung: Hauptstraße 34
88090 Immenstaad
Telefon 0 75 45 / 28 32
info@schreinerei-plocher.de

www.schreinerei-plocher.de

SCHADOW
AUGENOPTIK & HORAKUSTIK
Inhaber Optik MATT GmbH & Co. KG

Bachstraße 8 a
88090 Immenstaad
Telefon: 07545 2797

www.matt.de

BÄCKEREI heger
Linzgau Korn
Täglich beste BACKWAREN – aus regionalen Rohstoffen nach handwerklicher Tradition hergestellt

IMMENSTAAD, BACHSTR. 10 & BÜRGLEN 14 & BEIM NORMA

Besuchen Sie uns auch unter: www.baecerei-heger.de @baecerei.heger

Bodenbeläge

BODEN AM SEE
VERKAUF und VERLEGUNG
88090 Immenstaad Bürglen 9

Beratungszeiten:
Mo-Fr: 10:00 - 12 Uhr
Mo Di Do Fr: 14:30 - 18 Uhr

Parkettböden

- Massivparkett
- Fertigparkett
- Renovierungen
- Treppenstufen
- T. 07545-3023

Bodensee/ FERIEZEITUNG
bodenseeferien.de

/erleben/erholen/erfahren

Freizeit- und Ferientipps rund um den Bodensee.

Wannernerneuerung ohne Fliesenschaden
Wanne auf Wanne
Badewannen – Duschwannen inklusive neuem Ablauf!
Umbau von Badewanne zur Dusche
www.wannenspezialist.de

K. H. Böhme
Hersbergweg 22 • 88090 Immenstaad • Telefon 0 75 45 / 94 28 46

Ihre Ansprechpartnerin:

Für die Gebiete Friedrichshafen, Oberteuringen und Immenstaad

Vera Elbs

Karlstraße 35, 88045 Friedrichshafen
Tel.: (07541) 7070-5723
E-Mail: vera.elbs@suedkurier.de
www.suedkurier-medienhaus.de

SÜDKURIER

Lass Dein Wissen in der Region.



Kranken Kindern helfen!

Wenn wir Kinder sehen, wie sie Hand in Hand Ausflüge machen, fröhlich spielen und lachen, fällt vieles leichter. Unbeschwert erkunden sie die Welt und sind zugleich unsere Zukunft.

Doch wenn Kinder schwer krank werden, ändert sich alles! Dann brauchen sie die Nähe und Liebe ihrer Eltern – und die beste Medizin, die es gibt!

Dafür investiert Bethel in ein neues, einzigartiges Kinderzentrum. Es wird jahrzehntelang die beste

Behandlung und Pflege kranker Kinder sichern. Es ist auf einem guten Weg und das größte Spendenprojekt Bethels. Wir sind dabei auf jede mögliche Hilfe angewiesen.

Bitte helfen Sie jetzt mit einer Spende. Mit jedem Euro tragen Sie dazu bei, dass kranke Kinder gesund werden und unbeschwert aufwachsen.

www.kinder-bethel.de

Spendenkonto (IBAN): DE48 4805 0161 0000 0040 77 - Stichwort: KINDGESUND