

mattress production  
**Strong**

ТЕМА НОМЕРА

ВЫБИРАЕМ  
ПОДАРКИ  
ДЛЯ СНА



Более 200 товаров  
для сна от  
производителя

Европейские  
стандарты  
качества

Зимние  
скидки  
до 50%



3



8



12



15

## Содержание

- 3** Работа мозга во сне
- 6** Акция! Товары для сна со скидками
- 8** Полезные подарки, которые помогают лучше спать
- 12** Новинки для комфортного сна
- 14** Акция «Товар месяца»
- 15** Прибыльный бизнес со стартовым капиталом 300 тыс. руб.



## Работа мозга во сне



**10**  
удивительных  
фактов

Жизнь без сна смертельна, а мужчины видят во сне чаще других мужчин, чем женщин. Эти и другие удивительные факты о работе мозга во сне представлены в книге Андреа Рока «Мозг во сне». Для вас мы выбрали наиболее интересные.

### **1** Сон «структурирует» наши воспоминания

Во сне часть воспоминаний консолидируется, то есть переводится из кратковременной в долговременную память. А затем мозг сортирует полученный опыт, чтобы сформировать связи и ассоциации для лучшего понимания окружающего мира.

### **2** Отсутствие сна смертельно

В XX веке обнаружено генетическое заболевание «фатальная семейная бессонница», которое привело к смерти людей из 30 семей по всему миру. Симптомы повторяются:

сначала человек не может уснуть, учащается пульс и повышается давление. Далее больной перестает говорить, ходить и стоять. Как правило, все заканчивается за пару месяцев: человек впадает в состояние близкое к коматозному и умирает. Недуг в основном затрагивает мужчин и женщин средних лет, но иногда распространяется на подростков.

### **3** Психологический портрет человека можно составить по снам

Билл Домхофф (психолог по профессии) при помощи опытов доказал, что личность и характер человека можно достоверно опи-



сать по его 70–100 снам. А если использовать 1000–1100 снов, то можно создать психологический портрет по уникальности близкий к отпечаткам пальцев.

#### 4 Сон изменяет настроение

Во сне мозг не только обрабатывает информацию, но и регулирует наши эмоции. Он перерабатывает отрицательные эмоции, и утром человек просыпается в более позитивном настроении, чем вечером. Но у некоторых людей процесс регуляции нарушается, вызывая депрессию.

#### 5 Сновидения — генеральная репетиция опасностей

Ученые все больше склоняются к тому, что ситуации, смоделированные во сне, помогают животным, но и человеку выжить. Опасные сюжеты, которые мы преодолеваем (переплываем реку, переживаем зомби апокалипсис), — безопасная репетиция мозга, чтобы столкнувшись с реальной угрозой мы выбрались из нее заученным способом.

#### 6 Мужчинам чаще снятся мужчины, а не женщины

Более 50 000 записей о содержании сновидений собрал психолог Кэлвин Холл. В самом большом отчете в мире о снах участвовали взрослые и дети разных стран и культур. Они подробно писали и рассказывали о том, что приключилось с ними во время сна. Как показали подсчеты, в женских сновидениях

мужчины и женщины фигурируют с одинаковой частотой (50/50%), а в мужских преобладают мужчины (до 70%).

#### 7 Сон помогает лучше обучаться

Обучение новым навыкам зависит от степени мозговой активности во сне. Чем она выше, тем интенсивнее человек запоминает информацию. Ученые открыли, что в стадии легкого сна лучше совершенствуются творческие навыки: заучивание музыкальных композиций, пьес или новых танцевальных движений. Любопытно, что запоминание происходит не сразу, а через 1–2 дня после выполнения задания. А вот фактическая информация (даты или цифры) усваивается в фазе медленного сна.

#### 8 Стадия перед сном сравнима с медитацией

Когда тело готовится ко сну, оно расслабляется, и мозг генерирует специальные альфа-волны. Такие же волны появляются в спокойном, умиротворенном состоянии,





если лежать с закрытыми глазами или медитировать.

## 9 Без сновидений невозможно спать

Ученые доказали, что все люди видят сны. А те, кто утверждает обратное, просто не помнят их содержания. Если человека разбудить в фазу быстрого сна и попросить пересказать сновидение, то он легко им поделится. Однако утром может ничего не вспомнить. Ведь 50% снов мы забываем через 5 минут после пробуждения.

## 10 Биологические часы статичны

Американский ученый Натаниэл Клейтман (родом из России), решил провести эксперимент и целый месяц прожил в подземной пещере без солнечного света. Он предполагал, что организм, привыкший к ежедневному восходу и закату, изменит биологические часы — цикл уменьшится до 21 часа или увеличится до 28. Но этого не произошло. Биологические часы человека сохранили статичность — цикл бодрствования и сна так и остался в диапазоне 24–25 часов.



**Акция! Скидка 50% на второй товар в чеке из серий:**

- ОДЕЯЛА
- ПОДУШКИ
- ПОСТЕЛЬНОЕ БЕЛЬЕ

Скидка действует до 28.02.2017

**СКИДКА  
50%**

Ideal Bio

СКИДКА

30%

### *Матрас Ideal Bio заботится о вашем комфортном сне*

В его основе – уникальные пружины Pocket Ideal Zone, которые повторяют форму спящего человека и улучшают ортопедический эффект матраса.

- Пружинный блок исключает эффект гамака.
- Конструкция сочетает зоны с различной степенью ортопедической поддержки поясницы, спины и ног.
- Массажная стежка улучшает сон и циркуляцию крови.

#### **ЖЕСТКОСТЬ:**

различная жесткость сторон А и В.

#### **НАПОЛНИТЕЛИ:**

- латексированная кокосовая койра;
- термоскрепленный войлок.



*Скидка действует до 28.02.2017*

Матрасы серии Grand

СКИДКА

10%

### *Серия Grand – элитные матрасы с высокой степенью анатомичности.*

Они изготовлены преимущественно из натуральных материалов с уникальной трехмерной аэролентой по всему периметру. Благодаря такой конструкции естественная вентиляция матраса усиливается в несколько раз, создавая идеальный микроклимат для здорового сна.

#### **ЖЕСТКОСТЬ:**

- средняя ■ сверхжесткая

#### **МОДЕЛИ СЕРИИ:**

- Tonus TFK ■ Bio TFK ■ Soft TFK
- Bio Latex TFK ■ Bio Multi ■ Tonus Multi
- Soft Multi ■ Bio Latex Multi



*Скидка действует до 28.02.2017*

## Подушка IQ Sleep

СКИДКА  
**20%**

### *Подушка IQ Sleep — прорыв в науке сна*

Уникальное сочетание максимальных ортопедических свойств, высокого комфорта и отличного микроклимата.

IQ Sleep — подушка с инновационным материалом 7th SKY. Он создан на основе пены с памятью формы и на 70% состоит из экономичного анатомического геля.



IQ Sleep — это:

- особая структура, которая подстраивается под контуры тела спящего;
- приятный охлаждающий эффект и воздухопроницаемость;
- чехол с гусиным пухом премиум-класса для особой мягкости;
- европейский сертификат качества CertiPUR;
- срок службы не менее 20 лет.

**Высота подушки:** М — 12 см, L — 14.5 см

**Уровень жесткости:** средний

**Чехол:** тик (100% хлопок) с гусиным пухом

*Скидка действует до 28.02.2017*

## Матрасы серии Dream

СКИДКА  
**10%**

*Серия ортопедических матрасов с натуральными наполнителями подходит для людей чувствительных к аллергии.*

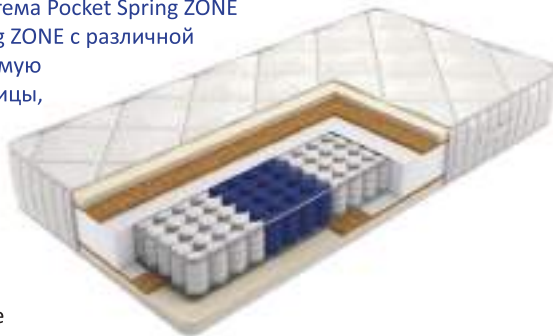
В основе серии Dream — пружинная система Pocket Spring ZONE и Pocket Spring MULTI. Блок Pocket Spring ZONE с различной степенью поддержки создает необходимую ортопедическую опору в области поясницы, спины и ног.

### **ЖЕСТКОСТЬ:**

- ультрамягкая
- средняя
- сверхжесткая

### **МОДЕЛИ СЕРИИ:**

- Luxury Zone
- Effect Zone
- Rest Zone
- Effect Multi
- Rest Multi
- Memory Zone
- Luxury Multi
- Memory Multi



*Скидка действует до 28.02.2017*



## ПОЛЕЗНЫЕ ПОДАРКИ, которые помогают лучше спать

Приятно, когда ваш подарок не только красивый, но и практичный. В преддверии зимних праздников стоит поговорить о том, как изменить сон наших друзей и близких к лучшему с помощью небольших финансовых вложений.

### **«Корзинка здоровья»**

«Корзинка здоровья» — вкусный презент, богатый витаминами, сочными фруктами и полезными продуктами. Он никогда не устареет, ведь хорошее питание помогает нам сохранить активность в зимнее время и лучше выспаться. Продукты, содержащие триптофан, способствуют успокоению и сонливости. К ним относятся: финики, арахис, бананы, сыр, миндаль, травяные чаи, вишня, мед и кунжутное масло. Но помните, что подарить такие подарки следует за 2 часа до сна, чтобы не перегружать желудок.

### **Прямоугольные подушки для комфорта**

Подушка — единственный предмет среди постельных принадлежностей, который за-

меняют как минимум раз в пять лет. Каждую ночь она впитывает пот, теряет форму и загрязняется, поэтому получить полноценного сна на старой постели уже не удастся.

Чтобы сохранить здоровый сон своих близких, мы рекомендуем вам подарить новые прямоугольные подушки средней жесткости. Они не попадают под плечи и учитывают индивидуальные потребности человека. Выбирайте модели с чехлом на молнии, чтобы ваши друзья могли удалять, добавлять наполнитель и адаптировать подушку под себя. Дарите не просто подушки — дарите полноценный сон и здоровый отдых!

### **Элитные комплекты белья**

Особенные комплекты постельного белья идеально подходят для праздничного презен-



та на Новый Год, свадьбу или юбилей. Они отличаются от повседневных моделей не только внешним видом, но и натуральной мягкостью тканей, текстурой, оригинальным дизайном и профессиональным пошивом.

Любое белье из элитной коллекции — это:

- приятная на ощупь, гипоаллергенная ткань на основе 100% хлопка, которая отлично вентилируется и впитывает влагу;
- сохранение первоначального покроя, линий рисунка и фактуры даже после большого количества стирок.

Такой практичный подарок выглядит презентабельно и украсит любую спальню. Кроме того, элитное белье уложено в красивую коробку и не требует дополнительной упаковки.

### **Ортопедические подушки для здоровья**

Ортопедические подушки дарят не только комфортный сон, но и здоровье. Они поддерживают шейный отдел в анатомически правильном положении, вне зависимости от того, как вы спите. Такой презент позволит вашим

друзьям и близким избежать искривления шейных позвонков, напряжения мышц головы и шеи, ущемления нервов шейного отдела позвоночника и сдавливания сосудов. Но перед покупкой обязательно проконсультируйтесь с врачом, имеются противопоказания.

### **Уютные одеяла**

Каждому нужно хорошо выспаться, чтобы суметь «зарядить» свои батарейки». И мягкое одеяло поможет в этом.

Практичный выбор — всепогодная модель с хлопковым или искусственным наполнителем, которая хорошо согревает зимой, но при этом может быть использована в теплые весенние ночи.

Приятный подарок, в который можно укутаться холодным зимним вечером.

### **Полноценный сон — лучший подарок вашему здоровью**

Постельные принадлежности, подушки, здоровая пища и хороший сон — презенты, радующие с первого дня. Они не только приятны, но практичны и полезны, а зимние праздники — отличный повод, чтобы помочь себе и близким лучше выспаться.



## Кресло-трансформер Futon

НОВИНКА

*Всего за 20 секунд кресло Futon превращается в удобный матрас для сна. Два матраса, сложенных вместе, создают большой круглый матрас до 215 см в диаметре.*



- подходит для маленьких квартир;
- обивка — практичная и качественная ткань рогожка;
- в сложенном виде Futon — бескаркасное кресло, в разложенном — удобный матрас;
- вы можете уютно расположиться в кресле и вытянуть ноги;
- можно использовать как игровое место для детей, для чтения, просмотра кино или отдыха на газоне;
- пользуется спросом в кальянных.

## Ортопедический диван City

НОВИНКА



*Малогабаритный, удобный диван с высокой спинкой для небольших квартир*

- принимает 3 положения;
- укомплектован надежным механизмом трансформации Clic-Clac для ежедневного использования;
- размер в сложенном виде: 200x100 см.
- ортопедический матрас, заменяющий кровать;
- удобное, широкое место для сидения;
- 3 положения трансформации: сидя-релакс-лежа;
- съемный верхний чехол облегчает стирку;
- полноценное двухспальное место в разложенном виде (200x140 см).

## Основание Ergonomic для кровати

НОВИНКА

***Основание Ergonomic с уникальным механизмом трансформации для вашего комфорта!***

Ergonomic помогает принять удобное положение при просмотре телевизора, чтении, кормлении малыша или просто для отдыха после рабочего дня.

- Специальные положения способствуют уменьшению отеков и поддержке спины.
- Основание можно использовать отдельно или встраивать в кровати Strong.
- Надежная немецкая электроника.
- Управление при помощи проводного пульта.



## Матрас Touch с инновационной стежкой

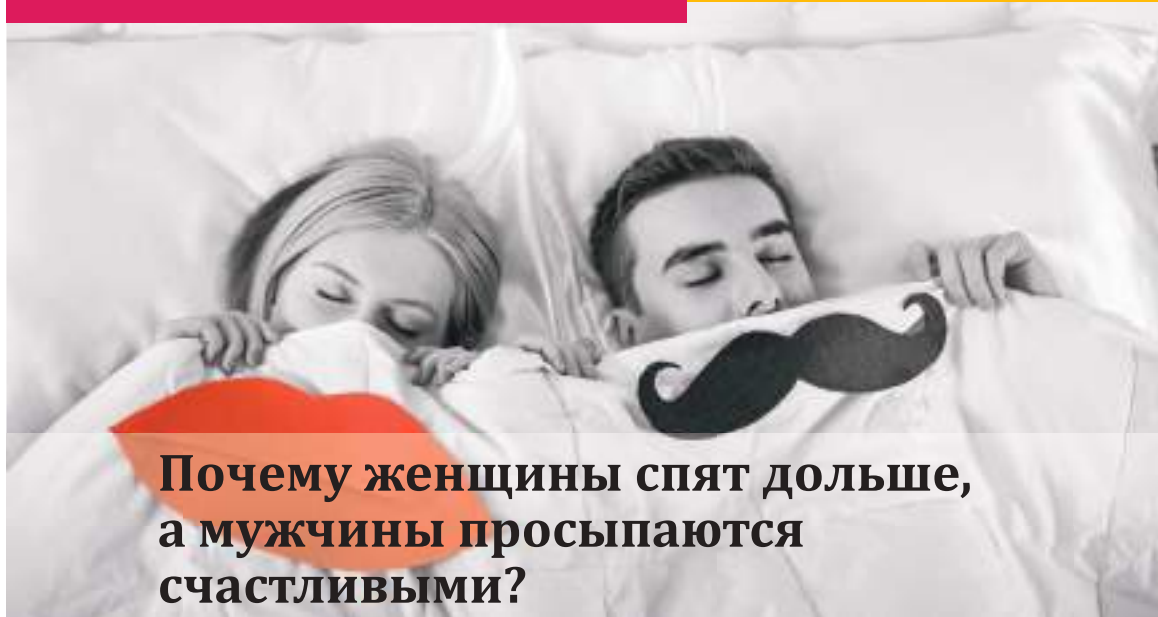
НОВИНКА

Благодаря пене Memory Foam в стежке и массажной пене внутри Touch достигается максимальный эффект памяти формы. На таком матрасе ваше тело и мышцы полностью расслабляются, как на Premium матрасах.

- Исключает эффект волны, партнеры не скатываются в середину матраса.
- Массажный эффект помогает лучше выспаться и улучшает циркуляцию крови.



**НАПОЛНЕНИЕ:** стёжка трикотаж с пеной Memory Foam, высокоэластичная пена с массажным эффектом, термоскрепленный войлок, пружинный блок Pocket Spring.



## Почему женщины спят дольше, а мужчины просыпаются счастливыми?

Сомнологи и ученые всего мира с интересом исследуют сновидения, удивляя широкую аудиторию открытиями. В этот раз их наблюдения коснулись различий во сне между мужчинами и женщинами.

### *Женщины спят дольше, чем мужчины*

Специалисты Sleep Cycle провели ряд исследований среди представителей 47 стран и обнаружили несколько любопытных закономерностей. По статистике женщины спят больше мужчин, а любимый день для сна – суббота. Существенная разница между сном разных полов отмечается у жителей Индонезии.



### *Топ-8 стран, где женщины спят дольше мужчин:*

- 1  **Индонезия**  
(+34.5 мин)
- 2  **ОАЭ**  
(+23 мин)
- 3  **Великобритания**  
(+20 мин)
- 4  **Австралия**  
(+22 мин)
- 5  **Канада**  
(+21 мин)
- 6  **США**  
(+19 мин)
- 7  **Россия**  
(+12 мин)
- 8  **Япония**  
(+4.5 мин)



Больше всего часов спят женщины из Финляндии, Нидерландов и Франции. Наименьшая доля сна у мужчин в Японии, Саудовской Аравии и Южной Корее.

### **Но почему так происходит?**

Ученые из Великобритании пошли дальше и углубились в суть вопроса. На выборочной совокупности из 210 мужчин и женщин среднего возраста они исследовали поведение мозга во время сна.

Профессор Джим Хорн, директор Научно-исследовательского центра сна при Университете Лафборо, утверждает, что основная функция сна – восстановление после рабочего дня. В фазе глубокого сна часть мозга, отвечающая за речь, память и мысли, перестает контактировать с эмоциональной частью и переходит в режим отдыха. У женщин процесс восстановления занимает больше времени, чем у мужчин, так как их мозг работает интенсивнее в течение дня. Он способен к многозадачности: дамы стараются решить несколько проблем одновременно, а мужчины – последовательно. Поэтому женщинам рекомендуется спать минимум на 20 минут больше, чем мужчинам.

### **Мужчины просыпаются в хорошем настроении**

Параллельно с изучением времени сотрудники Sleep Cycle отметили, что несмотря на меньший объем сна, мужчины просыпаются более счастливыми, чем женщины. Исключение составили жители Украины, Португалии и Колумбии.

### **Топ-3 стран, где мужчины довольны пробуждением:**

-  Мексика;
-  Австрия;
-  Швейцария.



Хуже всех приходится женщинам в Японии, Финляндии и Южной Корее – они практически ежедневно просыпаются в плохом настроении. Почему так происходит, ученые пока не выяснили, но продолжают работать в этом направлении.

Несмотря на различия в настроении и объемах сна, отдых – индивидуальное дело каждого человека. И все ученые сходятся во мнении, что спать нужно столько, сколько вам хочется, до полного восстановления, но не менее 8 часов в сутки.

# ТОВАР МЕСЯЦА

Предлагаем  
воспользоваться  
нашими  
спецпредложениями



Каждый месяц мы публикуем на нашем сайте [www.matras-strong.ru](http://www.matras-strong.ru) информацию о товаре, на который распространяется **скидка до 50%**.

Мы заботимся о том, чтобы Вы приобретали товары для комфортного сна по самым выгодным ценам!

до  
**-50%**

МАРТ

АПРЕЛЬ

МАЙ

ИЮНЬ

ИЮЛЬ

АВГУСТ

СЕНТЯБРЬ

ОКТАБРЬ

НОЯБРЬ

**ДЕКАБРЬ**

**ЯНВАРЬ**

**ФЕВРАЛЬ**

## Секрет успешного бизнеса со стартовым капиталом всего 300 000 рублей!

**Компания «Strong» предлагает сотрудничество в построении системы прибыльного бизнеса на выгодных условиях! Всем, кто хотел бы получить возможность организовать свой успешный бизнес, мы рады открыть наши секреты процветания.**

Предлагая людям ортопедические и каркасные матрасы «Strong», мы улучшаем качество их сна и жизни в целом. 20 лет плодотворной деятельности позволили нам стать преуспевающей в финансовом отношении компанией.

Сегодня мы протягиваем руку сотрудничества тем, кто стремится к успеху, процветанию, финансовому достатку. Вступая с нами в партнерское взаимодействие, вы получаете шанс преуспеть.

Мы предлагаем:

- отлаженную и прибыльную бизнес-модель компании «Strong», которая не нуждается в дополнительной проработке. Наша бизнес-модель уже сейчас начнет работать для вас, если вы примите решение ехать в поездку под названием «Strong» навстречу своему успеху;
- вы начинаете работать под знаменами уже известного бренда, за которым стоят 20 лет успешного бизнеса;
- опытные специалисты из компании «Strong» берут на себя ответственность за разработку индивидуального бизнес-плана развития вашего магазина. Предложенный нами бизнес-план обеспечивает выход на окупаемость проекта уже через 18–20 месяцев;
- вы экономите деньги на создании бизнеса уже сейчас, когда читаете эти строки! Тем, кто работает с компанией «Strong», не нужно обращаться к дизайнерам и креаторам. Все разработано нами;

- готовый пакет стандартов от компании «Strong». В его создании принимали участие лучшие российские и зарубежные специалисты;
- нами будет оказана помощь в поиске и выборе подходящей торговой площади для вашего магазина;
- компания «Strong» научит вас своим фирменным секретам, позволяющим активно зарабатывать даже на финальных этапах распродаж;
- нашими ведущими промоутерами, продавцами и консультантами будет оказано содействие в подготовке персонала для создаваемого вами магазина «Strong»;
- мы окажем содействие в разработке рекламной кампании магазина и проведем тренинги по мерчендайзингу;
- вашему бренду автоматически обеспечивается бесплатная реклама не только на региональном, но и на федеральном уровне;
- в руках наших партнеров самые эффективные и проверенные инструменты для построения успешного бизнеса, а именно:
  - а) высоколиквидный продукт — ходовые ортопедические и каркасные матрасы «Strong»;
  - б) магазины, открытые под вывеской успешной компании, завоевавшей признание потребительской аудитории 20-ю годами эффективной работы.Среднемесячный заработок нашего дилера при активной работе составляет 600000 руб.

**3%** на любой товар либо комплект  
для спальни, участвующий в акции

**Только до 28 февраля 2017**

Воспользоваться скидкой можно единовременно  
Скидки не суммируются

Мы помогаем лучше высыпаться!  
Компания «Strong»

8(800)100 29 30 — звонок по России бесплатный

[www.matras-strong.ru](http://www.matras-strong.ru)

