

DICAS

PARA CONSTRUIR A
ATMOSFERA DE UM SONO
EQUILIBRADO



Líder del Descanso en Europa

#3

Este E-book foi criado especialmente para você, que busca ferramentas e estratégias para alcançar o sucesso em seu negócio e dicas de como criar uma Atmosfera perfeita do sono.

Aqui, você encontrará um guia completo com argumentos de vendas poderosos que ajudarão:



- **Construir relacionamentos** duradouros com seus clientes;



- **Apresentar os produtos** de forma cativante;



- **Superar objeções** com maestria;



- **Fidelizar clientes** e aumentar suas vendas.

CLIQUE E ACESSE OS CONTEÚDOS

SAIBA MAIS SOBRE A
ATMOSFERA PERFEITA DO SONO

3 DICAS PARA **EQUILIBRAR** A
ENERGIA DO SEU QUARTO

EXERCÍCIO DE RESPIRAÇÃO 4-4-4
PARA DORMIR MELHOR

3 PASSOS PARA COLOCAR EM
PRÁTICA A **HIGIENE DO SONO**

SUGESTÕES
DE PRODUTOS



A ATMOSFERA PERFEITA DO SONO

Cada manhã, um despertar de novas energias e emoções.

Cada noite, um repouso envolvente que abraça o seu corpo.

Uma atmosfera perfeita de sono, repleta de camadas.

Um ecossistema tecnológico onde o bem-estar e o descanso prevalecem.

Onde novos sonhos são explorados e onde a resiliência vai além.

Seu quarto é o nosso mundo.

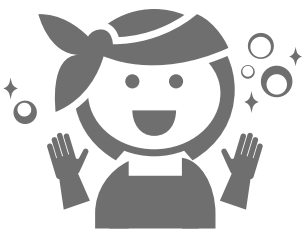
**ESTAR PRESENTE EM TODO O GLOBO
É A NOSSA REALIDADE.**

**SOMOS PIKOLIN, E O NOSSO SONHO É
FAZER VOCÊ DORMIR BEM.**

3 DICAS PARA **EQUILIBRAR A ENERGIA DO SEU QUARTO**

Transforme seu quarto em um refúgio de energia positiva, seguindo essas dicas:





1. Desapegue e renove: faça uma limpeza e desapegue de objetos, roupas, móveis, colchões e travesseiros que já cumpriram seu propósito.



2. Prefira cores suaves e itens aconchegantes: opte por tons suaves e relaxantes nas paredes e na decoração do quarto.



3. Faça do seu quarto um templo para o seu descanso: reserve o seu quarto exclusivamente para o descanso e momentos relaxantes. Crie um ritual tranquilo antes de deitar para acalmar a mente.



EXERCÍCIO DE RESPIRAÇÃO

4-4-4 PARA DORMIR MELHOR

Um colchão confortável, luzes apagadas e a técnica que vamos te ensinar são capazes de te levar às melhores noites de sono. Vamos lá?

1. Deite-se confortavelmente.

2. Inspire profundamente pelo nariz contando até 4.

3. Prenda a respiração e conte até 4.

4. Expire lentamente pela boca contando até 4.

5. Repita o ciclo várias vezes.





3 PASSOS PARA **COLOCAR EM PRÁTICA A HIGIENE DO SONO**

Um **colchão de qualidade**, um quarto bem arrumado e **bons hábitos** são a combinação perfeita **para dormir bem**. A higiene do sono é uma prática contínua. Siga esses **três passos**, para dar um grande passo **em direção a noites melhores** e dias mais produtivos.

1. Estabeleça uma hora para dormir: **defina um horário consistente para deitar e acordar**, mesmo nos fins de semana, **sincronize seu relógio interno**.

2. Crie um ambiente **confortável**: mantenha o quarto fresco, escuro e silencioso, **invista em um colchão e travesseiros confortáveis** que ofereçam o suporte necessário ao seu corpo.



3. Adote rituais relaxantes antes do sono: reserve pelo menos 30 minutos para relaxar antes de dormir. Isso pode incluir **leitura, meditação, um banho quente ou qualquer atividade calmante** que deve ser repetida diariamente para o corpo entender que está chegando a hora de dormir.





HEALTH SYSTEM

ACORDE EM UM COLCHÃO
MAIS SAUDÁVEL.

Você sabia que quase 1/3 da população mundial sofre de alergia aos ácaros? Para combater esses dados a linha **Health System** coloca suas alergias para dormir de uma vez por todas.

Nossos **tecidos** são **tratados** com uma **tecnologia inovadora à base de probióticos**, um remédio natural que combate os alérgenos do sono, **perfeito para pessoas que sofrem com alergias, rinites, bronquites, asma e outros.**

E sabe o que é incrível?

Com a fricção entre o corpo e o tecido, microcápsulas se abrem, absorvendo a umidade do ar e iniciando a proliferação dos probióticos. Isso significa que os alérgenos são eliminados do ambiente, deixando seu quarto mais fresco e proporcionando um ambiente de sono mais saudável, de forma totalmente natural.

Em apenas duas semanas de uso do colchão, o tratamento Purotex® elimina 93,7% dos alérgenos de ácaros do seu quarto. Então respire fundo, **durma com saúde e desfrute de suas noites tranquilas com a linha Health System!**

HEALTH SYSTEM

BLOOM

EXTRA PLUSH | 30CM



O MAIS PURO
DESCANSO

PARA MAIS
DETALHES ACESSE
A FICHA TÉCNICA
CLIQUE AQUI

HEALTH SYSTEM

CALM

PLUSH | 30CM



BEM-ESTAR
RESILIENTE

PARA MAIS
DETALHES ACESSE
A FICHA TÉCNICA
CLIQUE AQUI

HEALTH SYSTEM

EQUILIBRIUM

MEDIUM | 30CM



SONO E SAÚDE
EM SINTONIA

PARA MAIS
DETALHES ACESSE
A FICHA TÉCNICA
CLIQUE AQUI

HEALTH SYSTEM

ACTIVENESS

FIRM | 30CM



FIRMEZA PURA
E NATURAL

PARA MAIS
DETALHES ACESSE A
FICHA TÉCNICA

CLIQUE AQUI

HEALTH SYSTEM

VIBRATION

EXTRA FIRME | 30CM



SAÚDE MAIS
DURADOURA

PARA MAIS
DETALHES ACESSE
A FICHA TÉCNICA

CLIQUE AQUI

TRAVESSEIRO

PLUME

70 X 50 X 14



PARA QUEM EXIGE UM
TRAVESSEIRO DE ALTO PADRÃO

PARA MAIS
DETALHES ACESSE
A FICHA TÉCNICA

CLIQUE AQUI

AGUARDE O NOSSO PRÓXIMO E-BOOK

VOL 04.
DICAS PARA CONSTRUIR A
ATMOSFERA DE UM SONO
REVIGORANTE.





Líder del Descanso en Europa

Grupo PIKOLIN
é o líder do setor de
descanso na Europa.

10 FÁBRICAS NO MUNDO



18 marcas de alta qualidade em
diferentes mercados do mundo.

LEVANDO OS SEUS
SONHOS PARA LONGE HÁ

75

A N O S

No mercado de descanso, o Grupo Pikolin é o líder de vendas na Espanha, em Portugal e na França. Cuidando do bem-estar e da saúde das pessoas, a estratégia de crescimento da Pikolin baseia-se na pesquisa e desenvolvimento das principais e mais inovadoras tecnologias do sono.



Líder del Descanso en Europa



pikolinbrasilcolchoes



pikolincolchoes

pikolin.com.br
grupopikolinbrasil.com