



1 Tel schaapjes! Met deze kruikzak zit je al op één.
Kruikzak schaaap, € 9,99 V&D.

2 Elke ochtend in de kreukels? Een zijden kussensloop vermindert de kreukels in je gelaat én je haar blijft mooi. Dat komt doordat zijdevezels dezelfde structuur hebben als je huid en haar. Daarnaast houdt zijde het vochtgehalte van je huis op peil en daarmee ook dat van je huid. Een gehydrateerde huid rimpelt minder snel dan een droge huid. En dan is zijde ook nog eens hypoallergeen én weert het huisstofmijt af.

Vriendin geeft 5 x een zijden kussensloop van Silk Haven ter waarde van € 49,- weg. Winnen? Ga naar www.silkhaven.nl, onder het kopje nieuws, om kans te maken.

3 Een lekker dikke plaid aan het einde van de winter voor de koude nachten. Mohair 130 x 170 cm, € 99,95 Home.



4 Structureel niet koud, maar verschrikkelijk efficiënt. Ze leiden tot geen koude nachten. Als je ernstige slaapproblemen hebt, dan een afspraak met je huisarts kan wellicht helpen, bijvoorbeeld verwijzen naar een ziekteverzekering slaappoli.

6 Geen zin om een koud bed in te stappen? Zet een uurtje voordat je naar bed gaat alvast een elektrisch dekentje aan. Verkrijgbaar bij Blokker vanaf € 17,99.

7 Slaapkamer niet donker genoeg? Een slaapmasker is de oplossing. Geruit slaapmasker, € 9,99 Hunkemöller.



9 De ruimte onder je bed kun je goed gebruiken met een handige bak op wielen. Dan zie je de rommel niet. Odda opbergbak, € 49,95 Ikea.

8 Altijd fijn: een warme zachte pyjama. Pyjama S-XXL, € 32,99 Hunkemöller.



Correcties op het artikel:

- 1) ..daarnaast houdt zijde het vochtgehalte van je huis op peil...-> Dit is onjuist. Het houdt degene die slaapt onder zijde op een heerlijke temperatuur en vermindert transpiratie.
- 2) .. zijde houdt het vochtgehalte van je huid op peil door de in zijde aanwezige aminozuren
- 3) de waarde van de prijs is € 29,90

