

## Gesund ist wer gut schläft - österreichische Weltneuheit steigert das Wohlbefinden

- Schlafen macht gesund & glücklich, schön & schlank
- Neue Studie belegt: Österreicherinnen schlafen schlecht und zu wenig
- Weltneuheit aus Österreich: Snooze Natural Sleep Drink - das erste effektive Schlafgetränk, das nur auf Kräutern basiert und den natürlichen Schlaf fördert.

### Schlaf macht gesund und glücklich

Schlaf stärkt unseren Geist, unsere Psyche und unsere körperliche Leistungsfähigkeit. So ist nach gutem Schlaf die Stimmung besser. Er regt die Kreativität an, hilft uns schlank und fit zu bleiben. Und nicht zuletzt: Er hält auch unser Immunsystem fit.

Happiness is...  
...besser schlafen,  
damit du mehr  
Träume verwirklichen  
kannst.



In mehreren groß angelegten Studien konnte nachgewiesen werden, dass Menschen, die im Durchschnitt 7 Stunden pro Tag schlafen, ein geringeres Erkrankungsrisiko (u.a. Herz-Kreislauferkrankungen, Schlaganfall, koronare Herzkrankheit, Diabetes, Brustkrebs) und eine höhere Lebenserwartung haben. Auch 88% aller Österreicher sind davon überzeugt, dass besserer Schlaf ihre Leistungsqualität am nächsten Tag erhöhen würde (1).

### Schlafen macht schön und schlank

Schlaf ist in jeder Hinsicht wichtig für die Erholungsfunktion unseres Körpers. Wer zu wenig schläft leidet tagsüber an Konzentrationsstörungen. Schlafmangel beeinflusst aber auch lebenswichtige Körperfunktionen wie Hormonproduktion, Zellerneuerung, Aktivierung des Immunsystems und die Entgiftung. Die augenfälligen Folgen des Schlafmangels sind leicht zu erkennen: blasse und trockene Haut, dunkle Ringe unter den Augen und Falten.

### Österreicher schlafen schlecht und zu wenig

Laut der neuesten österreichische Schlafstudie, schlafen 44% der Österreicher zu wenig. Beruflicher Stress und Belastung im familiären Alltag sind die wichtigsten Gründe für diese Schlaflosigkeit. Und obwohl 89% der Österreicher zustimmen, dass guter Schlaf zu besserer Leistung führt, erkennen die meisten nicht, dass sie an chronischem Schlafdefizit leiden (1).

52% aller Österreicher leiden regelmäßig an Schwierigkeiten beim Einschlafen. 64% hat regelmäßig Probleme beim Durchschlafen. Dabei sind die Frauen mit 45% mehr betroffen als die Männer mit 34%. Zu diesem letzten Ergebnis kam „Die Österreichische Gesundheitsbefragung“, die alle 8 Jahre von Statistik Austria im Auftrag des Bundesministeriums für Frauen und Gesundheit durchgeführt wird. Zuletzt von Oktober 2013 bis Juni 2015 (2).

**„Snooze, Natural Sleep Drink“ ist eine Weltneuheit – Das erste natürliche Schlafgetränk aus wirksamen Kräutern und österreichischem Gebirgswasser, in umweltfreundlichen Kartondosen abgefüllt.**

Der Funktional Food Experte, Hans P. Vriens hat sich dem Schlafproblem vieler Österreicher angenommen. „Wir können nicht einschlafen und wissen, dass wir den Schlaf dringend notwendig haben um gesund und schön zu bleiben und glücklich zu sein“, so Vriens. Deswegen hat er Snooze, Natural Sleep Drink entwickelt.

**Snooze** - enthält ausschließlich natürliche Kräuter, die in ihrer Kombination eine perfekte Einschlaf- und Durchschlafhilfe bieten, absolut ohne Nebenwirkungen oder Gewöhnungseffekte.



Die Kombination aus Passionsblume, Zitronenmelisse, Baldrian, Lindenblüte und Kalifornischer Mohn fördert den natürlichen Schlafrhythmus und verhilft zu besserer Nachtruhe.

Snooze ist in 2 Varianten regular und strong erhältlich und soll den Menschen durch gesunden Schlaf zu mehr Leistung, Freude und Schönheit am nächsten Tag verhelfen.

Abgefüllt in umweltfreundlichen Kartondosen wird diese Weltneuheit von Ennstal Milch.

**Derzeit kann Snooze gratis getestet werden** [www.snooze.at](http://www.snooze.at)

## **Über Snooze**

Die Snooze Vertriebs GmbH ist ein Salzburger Unternehmen, das 2017 gegründet wurde. Der Eigentümer Hans P. Vriens (52) ist Functional Food Experte, der mit Snooze weltweit das erste effektive Schlafgetränk entwickelt hat, das rein auf Kräutern basiert.

*„Das Thema Schönheit hat sich bisher um drei Aspekte gedreht: Kosmetik, Ernährung und Bewegung. Aber nichts wirkt effektiv ohne genügend Schlaf.“ Hans P. Vriens, Functional Food Experte und Erfinder von Snooze.*

Der gebürtige Niederländer und bekennende Österreicher mit Hauptwohnsitz im Salzkammergut, hat während seiner bisherigen Karriere mit interessanten Innovationen gepunktet. Er überwand immer wieder anfängliche Markt-Skepsis, egal ob es darum ging zuckerfreien, für die Zähne gesünderen Kaugummi oder hautfreundliche Schokolade einzuführen oder das Getränk, das Flügel verleiht, international zu vermarkten. Für Red Bull, Mars/Effem, Procter & Gamble, Tchibo und vielen mehr brachte er sein Functional Food Know-how erfolgreich ein.

<sup>1</sup> Lightspeed Research/ Auftragsarbeit für Snooze Österreich, November 2017

<sup>2</sup> Austrian Health Interview Survey

[https://www.bmgf.gv.at/cms/home/attachments/1/6/8/CH1066/CMS1448449619038/gesundheitsbefragung\\_2014.pdf](https://www.bmgf.gv.at/cms/home/attachments/1/6/8/CH1066/CMS1448449619038/gesundheitsbefragung_2014.pdf)

### **Pressekontakt Österreich:**

**Dr. Susanne Weichselbaum** Phone +43 676 477 04 03 \* [susanne@weichselbaum-PR.at](mailto:susanne@weichselbaum-PR.at)  
[www.weichselbaum-PR.at](http://www.weichselbaum-PR.at)

### **Pressekontakt Deutschland:**

**Gerda Frenkenberger** Phone +49 178 2333 342 \* [gerda@boutiqueblonde.com](mailto:gerda@boutiqueblonde.com)  
[www.boutiqueblonde.com](http://www.boutiqueblonde.com)