

# Gesundes Umfeld für einen erholsamen Schlaf



Kinder sind offener und sensibler für Umwelteinflüsse als wir Erwachsene. Das ist zugleich Chance und Gefahr - denn die Kleinen „saugen“ sowohl negative als auch positive Anreize ungefiltert auf. Sorgen Sie deshalb für ein möglichst harmonisches und förderliches Umfeld und legen Sie damit die Basis für eine gesunde Entwicklung Ihres Sprösslings! Mit Hilfe der Wohlfühllehre Feng Shui ist das recht einfach und unkompliziert möglich - und effektiv! Erster und wichtigster Schritt: Der optimale Schlafplatz. Denn - was den wenigsten bewusst ist: Viele Allergien und Krankheiten wurzeln im „Stress“ am Schlafplatz!

## Das Bett – rundherum frei von Störungen

Je kuscheliger und geborgener der Bettplatz, desto besser für Ihr Kind! Wenn es Probleme mit dem Ein- oder Durchschlafen oder viele unruhige Nächte gibt, gehen Sie folgenden Fragen nach:

- Steht das Bett gleich neben der Tür oder gar zwischen Tür und Fenster? Schlafprobleme, Alpträume und Reizbarkeit sind häufig die Konsequenz eines solch unruhigen Platzes. Abhilfe ist einfach

möglich: Schieben Sie doch das Bett in eine geschütztere Position.

Kinder lieben geborgene „Schlafhöhlen“. Gönnen Sie Ihrem Kleinsten doch einen duftigen Betthimmel oder kreieren Sie zumindest mit einem Vorhang oder Paravent eine Abgrenzung zur Tür.

- Der Bereich über dem Kopfteil des Bettes sollte frei sein. Befindet sich etwa hinter oder gar über dem Kopfende ein vollgeräumtes Regal, stehen darauf Bücher, Topfpflanzen oder andere schwere Dinge, so dürfen Sie sich nicht wundern, wenn Ihr Kind darunter schlecht schläft oder überhaupt nicht in seinem Bett bleiben möchte.

- Alles Schwere oder Drückende, also beispielsweise auch größere Glas-, Keramik- oder Metalllampen, Blumenampeln sowie massive Deckenbalken oder Dachschrägen über dem Bett wirken belastend und haben dort nichts zu suchen.

- Am besten also: weg damit oder Sie verändern die Position des Bettes, so dass Ihr Kind nicht mehr unter der drückenden Schräge oder dem Balken schlafen muss.

- Alternativ: ein sanft wallendes Tuch an der Decke über dem Bett kann die

drückenden Energien von oben gut „wegfiltern“. Empfehlenswert ist auch ein lustiges Mobile neben dem Bett.

- Fernseher oder Computer sollten am besten gar nicht im Kinderzimmer stehen. Zumindest aber so weit wie möglich weg vom Bett. Der von diesen Geräten ausgehende Elektromog ist für Kinder besonders schädlich.

- Auch die meisten Babyphones sind wahre Strahlenbomber. Schieben Sie den Sender so weit wie möglich weg vom Baby und sorgen Sie für eine zuverlässige Entstörung der Funkwellen (mit dem Raysaver-Handychip - einfach draufkleben).

- Ein häufiger Grund für Krankheiten, Allergien oder Schlafprobleme sind auch Wasseradern oder andere unsichtbare Störenergien. Ein ausgebildeter Radiästhet (Rutengänger) kann Ihnen bestimmt weiterhelfen.

Autor: Günther Sator ist der bekannteste deutschsprachige Feng-Shui-Experte und Bestsellerautor. Er beschäftigt sich seit über 20 Jahren mit Feng Shui und ist der erste europäische Experte, der diese Methode erfolgreich für unsere westliche Kultur übersetzt hat.

## Feng-Shui Artikel

Feng Shui-Energieperle – zum Umhängen (ab 2 Jahren), stärkt das Immunsystem, harmonisiert und beruhigt. € 34,90



Energie tanken beim Kuscheln: der Bennybär ab € 19,70



Das Kinderzimmer von Wasseradern befreien und es zum Kraftplatz machen: Energiedosen-Set 12 m (einfach in alle 4 Ecken des Zimmers stellen) € 89,00



Babyphon entstören: der Raysaver € 24,90



Bestellungen bitte unter:  
Fon: +43 (0) 6217 59 20 70  
Fax: +43 (0) 6217 59 20 79  
office@sator.at, www.sator.at

