


*Natürliches Raumklima  
in meinem Heim.*

Health and Beauty Care  
IDUNA  MY CARE  
Climate your home



Health and Beauty Care  
**IDUNA MY CARE**  
 Climate your home



**A+++**  
 ENERGIE-EFFIZIENZ



**A+++**

- 1 Wärmepumpe
- 2 Lüftungsgerät mit Be- und Entfeuchtung
- 3 Allergiefilter
- 4 Luftleitungen
- 5 Aus- und Einlässe in den Räumen



## Beauty Care

### Natürliches Raumklima in meinem Heim.

Der menschliche Wohlfühlbereich ist individuell sehr verschieden und setzt sich hauptsächlich aus zwei Komponenten zusammen:

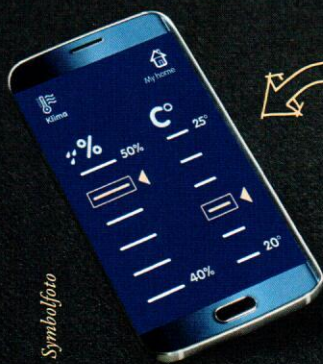
#### *Temperatur und Luftfeuchtigkeit*

Wichtig ist, dass die relative Luftfeuchtigkeit in einem Bereich von 40 bis maximal 60% liegt – jedoch jeweils in Relation zur richtigen Raumtemperatur.

Luftfeuchtigkeit ist unserer Atmung förderlich – Sauerstoff gelangt leichter über die Alveolen in die Blutbahn. Unsere Haut benötigt auch hohe Luftfeuchtigkeit, um nicht auszutrocknen – viele Menschen verwenden daher kosmetische Produkte, um dieses Defizit wieder ausgleichen zu können.

Besonders unsere Schleimhäute leiden stark unter zu trockener Luft, da sie auf hohe Feuchtigkeit für ihre Funktion angewiesen sind. Eine herabgesetzte Funktion der Nasen- und Mundschleimhaut führt zur Schwächung unserer Immunabwehr und erhöht auch das Ansteckungsrisiko.

Eine individuelle Raumtemperatur lässt sich etwa mit einer modernen Wärmepumpenheizung einfach realisieren. Durch die Kombination mit einer Lüftungsanlage und kontrollierter Luftfeuchtigkeit schaffen Sie ein optimales Raumklima für Ihr Wohlbehagen, Ihre Gesundheit und Ihre Haut.



*Einfache Bedienung  
auch mit App möglich!*

*Warum soll ich meinen  
Körper „reparieren“ –  
anstatt es gar nicht erst  
so weit kommen zu lassen?*





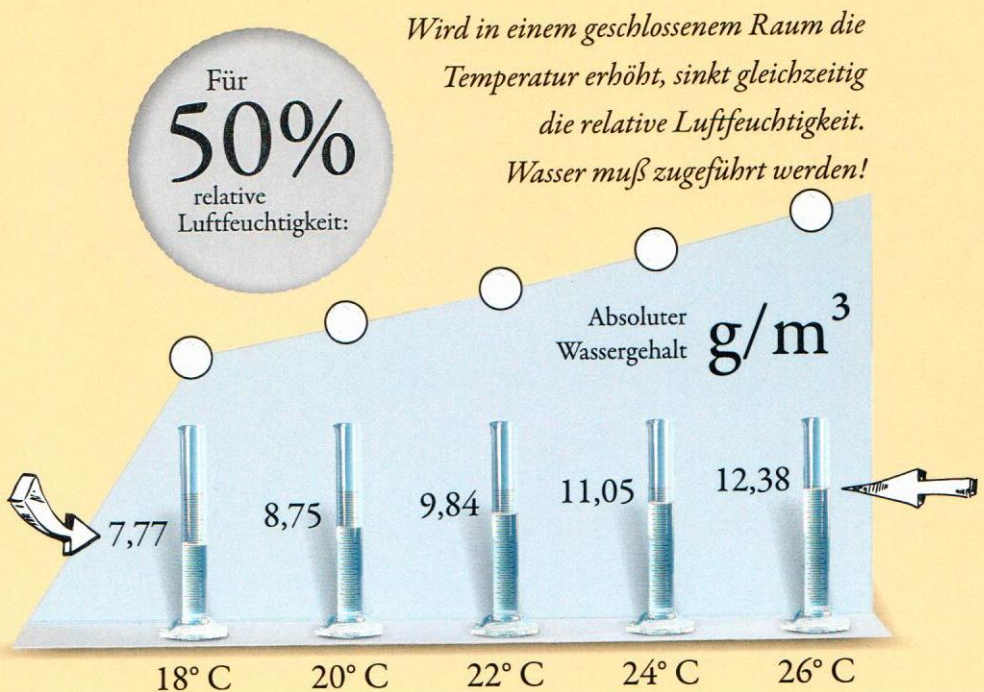
## No repair?

### Warum Nachhaltigkeit so einfach ist

Die relative Luftfeuchtigkeit und die Temperatur bestimmen das Wohlfühlklima in unserem Heim. Doch das ist nicht alles, denn Sauerstoff ist ein weiterer wesentlicher Bestandteil, er unterstützt die natürlichen Heilungsfunktionen unseres Körpers. Er wirkt entzündungshemmend, antibakteriell und stimuliert die Kollagenproduktion.

Ausreichend Sauerstoff ist für die tägliche Nährstoffaufnahme und Regeneration wichtig, sie findet ständig statt – in einem Zyklus von 28 Tagen bewirkt dies eine völlige Erneuerung unserer Haut.

Körper und Seele fühlen sich in einem natürlichen, gesunden Klima am wohlsten. Die wesentlichen Bestandteile sind angenehme Temperatur, die passende Luftfeuchtigkeit und ausreichend Sauerstoff.





# *Natürliches Raumklima*

## *Mitten im Wald und doch daheim.*

*„Der Mensch ist kaum in der Lage, die relative Luftfeuchtigkeit mit seinen fünf Sinnen abzuschätzen, denn Staubkonzentration und Lufttemperatur können das subjektive Empfinden stark beeinflussen.*

*Es existiert keine ‚einzig richtige‘ Lufttemperatur oder Luftfeuchtigkeit, bei der sich alle Menschen wohl fühlen. Das ‚Wohlfühlen‘ – wenn das Verhältnis von Lufttemperatur und relativer Luftfeuchtigkeit als ideal empfunden wird – ist daher von Mensch zu Mensch unterschiedlich.*

*Die individuell passende relative Luftfeuchtigkeit ist ein Baustein zur Erhöhung des Wohlbefindens und zur Reduktion von gesundheitlichen Belastungen.*

*Die stetige Versorgung mit Frischluft in den eigenen vier Wänden und ein somit kontinuierlicher Sauerstoffgehalt der Raumluft im Alltag ist ein weiterer Baustein für nachhaltig gesundes Leben.“*

**Dr. RENÉ SCHNÄLZER**

*Arzt für Allgemeinmedizin, Notarzt,  
ÖAK Diplome für Arbeitsmedizin,  
Krankenhaushygiene und  
Orthomolekulare Medizin*



*Informieren Sie sich über diese nachhaltige Möglichkeit!  
Auf unserer Website finden Sie weitere Informationen und viele  
Details, aber auch Links auf medizinische Gutachten.*

*Besonders freuen wir uns natürlich, wenn Sie ein unverbindliches  
Beratungsgespräch mit uns vereinbaren!*

DI<sup>FH</sup> Hildegard Zöttel

☎ 0664 / 27 60 576

hildegard.zoettel@IdunaCare.at



Health and Beauty Care  
IDUNA MY CARE  
Climate your home

Feuchtigkeitscremes, Gesichtsmasken, Peelings – was unternehmen wir alles, um die Folgen des oft ungesunden Klimas in dem wir heute leben, zu mildern ...

Unser Ansatz ist etwas konsequenter – wir setzen dort an, wo es Nachhaltigkeit von vorn herein zu erreichen gilt:

Wir verbessern das Klima im wichtigsten Bereich unseres Lebensraumes, in dem wir die meiste Zeit verbringen – daheim in den eigenen vier Wänden.

Die angepasste, unseren individuellen Bedürfnissen entsprechende Klimatisierung stellt einen wesentlichen Bestandteil unserer Bedürfnisse dar: Schönheit, Gesundheit und einfach Wohlfühlen!

DI<sup>FH</sup> Hildegard Zöttel

8042 Graz, Styriastraße 12a  
☎ +43 (0) 316 / 40 15 55 -0  
+43 (0) 664 / 27 60 576  
hildegard.zoettel@IdunaCare.at  
office@IdunaCare.at

