

РЕДАКТОР: SVMEDIA PRODUCTION ® НА ЗАМОВЛЕННЯ МЕРЕЖІ МАГАЗИНІВ "СВІТ МАТРАЦІВ" ® НЕ ДЛЯ ПРОДАЖУ

SLEEPER

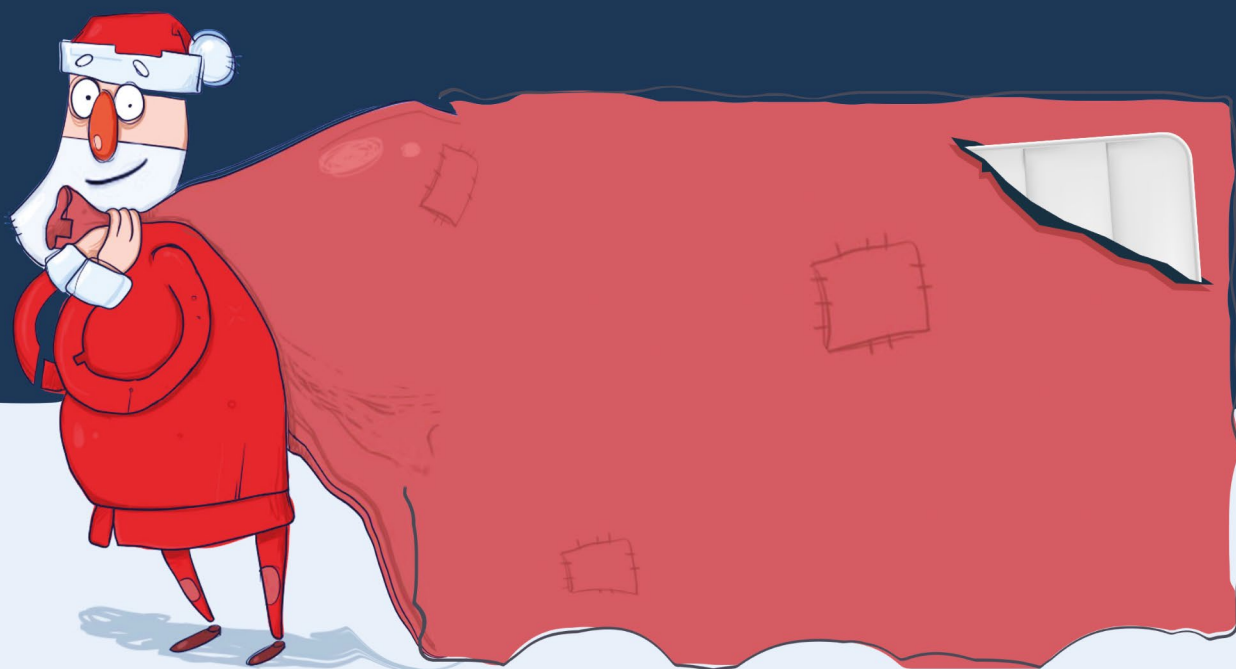
ЗИМА 2021-2022 • ВИПУСК 15



АЛІНА ГРОСУ

РЕЙТИНГ МАТРАЦІВ • АКЦІЙНІ ТОВАРИ • ДИВНІ НОВОРІЧНІ ЗВИЧАЇ НАРОДІВ СВІТУ

ВСЕ БУДЕ МАТРАСНО



СВІТ
МАТРАЦІВ



ЛІЖКА ТА МАТРАЦИ



ЛІЖКА ТА МАТРАЦИ



svitmatrasiv



svitmatrasiv



svitmatrasiv



svit_matrasiv



svit matrasiv



smatrasiv

SVIT-MATRASIV.COM.UA

SLEEPER

4

Інтерв'ю: Аліна Гросу

6

Рейтинг матраців: час обирати найкращий

8

Акційні товари та пропозиції

14

Подарунки, які зроблять життя в Новому році кращим

15

Дивні новорічні звичаї народів світу

16

Складаємо і зберігаємо речі правильно

18

Як вибрати матрац для новонароджених

20

Покращуємо сон взимку

21

Створюємо домашній затишок: список справ

22

Сонник та гороскоп на 2022 рік



АЛІНА ГРОСУ

- Доброго дня, Аліно! Дуже раді поспілкуватись з однією з справжніх зірочок української естради. Як у вас справи? Встигли відпочити цього року?

- Дякую велике, в мене все чудово. Цей рік вийшов досить насиченим – влітку були концерти, тур по Україні. Щоб відпочити – періодично ми їздили в Одесу хоча б на декілька днів.

- Аліно, Ви чудово виглядаєте! Як вдається підтримувати форму?

- Дякую за комплімент! Насправді, стараюсь просто вживати корисну їжу. Якщо бачу, що потрібно щось підправити, просто урізаю раціон і трішки зменшую калорітаж (к-сть калорій, прим.ред.).

- Що б ви порадили нашим читачам, щоб бути в такій же прекрасній формі?

- Навіть не знаю, що можна виділити конкретно. Поділюсь своїм особистим рецептом – ніколи не забувайте про водний баланс. Я, наприклад, прокидаюсь, п'ю теплу воду і тільки через 30 хвилин берусь за сніданок. Не забувайте пити воду, ну і рухатись якомога більше, адже рух – це життя.

- Розкажіть, яке місце в вашому житті займає сон?

- На жаль, далеко не перше. Я дійсно дуже пізно лягаю спати. А ритм життя артиста змушує прокидатись досить рано.

- Не часто вдається виспатись?

- На жаль. Але якщо я бачу, що дуже втомлена, стараюсь викроїти хоча б один день на те, щоб відіспатись. Я чудово розумію: наш зовнішній вигляд напряму залежить від якості сну. І тому, коли можливо поспати лишню годинку-дві, я це роблю.

- До речі, про ненормований графік. Поділіться, чи сильно вплинула пандемія на Вашу творчу діяльність?

- Насправді, не сильно вплинула. Я тоді займалась кастингами для фільмів та займалась записом пісень онлайн.

А ось що пандемія точно показала – що насправді багато речей можна проводити онлайн: і випускати пісні, і записувати альбоми, і спілкуватись з фанатами. Чудовий поштовх для всіх артистів і нові можливості для реалізації себе як творчої особистості.

При цьому не потрібен близький контакт з людьми, а отже – це ще й безпечно, крім усього.

- Давайте поговоримо трішки про майбутнє. Які творчі плани? Чим плануєте порадувати своїх прихильників найближчим часом?

- Найближчим часом на всіх моїх шанувальників чекає багато новинок. Нові пісні, які будуть поміщені в абсолютно новий альбом – сподіваюсь, сподобаються всім. Адже вони написані з душею, мої мелодії заграють новими барвами, тому готуйтеся до чогось нового та МЕГА-крутого. В планах – ще й тур, сподіваюсь, ситуація з пандемією покращиться.

- Тобто нам чекати щось особливе?

Хоч натякніть ;)

- Скажу так: деякі пісні виконані в дуетах. З ким? Дізнаєтесь вже зовсім скоро!

- Скучили за живими виступами?

- Звичайно. Творчість в он-лайні має багато переваг, про які ми й говорили. Але побачити на концерті шанувальник, їхні запалені очі, відчуті цей драйв – жодний екран не здатен передати ті емоції, що відчують абсолютно усі присутні на концертах.

- Аліно, дякуємо за інтерв'ю та бажаємо Вам творчих успіхів і натхнення! Сподіваємо, все погане мине, а в наступному році ви будете радувати нас своїми виступами в живу та концертах на великих сценах.

- Взаємно! А я хочу побажати вам та вашим читачам багато багато натхнення в Новому році! Нехай життя буде яскравим, позитивним, цікавим та з ноткою приємних хвилювань!

- Дякуємо!



БЛІЦ-ОПИТУВАННЯ:

- Коли прокинулись сьогодні?

- О 8 ранку.

- Що їли на сніданок?

- Вівсянку, тому що це – найправильніший початок дня.

- Яка остання пісня грала у вас в плеєрі?

- Моя нова пісня, вже зовсім скоро побачить світ!

- На яке питання Ви б хотіли відповісти, а Вам його не задають.

- Таких вже, напевно, немає. Питали про все, що тільки можна придумати й спитати.

- Особистий рецепт успіху декількома словами.

- Ніколи не зупинятись на тому, що є, завжди! Йти вперед, а для цього працювати і не забувати про натхнення. Ну і не падати духом, невдачі – ніколи не остаточні!



РЕЙТИНГ МАТРАЦІВ: ЧАС ОБИРАТИ НАЙКРАЩИЙ

Вибирати матрац можна по-різному. Наприклад, прислухатися до порад друзів. Або почитати відгуки на форумах. Або навіть прийти в магазин, щоб «повалятися» й перекоонатися в його зручності. Як не помилитися та знайти зручний ортопедичний матрац? У цьому рейтингу ми пропонуємо найпопулярніші моделі 2021-го року, на яких швидко засинати та прокидатися повним сил можна щодня.

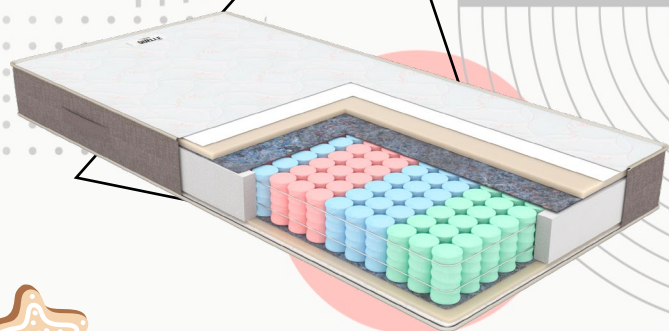


УНІВЕРСАЛЬНІ МАТРАЦИ

1. Quelle New від Gutenkauf

Цей матрац заслужено очолює наш рейтинг. Модель на основі якісного блоку незалежних пружин витримує підвищене навантаження до 150 кг, підходить більшості стандартних ліжок.

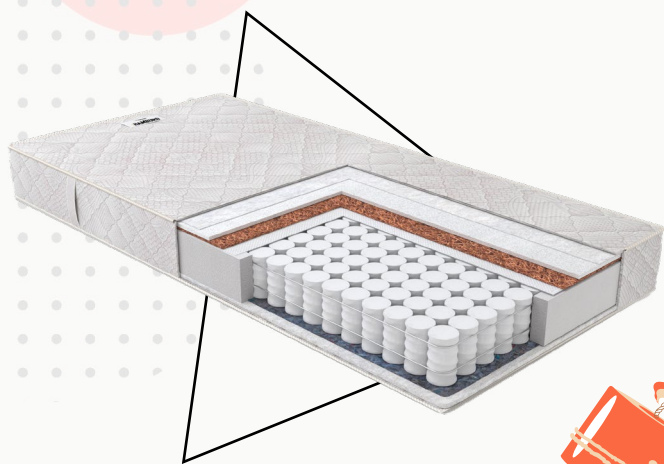
Переваги: повна відповідність ціни та якості; наявність 7 зон для найбільш правильного розподілу навантаження; ефект «зима-літо», що забезпечує оптимальний теплообмін; різні рівні жорсткості сторін, завдяки чому матрац щебільш зручний у використанні. Недоліки: немає знімного чохла; не найдешевша модель.



2. Hamburg New від Gutenkauf

Даний матрац відрізняється від попереднього трохи нижчим порогом допустимої ваги – до 130 кг. Модель сподобається любителям спати на жорсткому, що позитивно впливає на поставу та рекомендується багатьма фахівцями.

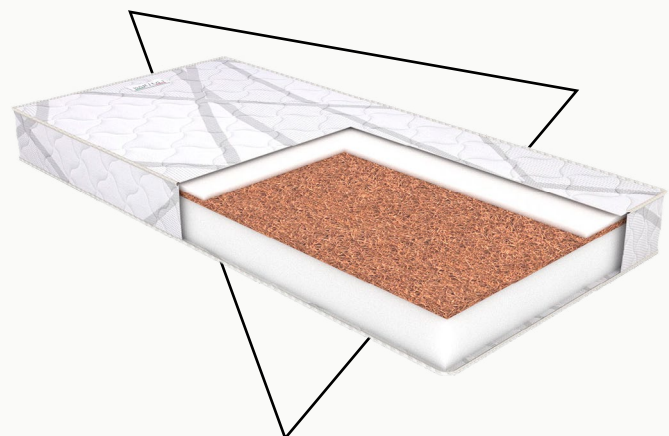
Переваги: відмінна ортопедична підтримка завдяки пружинному блоку; багатошарове наповнення з якісних матеріалів; наявність ефекту «зима-літо»; різна жорсткість сторін. Недоліки: немає знімного чохла; небюджетний матрац.



3. Bartoli від Bartolinni

Завершує топ-3 даної категорії матрац, виготовлений за італійськими технологіями. Це – безпружинна модель на основі ортопедичної піни. Рекомендоване навантаження – до 120 кг.

Переваги: гарне співвідношення доступної ціни та відмінної якості; різна жорсткість сторін; підходить як для дорослих, так і для дітей. Недоліки: немає знімного чохла; немає ефекту «зима-літо».



ТОППЕР

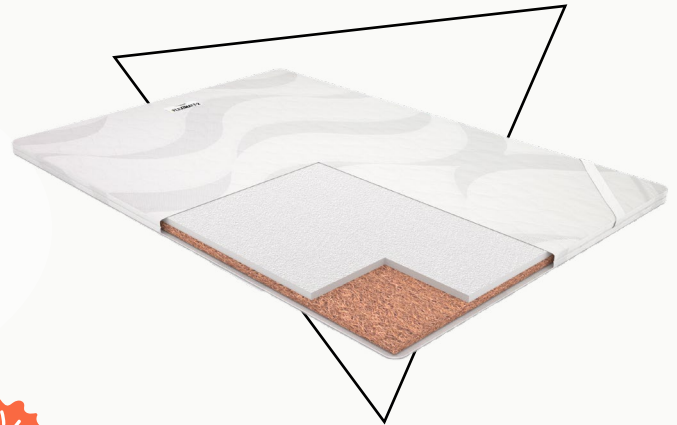
Якщо не вистачає грошей на новий матрац, але спати на старому вже немає сил, зверніть увагу на топпери. Ці тонкі матраци допомагають вирівняти стару, незручну поверхню матраца або дивана, володіють ортопедичною дією, а також попереджають розмноження мікроорганізмів усередині.

1. Fleximatt-2 New від Gutenkauf

Цей тонкий матрац здатний витримати будь-яке навантаження, адже в ньому немає ніяких обмежень за вагою. Його висота 7 см. Він може використовуватися як окреме спальне місце.

Переваги: відмінне співвідношення ціни та властивостей; чохол з стрейч-жаккарду забезпечує вільну циркуляцію повітря; в наповненні використовується натуральний латекс – один з кращих матеріалів для матраців.

Недоліки: немає знімного чохла; немає ефекту «зима-літо»; досить висока ціна.

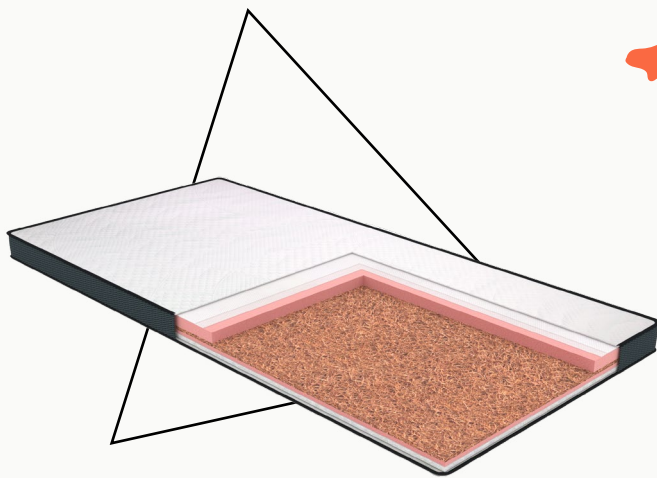


2. Flexsim Cocos від Dela Rey

Цей топпер також можна використовувати в якості окремого спального місця. Рекомендоване навантаження – до 120 кг. Багатошарове наповнення забезпечує необхідний комфорт.

Переваги: наявність знімного трикотажного чохла; хороше поєднання якості та відносно невисокої ціни.

Недоліки: немає ефекту «зима-літо»; як і більшість топперів, цей не володіє особливою довговічністю в порівнянні з високими матрацами.

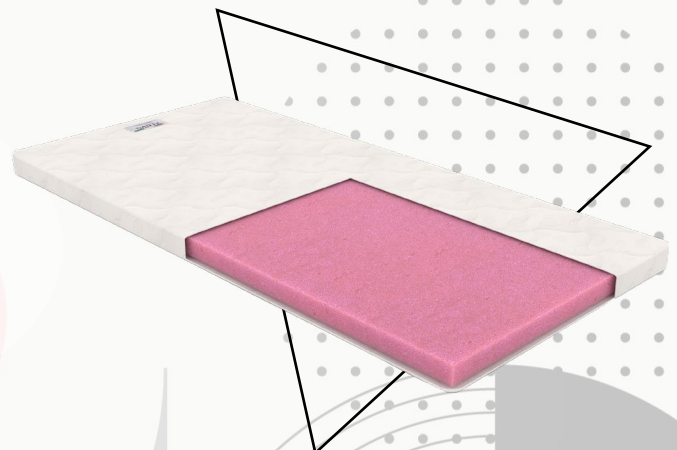


3. Dante від Bartolinni

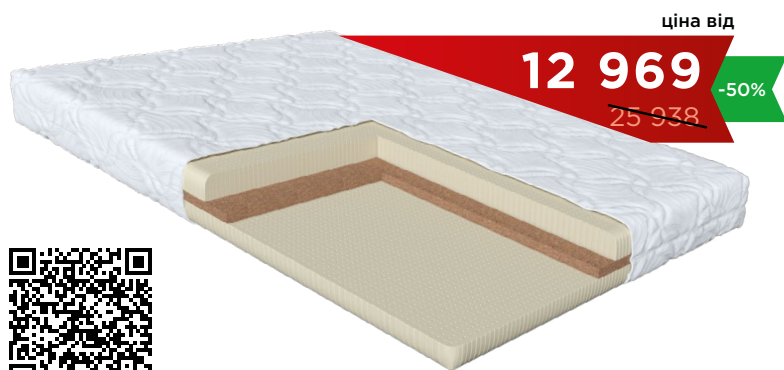
Закриває наш топ модель висотою 6 см і рекомендованим навантаженням до 100 кг на одне спальне місце. У наповненні – ортопедична піна з підвищеною циркуляцією повітря.

Переваги: завдяки наповнювачу стороння волога та запахи не будуть потрапляти всередину, а відпочинок завжди буде комфортним; наявність знімного чохла.

Недоліки: немає ефекту «зима-літо»; невелика допустима вага.



GUTENKAUF OLDENBURG



Gutenkauf
die traditionelle Qualität



Гарантія
5 років



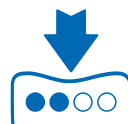
Висота матраца
21 см



Навантаж.
на 1 сп. місце
до 120 кг



Безпружинний
блок



Одностороння
жорсткість



Кокосова
койра

GUTENKAUF BOCHUM



Gutenkauf
die traditionelle Qualität



Гарантія
5 років



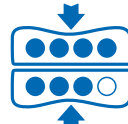
Висота матраца
20 см



Навантаж.
на 1 сп. місце
до 140 кг



Безпружинний
блок

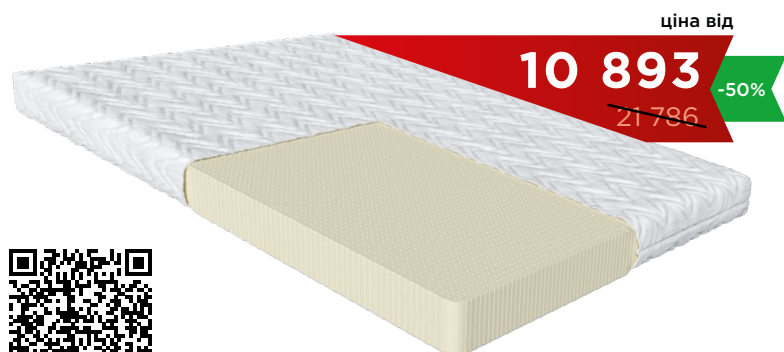


Двостороння
жорсткість



Кокосова
койра

GUTENKAUF KASSEL



Gutenkauf
die traditionelle Qualität



Гарантія
5 років



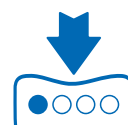
Висота матраца
16 см



Навантаж.
на 1 сп. місце
до 110 кг



Безпружинний
блок



Одностороння
жорсткість

GUTENKAUF MÜNCHEN NEW



Gutenkauf
die traditionelle Qualität



Гарантія
1,5 року



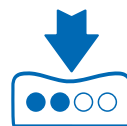
Висота матраца
24 см



Навантаж.
на 1 сп. місце
до 140 кг



Блок незалежних
пружин

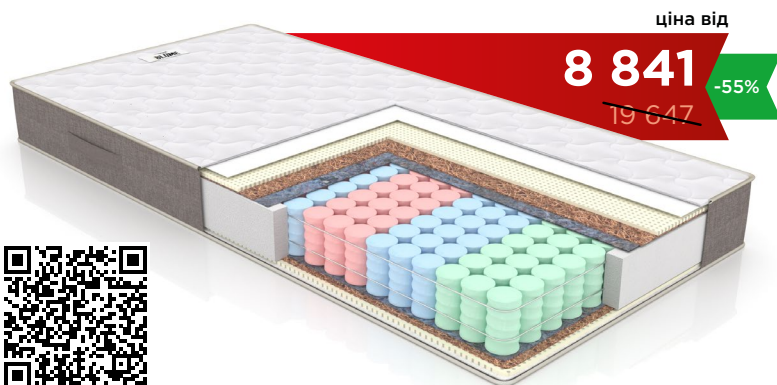


Одностороння
жорсткість



Кокосова
койра

GUTENKAUF BLUME NEW



Gutenkauf
die traditionelle Qualität



Гарантія
5 років



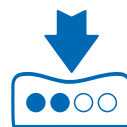
Висота матраца
25 см



Навантаж.
на 1 сп. місце
до 150 кг



Блок незалежних
пружин

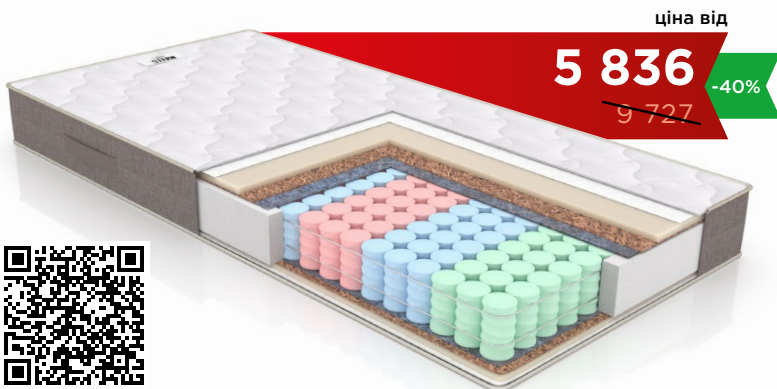


Одностороння
жорсткість



Кокосова
койра

GUTENKAUF STERN NEW



Gutenkauf
die traditionelle Qualität



Гарантія
5 років



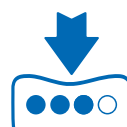
Висота матраца
23 см



Навантаж.
на 1 сп. місце
до 160 кг



Блок незалежних
пружин

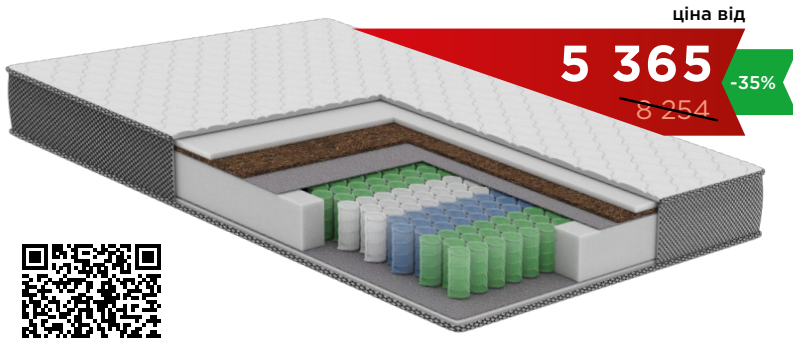


Одностороння
жорсткість



Кокосова
койра

MUNGER ELBE



ціна від

5 365

~~8 254~~ -35%



Гарантія
5 років



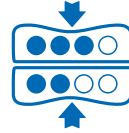
Висота матраца
23 см



Навантаж.
на 1 сп. місце
до 160 кг



Блок незалежних
пружин



Двостороння
жорсткість



Кокосова
койра

GUTENKAUF QUELLE NEW



Gutenkauf
die traditionelle Qualität

ціна від

5 235

~~7 478~~ -30%



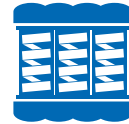
Гарантія
5 років



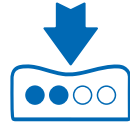
Висота матраца
23 см



Навантаж.
на 1 сп. місце
до 150 кг

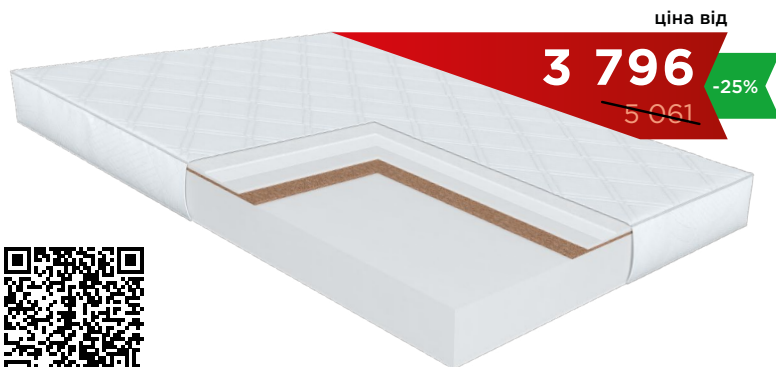


Блок незалежних
пружин



Одностороння
жорсткість

GUTENKAUF ARNIS



Gutenkauf
die traditionelle Qualität

ціна від

3 796

~~5 061~~ -25%



Гарантія
5 років



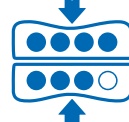
Висота матраца
18 см



Навантаж.
на 1 сп. місце
до 120 кг



Безпружинний
блок

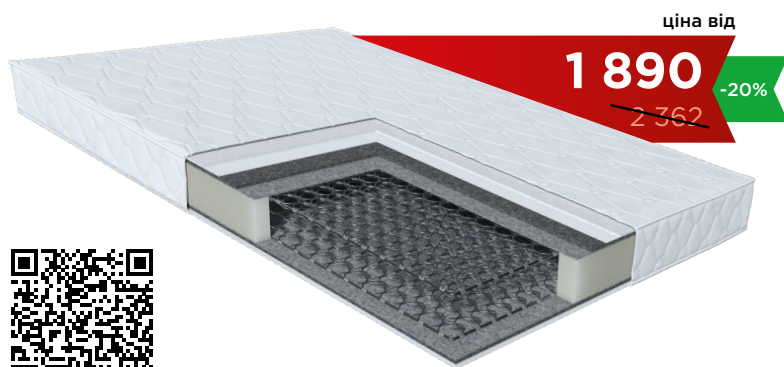


Двостороння
жорсткість



Кокосова
койра

DR. MATSON SPRINGORTO



ціна від

1 890

~~2 362~~

-20%



Гарантія
1,5 року



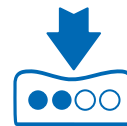
Висота матраца
18 см



Навантаж.
на 1 сп. місце
до 120 кг



Блок залежних
пружин

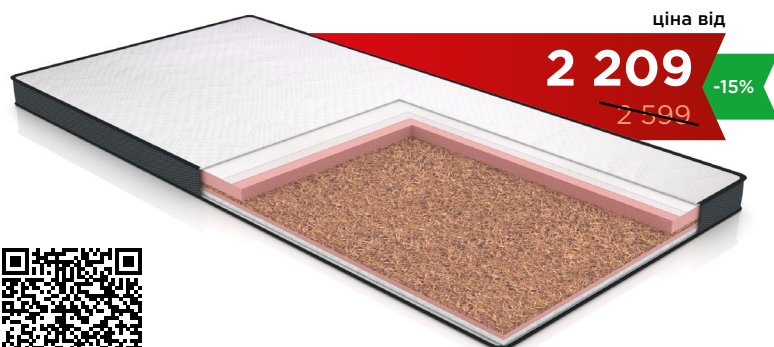


Одностороння
жорсткість



DR.MATSON

DELA REY FLEXSIM COCOS



ціна від

2 209

~~2 599~~

-15%



Гарантія
5 років



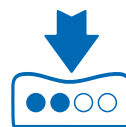
Висота матраца
6 см



Навантаж.
на 1 сп. місце
до 120 кг



Безпружинний
блок



Одностороння
жорсткість

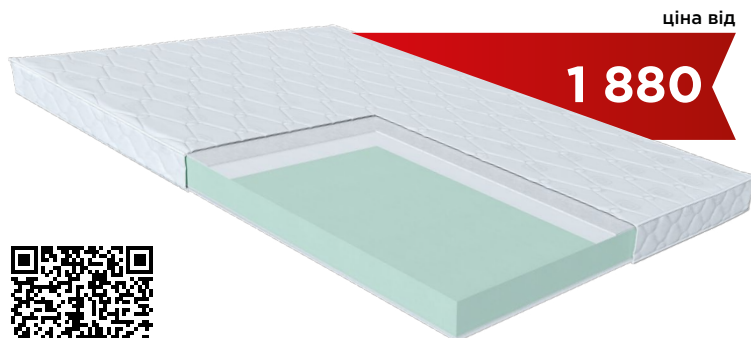


Кокосова
койра



DeLa Rey
premium sleep

DR. MATSON MOXIE



ціна від

1 880



Гарантія
1,5 року



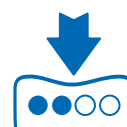
Висота матраца
11 см



Навантаж.
на 1 сп. місце
до 80 кг



Безпружинний
блок



Одностороння
жорсткість



DR.MATSON

MUNGER СОФТ ЗЕЛЛА



Гарантія
1 рік



Матеріал:
бук



Основа ліжка:
ламелі



М'яке узголів'я

MUNGER ЕКСКЛЮЗИВ ЕДДА



Гарантія
20 місяців



Матеріал:
бук



Основа ліжка:
ламелі



Технологія
склеювання:
масив

MUNGER ПРЕМІУМ ХЕЛА



Гарантія
3 роки



Матеріал:
бук



Основа ліжка:
ламелі



Технологія
склеювання:
масив

GUTENKAUF PARADISE XL



ціна від

883

~~1359~~

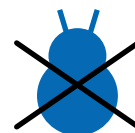
-35%



Чохол
на блискавці



Ортопедичний
ефект



Протикліщовий
матеріал



Латексована
ортопіна



Циркуляція
повітря



Gutenkauf
die traditionelle Qualität

GUTENKAUF SCHAUM



дві за ціною

500

~~1000~~

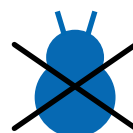
-50%



Чохол
на блискавці



Ортопедичний
ефект



Протикліщовий
матеріал



Циркуляція
повітря



Gutenkauf
die traditionelle Qualität

ДРУГИЙ ЗА ПІВЦІНИ

Від **Gutenkauf**
die traditionelle Qualität



Купуючи на матрацник AquaStop Stark або Geliebte натяжний з бортом діє знижка -50% на будь-який другий матрацник від ТМ "Gutenkauf".

ПОДАРУНКИ, ЯКІ ЗРОБЛЯТЬ ЖИТТЯ В НОВОМУ РОЦІ КРАЩИМ

З 1 січня прийнято розпочинати нове життя. Не секрет, що після свята більшість планів так і залишаються фантазіями. Проте деякі подарунки, які можна купити до Нового року, допоможуть згадати про свої мрії і реалізувати все намічене в наступні 365 днів.

Записник



Ну що допоможе краще розпланувати життя, аніж щоденник-записник! До того ж, це чудовий подарунок. Це - класичний вибір подарунку не тільки для ділової людини. Крім того, він досить бюджетний за вартістю, а при бажанні його можна легко перетворити на унікальний, єдиний у своєму роді, подарунок від серця, просто наносячи на обкладинку малюнок.

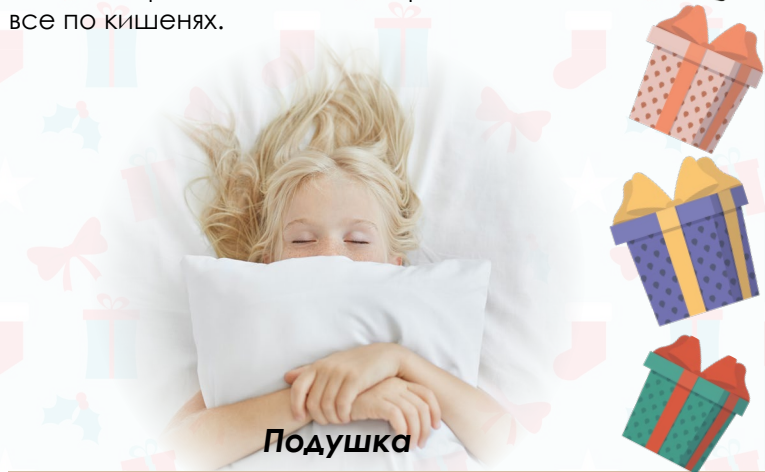


Враження в подарунок

Ніщо так не повертає жагу до життя, як позитивні емоції та нові враження. Якщо ви хочете здивувати близьких по-справжньому, то радимо вам зупинитися саме на такому варіанті. Ви можете придбати сертифікат на враження, а ваші друзі з його допомогою зможуть відправитися в квест віртуальної реальності, відпочинуть в spa-салоні, навчаться екстремальному водінню, політають на повітряній кулі, зроблять сімейну фотосесію, відвідують сферичний кінотеатр, навчаться грати на ударних, побувають в контактному зоопарку і так далі.

Стильний дорожній органайзер

Ніщо так не мотивує і не повертає до життя, як подорожі! А в поїздках, як відомо, постійно губляться зарядні пристрої, флешки та навушники. Зберіть все в одному місці. Подаруйте близьким органайзер, куди вони помістять важливі документи, зарядні пристрої та навушники. Це дуже зручно, адже при проходженні паспортного контролю та бодісканерів не доведеться розпихати все по кишенях.



Подушка

Щоб ви не планували в Новому році, які б грандіозні цілі не ставили перед собою – нестача хорошого сну може звести всі старання нанівець. Ми не пропонуємо Вам дарувати матрац чи ліжко (хоча такий подарунок теж доволі непоганий) – зате хорошу якісну подушку для подарунку зможе придбати кожен. Повірте, правильно підібрана подушка часто вирішує всі проблеми зі сном. А людина, яка виспалась, може досягти всього, чого захоче. Хороші подушки ви можете придбати в будь-якому магазині мережі Світ Матраців або замовити прямо на сайті!



ДИВНІ НОВОРІЧНІ ЗВИЧАЇ НАРОДІВ СВІТУ

Напередодні Нового року жителів усієї планети об'єднують надії на те, що майбутнє принесе щастя, успіх та виконання бажань. Водночас представники різних народів мають власні унікальні новорічні традиції та звичаї, які можуть здатися навколишнім дивними чи кумедними.

Спалювання опудала – Еквадор



Жителі Еквадору спалюють опудало в новорічну ніч, щоб позбутися смутку та невдач, які приніс рік, що минає. Ці новорічні ляльки уособлюють минуле не лише асоціативно, а й ззовні. Самих ляльок зазвичай роблять з паперу та тирси, а потім одягають їх у старий одяг і закріплюють на них різні символи, пов'язані з подіями року, що минає.



Фестиваль Таканакуй – Перу



Не секрет, що у багатьох країнах свята не проходять без бійок: розпалені алкоголем люди часто не проти помахати кулаками. У Перу бійки, а точніше справжні бої без правил стали повноцінною частиною святкування Різдва та Нового року. В останні тижні грудня деякі перуанці беруть активну участь у фестивалі Таканакуй – з мови кечуа це слово перекладається як «коли кипить кров».

Биття посуду – Данія



Якщо під час новорічних канікул у Данії ви натрапите на гору посуду, розбитого просто під вашими дверима, не спішіть сваритись з сусідами. Протягом усього року данці збирають старий посуд, щоб напередодні Нового року розбити його на ганку сусідів, друзів та рідні у своєрідному традиційному варварському прояві кохання та прихильності.



108 ударів – Японія

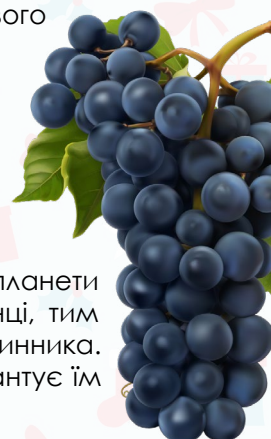


У Японії величезний вплив на новорічні традиції має буддизм. Тому замість звичних всьому світу 12 ударів годинника японці відраховують до Нового року цілих 108. У буддистській традиції число 108 має сакральне значення. Згідно з давніми віруваннями, людина має 108 почуттів та відповідні кожному з них пороки та гріхи. Японці вірять, що кожен із 108 ударів дзвону, що сповіщає про настання Нового року, відпускає їм один із гріхів.



12 виноградин – Іспанія

Коли годинник відраховує останні 12 секунд року, що минає, жителі всієї планети загадують бажання, готуються запускати феєрверки і цілувати коханих. А іспанці, тим часом, поспішно поїдають дванадцять добірних виноградин – по одному на кожен бій годинника. Відповідно до столітньої традиції, зустріч Нового року з ротом, набитим виноградом, гарантує їм щастя та успіх.





ПРАВИЛА ЗБЕРІГАННЯ РЕЧЕЙ.

Правильно складаємо, рідше прибираємо!



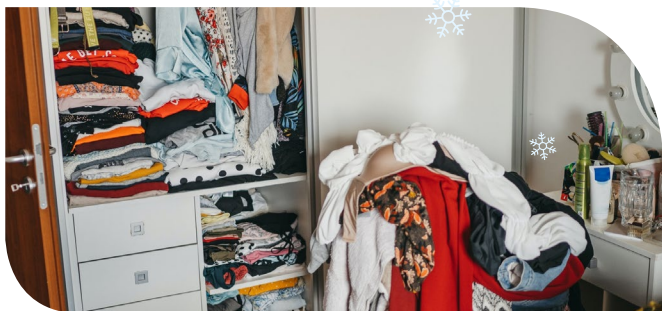
Як часто ви ловили себе на думці, що правильно поскладавши речі з початку, не довелося би тратити стільки часу на розгрібання хламу? Ми зібрали для вас загальні принципи зберігання речей, які допоможуть витратити менше часу і на прибирання і пошуки потрібного.

Купили? Викидайте!

Ні, не покупку одразу в смітник. Коли ви вирішуєте принести в будинок нову річ, їй потрібно звільнити місце. Іноді заради цього потрібно щось викинути. І не треба думати, що викидати вам нема чого. Скільки речей лежить у вас на випадок «А раптом завтра війна? А старі чоботи допоможуть вам на війні!». Щоби покласти щось нове, потрібно викинути старе.

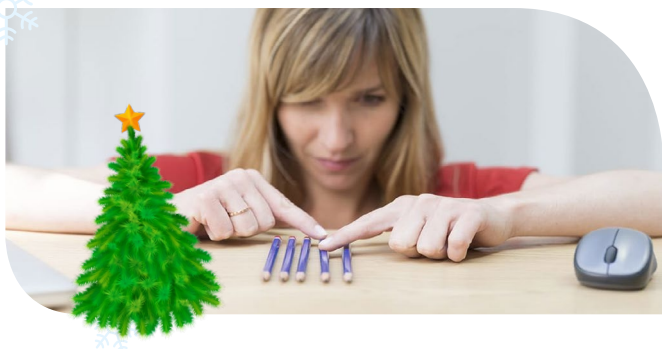


Порядок починається по кутках



Порядок починається з організації складів. Гараж, підвал, горище, комора, антресоль. Перегляньте, що в них лежить, і безжально викиньте все, що вам заважає. Звільніть купу місця. Якщо ви живете у невеликій квартирі, періодично перетрушувати потрібно ящики, шафи та всі темні кути, завалені речами, які ви не використовуєте.

Але без фанатизму!



Організовуючи порядок в своїй оселі, легко перестаратися. Кожен цвях не потрібно класти в окрему коробочку, якщо у вас всього п'ять цвяхів і два шурупи. І так з усім іншим. Занадто жорсткий поділ чи групування речей призводить до того, що на підтримку порядку йде занадто багато часу та сил. Сортувати горнята чи одяг за кольором – це вже ознака розладу, а не любов до порядку.

Тримайте речі там, де вони потрібні

Це ж очевидно, Карл, скажете ви. Але всі часто забувають саме про це. Зберігайте колекцію шарфів поруч із вхідними дверима, щоб можна було вибрати аксесуар перед виходом, а спорядження для походів, яке останній раз діставали кілька років тому, сховайте кудись подалі. Так буде простіше і складати речі на свої місця.



Все по плану



Прибирати потрібно одразу – безлад накопичується непомітно. Сьогодні ви не повісили на місце куртку, тому що вішати її незручно, вчора півгодини витратили на пошук потрібного документа, який виявився не в тій скриньці, позавчора заробили шишку, коли відчинили дверцята шафи та потрапили під обвал речей. Вирішуйте проблеми у міру їх надходження. Складіть план перетворення квартири (хоч на рік вперед, вас ніхто не квапить) і робіть все по черзі.

Погляд «з іншого ракурсу»

Якщо ваш диван останні 10 років стояв на одному місці і щоранку починалося з того, що ви зачіпали мізинцем ноги цей диван, може, настав час щось поміняти в розташуванні речей.

Спитайте думку інших членів сім'ї. Якщо ви живете не на одні, то інші члени сім'ї теж мають свої міркування про те, що, де і як має лежати.



Знаєте, у кожного є такий друг, до якого можна прийти у будь-який час доби та виявити, що вдома ідеально чисто? Запитайте, як це робить. Повторіть. Якщо, звичайно, він не драїть підлоги по дві години на день.

Зберігайте речі на своїх місцях, не розкидайте їх і прибирання стане суцільним задоволенням. Адже є навіть відомий вислів: «Чисто не там, де постійно прибирають, а там, де не розкидають».

ЯК ВИБРАТИ МАТРАЦ ДЛЯ НОВОНАРОДЖЕНОГО:

ГОЛОВНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Готуючись до народження дитини, молоді батьки часто вдаються до питання: що краще - спільний сон або окреме спальне місце? Відповідь цілком однозначна - дорослі матраци абсолютно не підходять дітям настільки юного віку. Тому сьогодні ми розберемося, як правильно вибирати постільні атрибути та матрац для новонародженого.



ГРАМОТНИЙ ПІДХІД

Щоб не пропустити нічого важливого, варто окреслити список пунктів, які необхідно врахувати при покупці:

- Розміри дитячих матраців.
- Вид наповнювача.
- Матеріал чохла.
- Безпека, гіпоалергенність і екологічність виробу.
- Водонепроникність і стійкість до бруду.
- Жорсткість.
- Ортопедичні властивості.



Почнемо з габаритів. Зараз на зміну стандартним прямокутним ліжечкам прийшов найширший вибір дитячих меблів різної конфігурації. Тому стає ясно, що шукати модель треба за формою.

Нам знадобиться рулетка чи сантиметрова стрічка та знання з уроків геометрії. Виміряйте параметри ширини, довжини та глибини каркаса для покупки потрібного матраца в ліжечко новонародженого.

Важливо, щоб виріб добре ліг у меблі. Матрац не повинен бути занадто коротким або довгим. У першому варіанті створюється небезпека травмування малюка, тому що його ручки та ніжки можуть застрягти в щілинах. У другому ж утворюються заломы та горби на поверхні, що призводить до занепокоєння та порушення постави дитини.

Правильний розмір матраца в дитяче ліжечко - запорука безпечного та здорового сну для Вашого чада.

Один секрет: краще придбати матрац на 1,5-2 см менший, ніж параметри ліжка. Це дасть можливість легше знімати постільну білизну для заміни.

Важливим аспектом також є висота. Педіатри радять, щоб товщина не перевищувала 8 сантиметрів.

ОБИРАЄМО КОНСТРУКЦІЮ

Глобально всі матраци можна розділити на 2 типи:



пружинні



безпружинні

Перші в свою чергу, бувають із залежними та незалежними пружинами. У першому варіанті спіральки пов'язані між собою, і при тиску на одну реагують усі. Це призводить до появи вм'ятин і поглиблень, що вкрай небажано для хребта людини, особливо новонародженої. У другому ж варіанті кожна секція ізольована одна від одної та подібного ефекту не має.

Але в будь-якому випадку для першого року життя краще віддати перевагу безпружинним дитячим матрацам.



ЩО ВСЕРЕДИНІ НИХ?

Детально розглянемо наповнення. Сучасні тенденції на усвідомлене споживання та екологічне існування диктують умови, що виробі краще вибирати з натуральних продуктів. Звичайно, усе залежить від позиції батьків, але потрібно мати на увазі, що природні матеріали часто викликають алергічні реакції у дитини. Тому існує безліч альтернативно комбінованої чи штучної сировини для виробництва матраців для дітей:

Кокосове волокно



Койра займає перше місце за популярністю серед усіх. Вона має достатню твердість і добре утримує форму. Відмінно пропускає повітря та провітрюється, завдяки чому в ній не заводяться кліщі, грибок і бактерії.

Холофайбер

Кращий синтетичний матеріал для дитячого матраца. Нешкідливий для дитини та легкий в експлуатації. Він у міру м'який, пружний та повітропроникний.



Латекс



Його отримують із природного соку каучукового дерева за допомогою його спінювання. У комбінації з кінським волосом або кокосом виходить натуральний та абсолютно безпечний матрац.

Поліуретан

Дешевий аналог пінного латексу, отриманий синтетичним шляхом. Ключовим недоліком, через який педіатри не рекомендують цей матеріал, є хімікати, які використовуються на виробництві, які можуть випаровуватися під час використання виробу. Також він дуже м'який та не надає належної підтримки опорно-руховому апарату.



ОРТОПЕДИЧНИЙ ЕФЕКТ

Небезпечною помилкою є бажання забезпечити комфорт і затишок для малюка, уклавши його на м'яку поверхню. Так, з часом дитині знадобиться менш жорсткий матрац. Але до досягнення віку 2 років навіть не рекомендується використовувати подушки.

Це зумовлено анатомічними особливостями. У новонародженого немає S-подібного вигину хребта. Шийний вигин формується до 3-4 місяців, коли малюк навчиться утримувати голову вертикально, поперековий - ще пізніше під час повзання та спроб зробити перші кроки. Остаточно всі вони формуються до 2-3 років.

Щоб не допустити проблем із хребтом, варто подбати про якісні дитячі матраци розміру ліжечка.

Ну і, звичайно ж, подбайте про водонепроникні наматрацники. Адже від конфузів із малюком ніхто не застрахований.



ПОКРАЩУЄМО СОН ВЗИМКУ:

ПРОСТІ МЕТОДИ, ЯКІ СПРАВДІ ДІЮТЬ

З одного боку, зі сном узимку немає жодних проблем: йому сприяють теплі ковдри та короткий світловий день. Але не всім вдається солодко спати в холодну пору року, і якщо ви з цих людей - читайте як налагодити нічний відпочинок.

ВИХОДЬТЕ ВРАНЦІ НА СОНЦЕ



Короткий світловий день впливає на циркадні ритми організму, особливо в північних країнах, де різниця між порами року дуже помітна. А все тому, що сонце впливає на вироблення мелатоніну - гормону, що сприяє гарному сну.

Взимку сонце світить недовго (а може не показуватись тижнями), і починаються проблеми. Фахівці радять по можливості гуляти сонячним ранком або хоча б сидіти біля вікна. А щоб не заважати виробленню мелатоніну, варто відмовитись від яскравого світла перед сном.

ПРОГУЛЯНКА НА ОБІД



Якщо ви не маєте можливості гуляти вранці, робіть це в обід. Багатьом доводиться їхати на роботу та з роботи у темряві, тож сонце вони бачать лише через вікно.

Постарайтесь не обідати у своєму офісі, а пройтися до кафе або до найближчого парку.

НЕ ПОТРІБНО СПАТИ ВДЕНЬ!

Взимку люди частіше відчують втому чи бажання затриматися в ліжку довше, а також поспати вдень. Але насправді біологічних причин для довгого зимового сну немає, і якщо ви ляжете посеред дня, можете отримати проблеми з нічним сном. І не потрібно брати в ліжку ноутбук (і тим більше роботу): ліжко служить тільки для сну та сексу.



НЕ ПРОПУСКАЙТЕ ТРЕНУВАННЯ



Взимку набагато складніше змусити себе займатися спортом та знайти мотивацію для цього. Але саме спорт дасть вам додаткову енергію! А вночі краще спатимете.

НЕ ПЕРЕГРІВАЙТЕ КВАРТИРУ

Для сну корисне прохолодне повітря, але коли за вікном мороз, хочеться влаштувати вдома спеку. Так краще не робити, якщо хочете міцно спати. А ось що варто купити, то це зволожувач: у вологому повітрі краще спиться.



Створюємо домашній затишок: список справ



- Викиньте по 5 речей з кожної зони свого дому (кухня, спальня і т.д.)
- Змініть кольорові губки для миття посуду на однотонні (чорні/сірі/білі)
- Обновіть подушки і постільну білизну: приємний текстиль зможе відволікти навіть від недбалого ремонту в зйомній квартирі
- Додайте в інтер'єр трішки виробів з дерева чи ротангу: крісло/столик на кухню (можливо, навіть ті, що призначені для вулиці чи балкону)
- Додайте зелені: побільше кімнатних рослин чи вазонів
- Перевірте термін придатності усієї побутової хімії, при потребі – викиньте протерміноване і не тримайте лишнього
- До речі, про ванну – спробуйте створити більш розслаблену атмосферу: темна шторка для душі і килимок цих же відтінків додадуть затишку цій кімнаті
- Поскладайте всілякі дрібнички в маленькі ящики для зберігання
- Зверніть увагу на речі для сервірування столу: чи підходять одне до одного скатертина, серветки та посуд? Якщо ні, змініть це.
- Поступово заміняйте всі дрібнички з пластику на натуральні: дерево, метал, льон, камінь виглядають завжди краще пластику
- Оформлюйте стіни і створюйте настінні композиції з різних предметів: дзеркал, картин чи фоторамок
- Створіть трішки затишку на кухні за допомогою скатертин натуральних відтінків та матеріалів
- Використовуйте атмосферне освітлення: ніщо так не додає затишку, як аромасвічки чи гірлянди
- Не забувайте про банальне – відчистіть затирку між плитками в ванній кімнаті – інтер'єр освіжиться одразу ж
- Купіть гарні горщики та кашпо до вазонів, бажано всі одного кольору
- Пересипте всі крупи та спеції в однакові банки
- Сховайте проводи під плінтуси



СОННИК - 2022

ЩО ВАМ СНИЛОСЯ НАСПРАВДІ?

Сонник здавна допомагає людям розшифрувати образи своїх снів, краще зрозуміти себе і відхилити завісу таємниці над майбутнім. Тлумачення снів, образів і барв, які ми бачимо уві сні - давня і складна наука, але короткий сонник може максимально спростити пошук відповіді на ваші запитання.

А

АБРИКОСИ - виконання бажання.
АНГЕЛ - успіх у справах.
АПЕЛЬСИН - успіх, випадковий подарунок.
АФЕРИСТИ - збиток, втрата.

Б

БАРАБАН - плітка, наклеп.
БРИЗ - приємна новина.
БУЛКА - щастя, достаток.
БЕЗОДНЯ - розорення.

В

ВІДРО З ВОДОЮ - прибуток.
ВІТЕР - любов.
ВИНОГРАД - звинувачення.
ВОВК - ворог.

Г

ГРУША - задоволення.
ГУСИ - любов.
ГАДЮКА - злість.
ГІТАРА - веселе життя.

Д

ДІТИ - успіх у справах.
ДОЩ - прибуток.
ДІМ - нове життя.
ДОРОГА ПРЯМА - благополуччя.

З

ЗОРЯ - радісна звістка.
ЗАЄЦЬ - втрата.
ЗИМА - охолодження в любові.
ЗОЛОТО - розлука.

І

ІКОНА - очищення через душевні страждання.
ІДІОТ - попередження про можливі помилки.
ІЄРОГЛІФИ - невідома таємниця.
ІЗЮМ - неочікуваний приємний сюрприз.

К

КАРТИНА - зацікавленість.
КІНО - розбір справи.
КАРТИ - сварка.
КОРИТО - щастя.

Л

ЛЕБІДЬ - задоволення.
ЛІС - чужа сторона.
ЛІКИ - образа.

М

МАК - благополуччя.
МАЛИНА - прискорення в справах.
МАГАЗИН - особливий інтерес.
МЕД - насолода.

Н

НІЖ - небезпечний незнайомець.
НИТКИ - плітки.
НОЖИЦІ - сварка.

О

ОЗЕРО - спокій.
ОБІДАТИ - несподіванка.
ОДЕКОЛОН - визнання.
ОПРКИ - хвилювання,
роздратованість.

П

ПОМІДОРИ - сором.
ПОРТЕФЕЛЬ - надія.
ПОШТА - сюрприз.
ПИРИГ - благополуччя.

Р

РАДІО - чутки, плітки.
РІЗАТИ що-небудь - втрачати.
РИБУ ловити - хвороба.
РУКИ брудні - грошовий інтерес.

С

СТІЛЕЦЬ - підвищення по службі.
СМЕТАНА - прибуток.
СНІГ - сміх.
СЕРЕЖКИ - побачення з коханим.

Т

ТЮТЮН - засмучення.
ТАЗ - порожнеча.
ТАРГАНИ - неприємності.

Х

ХОДИТИ ПО МОСТУ - небезпека.
ХРОМ - непередбачуваність.
ХАЛВА - обман.
ХОЛОД - відображення вашого розчарування.

Ц

ЦІЛУВАТИСЬ - неприємності.
ЦЕРКВА - воля, незалежність.
ЦИГАН - бути обдуреним.
ЦУЦЕНЯ - друг дитинства.

Ч

ЧЕРЕПАХА - повільність у справах.
ЧОРТ - небезпечна спокуса.
ЧОРНИЛА - наклеп.
ЧАШКА - благополуччя і повнота життя.

Я

ЯЙЦЕ - візит.
ЯКІР - надія.
ЯСТРУБ - звістка.
ЯХТА - радість.



ГОРОСКОП 2022

ЗИМА

Рік Водяного Тигра обіцяє бути дуже насиченим щодо подій, що відбуваються в усьому світі. Що чекає на кожного з знаків в Новому році? Читайте в гороскопі.



ОВЕН

2022 стане для знака зодіаку Овен роком змін. Протягом двох років удача вислизала від вас у всіх сферах життя, але в 2022 ситуація докорінно зміниться. Будь-які починання увінчаються успіхом. Інтелект та цілеспрямованість призведуть до здобутків, нових шляхів самореалізації, зростання та процвітання цього року. Чудовий рік для Овенів загалом.



ТЕРЕЗИ

Зірки кажуть, що 2022-й стане вдалим періодом для Терезів. На представників цього чекають великі зміни: будуть і приємні сюрпризи, і несподівані потрясіння. Будьте обережні у своїх діях, не розслабляйтеся, продумуйте кожен крок наперед. Не довіряйте нікому на 100%. Новий рік посприяє просуванню по службі, і можливо, переїзду на нове місце проживання. Проте це може завадити вашому сімейному щастю та благополуччю.



ТЕЛЕЦЬ

2022-й виявиться для знака зодіаку Телець більш вдалим, ніж кілька попередніх років. В особистій та професійній сфері цей знак супроводжуватиме успіх. За 2022 рік усі проблеми, що звалилися на ваші плечі у минулому, поступово вирішаться. Можливі короточасні проблеми у всіх сферах життя у першому та останньому кварталі 2022 року.



СКОРПІОН

2022-й рік буде для Скорпіонів в цілому спокійним. Прихильність зірок забезпечить вам комфортне життя протягом всього року. Усі перешкоди, які заважали руху вперед, минуть. Подбайте про здоров'я, особливо в період сезонних респіраторних захворювань. Імовірно закордонні поїздки протягом року. Будьте дуже уважні на роботі, оскільки у 2022-у році на вас чекають важчі часи.



БЛИЗНЮКИ

У 2022 році Близнюкам доведеться зняти рожеві окуляри і зіткнутися із суворю реальністю життя. Зусилля та наполеглива праця принесуть результати у другому та третьому кварталі, середина ж року буде сповнена сюрпризів. По гороскопу – 2022-й важкий, але перспективний у плані роботи. Фінансове становище Близнюків нестабільне, тримайтеся подалі від спекуляцій та сумнівних угод.



СТРІЛЕЦЬ

По гороскопу 2022-й буде дуже сприятливим роком для Стрільців в цілому. Однак у кар'єрі представників знаку будуть періодичні зleti та падіння. Стрільці навчатимуться справлятися зі складними ситуаціями та тримати все під контролем. Відмінний період для більшості представників цього знаку, щоб досягти поставленої мети і реалізувати власні амбіції в кар'єрі. 2022-й рік буде набагато кращим, ніж попередній. Ви досягнете нових висот у професії завдяки підтримці колег та керівництва на робочому місці.



РАК

У 2022 році Раки зможуть переступити через деякі свої страхи. Період підходить для переїзду, якщо ви давно про це мріяли. Нажаль, 2022-й рік принесе знаку зодіаку Рак складності та проблеми у деяких сферах життя... Хороші новини з'являться в останньому кварталі року. 2022-й рік стане періодом злетів та падінь. Надходження коштів буде невеликим, але стабільним.



КОЗЕРІГ

2022-й рік буде дуже хорошим для Козерогів. Вдалий рух планет грає на вашу користь, хоча події навколо і можуть бути трохи заплутаними. На початку другого кварталу нового року в особистому та професійному житті Козерогів можуть виникнути проблеми. Не поспішайте, не намагайтеся відкусити більше, ніж можете прожувати, займайтеся однією справою за один раз. Такий підхід принесе свої плоди. Кар'єра представників знаку процвітатиме протягом 2022 року.



ЛЕВ

У 2022 році в представників цього знаку з'явиться великий запас ресурсів: як матеріальних, так і духовних. Незважаючи на це, турботи та тривоги, які супроводжують Левів останні кілька років, нікуди не дінуться. Для реалізації власних амбіцій цього року Левам часто доведеться йти на компроміси. Левам, які займаються бізнесом, потрібно бути обережними цього року, гороскоп попереджає, що ризик себе не виправдає. Уникайте будь-яких довгострокових інвестицій та спекулятивних угод.



ВОДОЛІЙ

У 2022-му році Водолії будуть більш організованими, терплячими та задоволеними життям, ніж у минулому. На роботі всі перешкоди поступово зникнуть, і представники знаку почнуть стрімке просування кар'єрними сходами. Однак, не будьте імпульсивними і не приймайте необдуманих рішень. Цей рік вимагатиме від вашого знаку зодіаку багато важкої роботи та повної самовіддачі. 2022-у року представники знаку Водолій будуть щасливими. Гороскоп віщує успіх у кар'єрі та бізнесі.



ДІВА

По гороскопу – 2022-й нестабільний, з мінливим успіхом для Дів. На початку року цей знак супроводжуватиме везіння у багатьох сферах життя, проте до середини року неперсильності почнуть вас переслідувати. Варто виявляти обережність. Ретельно подумайте, перш ніж зважитися на будь-яке втручання. Рік для бізнесменів Дів буде успішним. Початок року вдалий у фінансовому плані, але будьте обережні з витратами та сумнівними вкладеннями у середині року.



РИБИ

Гарний рік для представників цього знаку. В новому році Рибам покращити особисте та професійне становище. Рівень життя зростає, ви зможете відіти в реальність давні амбіції та розпочати давно задумані проекти. Протягом року представники знаку Риб можуть розраховувати на підтримку родичів. Сприятливий період для навчання та працевлаштування за кордоном. На багатьох представників знаку чекає переїзд.





ТОРГОВА МЕРЕЖА МАГАЗИНІВ «СВІТ МАТРАЦІВ»

КИЇВ

- Голоосіївський 68-А, (050)6663445
- Кольцова 14-Ж, (050)2643977
- Івашкевича 5, (095)2383814
- Чавдар 1, (066)5878068
- Вільямса 5, (095)2383824
- Визволителів 3-А, (097)0838069
- Архипенка 1/12, (095)6551595
- Празька 3, (095)6551180
- Стеценка 27-А, (050)0711663
- Щербаківського 68, (099)7127889
- Ахматової 35, (095)3639335
- Перова 44, (095)3639366

ВИШНЕВЕ

- Молодіжна 32А, (050)0711636

СОФІЇВСЬКА БОРШАГІВКА

- Соборна 11, (095)3501447

ГОСТОМЕЛЬ

- Гостомельське шосе 1, (066)8812775

ПОЛТАВА

- Зінківська 5, (050)6509236
- ТЦ «Меблевий квартал», Європейська 225, (066)0536603
- Панянки 73, (050)6509408

ОДЕСА

- Артилерійська 4, (095)2383808
- Глушко 25, (095)2383802
- Дальницька 17, (095)2383807
- Марсельська 33, (095)2383803
- Добровольського 123, (095)2383805
- пр. Шевченка 8/1, (095)2383804
- пр. Небесної Сотні, 111 (095) 238 38 06

ЧОРНОМОРСЬК

- Олександрійська 11-Д, (095)2383810
- Паркова 2-А, (050)3701005

ЖИТОМИР

- Київська 104, (068)5576585
- Грушевського 36, (068)5576559
- Незалежності 13, (096)0752532
- Кочерги, 11-А, (068)9626989
- Ріхтера, 75, (068)9626689

ЧЕРНІВЦІ

- Комарова 11-Б, (099)2822892
- Руданського 6, (099)9581881
- Г. Майдану 55, (099)0616098
- Калин. ринок, сектор №5, (099)7672527
- Руська 213, (066)1481183
- ТЦ «Боянівська», Хотинська, 43
- Боянівська №1, (066)1482610
- Боянівська №2, (099)6541900
- Калин. ринок, Добробут, (095)6087773
- пров. Складський, 4, (099)7086525

КИЦМАНЬ

- Незалежності 39, (095)5805421

ЧЕРКАСИ

- Надпільна 413, (068)9627156
- Сумгайтська, 39, (093)3767649
- Шевченка 367, (063) 524 35 84
- Чорновола 173, (063) 173 22 02

ЛЬВІВ

- Драгана 24-А, (096)1547052
- Зелена 78, (098)8467376
- Героїв УПА 77, (098)8438120
- Чорновола 45-А, (098)0465826
- Стрийська, 45А, (068)8087216

СТРИЙ

- Львівська 8, (068)0652453

ДРОГОБИЧ

- Стрийська 32, (096)0470189

ЛУЦЬК

- Відродження 27, (099)6371017
- Соборності 1-А, (095)1161245
- Карпенка-Карого 7А, (095)6084098
- Ковельська, 29, (098)2313664

КОВЕЛЬ

- Незалежності 174, (068)4184953

ВОЛОДИМИР-ВОЛИНСЬКИЙ

- Луцька 19, (063)3520792

РІВНЕ

- ТЦ «Арена», Київська 67, (068)7193055
- Соборна 300, (097)9448936
- Бандери 24, (068)8899425
- Грушевського 2Б, (098)9404492

САРНИ

- Белгородська, 7, (096)5343717

ДУБНО

- Грушевського 134, (096)2261606

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ

- ТЦ «Мой Дом», пр. Миру 99/101, (097)9139494
- Зарічанська 5/2, №1 (067)6764719, №2 (097)0056674
- ТЦ «Оріт», Тернопільська 7-А, (067)6764718
- ТЦ «Планета меблів», Садова 5, (098)3263911

КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКИЙ

- Грушевського 50, (067)6764706
- Гагаріна 43, (067)2854671
- Першотравнева 6А/4, (068)6243632

ВІННИЦЯ

- Келецька 104, (096)6934740
- Зодчих 4/6, (068)5375620
- Київська 29, (096)1792107

ХЕРСОН

- Ушакова 58, (095)371474
- Бериславське шосе 11-А, (066)2273778

МИКОЛАЇВ

- пр. Богоявленський 234-В, (095)2383830
- пр. Центральний 107/1, (095)2959001
- Озерна 11, (095)2959003
- пр. Центральний 15, (096)6267473
- пр. Миру 46А, (099)3270573
- пр. Богоявленський, 33 (095) 295 95 60

ТЕРНОПІЛЬ

- Мазепи 2, (068)2604320
- Злуки 18, (096)9740854
- Київська 7Д, (068)0754174
- Руська 10, (068)6781942
- Стаднікової 2, (067)8642426
- Шептицького 14, (096) 8188503
- ТЦ «Весна», Об'їзна, 14 (096)9229899

ЧОРТКІВ

- Гончара, 3-А, (067)2991366

ІВАНО-ФРАНКІВСЬК

- Орлика 11, (099)4742527
- Угорницька 16, (098)9670481
- Івасюка 63, (098)5500353
- Галицька 32, (095)6607444

КОЛОМІЯ

- Мазепи 92, (096)2634897
- Мазепи 79-Б, (068)6613130

КАЛУШ

- Винниченка 10, (099)2600457

УЖГОРОД

- Капушанська 4, (066)3528666
- Капушанська, 34, (095)7350331
- Блестіва 1, (066)3647976

МУКАЧЕВО

- Зріні 30/1, (099)0919980
- Миру 32, (099)0920170

ЧЕРНІГІВ

- Генерала Белова, 33 (095) 797 06 86
- Жабинського, 2-В, (095) 797 07 79

БЕЗКОШТОВНА



ДОСТАВКА

*Акція діє з 01.12.2021 до 31.01.2022;
деталі акції на сайті www.svit-matrasiv.com.ua

СПИ ЯК КІТ
В КРЕДІТ*!

0%

*БЕЗВІДСОТКОВИЙ



*Акція діє з 01.12.2021 до 31.01.2022;
деталі акції на сайті www.svit-matrasiv.com.ua

Завітайте до нашого інтернет-магазину: www.svit-matrasiv.com.ua

Тільки для розповсюдження в рекламних цілях в мережі магазинів меблів для спальні "Світ Матраців". Розповсюдження безкоштовне.