

HEFEL MY NECK KISSEN

DAS VON ÄRZTEN UND THERAPEUTEN EMPFOHLENE SPEZIALKISSEN.
THE SPECIAL PILLOW RECOMMENDED BY DOCTORS AND THERAPISTS.



REGENERATION IM SCHLAF.

HEFEL My Neck ist ein von Ärzten und Therapeuten empfohlenes Spezialkissen* - über Jahre ergonomisch entwickelt von dem Südtiroler Physiotherapeuten Günther Forer, von HEFEL komfortabel umgesetzt und ausgezeichnet mit dem AGR-Gütesiegel („Aktion Gesunder Rücken e.V.“).

Immer mehr Menschen haben Probleme durch Verspannungen im Kopf-Nacken-Schulterbereich („KoNaSchu“), die starke Schmerzen auslösen, zu Steifheit im Nacken und Bewegungseinschränkung führen. Schuld sind Belastungen im modernen Alltag: schlechte Körperhaltung, langes Sitzen, Stress. Durch eine geeignete Lagerung, Unterstützung und Entlastung der Wirbelsäule können Schmerzen vorgebeugt oder vermindert werden. Genau da setzt HEFEL My Neck an. Das Kissen unterstützt und entlastet die Halswirbelsäule beim Schlafen auf dem Rücken und in Seitenlage. Die Polsterung im oberen Wirbelsäulenbereich wirkt befreiend, praktisch und effizient. Gleichzeitig wird die Brustmuskulatur gedehnt und die Brustwirbelsäule mobilisiert.

HEFEL My Neck ist perfekt für die Ausruhephase, die Regeneration und das Wohlbefinden der Wirbelsäule.

*gemäß AGR - „Aktion Gesunder Rücken e.V.“

REGENERATION DURING SLEEP.

HEFEL My Neck is a special pillow recommended by doctors and therapists* - this comfortable pillow is produced by HEFEL based on the ergonomic design developed over the years by the South Tyrolean physiotherapist Günther Forer and has been awarded the „Aktion Gesunder Rücken e.V.“ seal of approval (the AGR Campaign for Healthier Backs).

More and more people have problems caused by head, neck and shoulder tensions, which can result in severe pain, neck stiffness and restricted mobility. Tension is caused by the strains of modern life: poor posture, a sedentary lifestyle, stress. Appropriate positioning, support and relief of the spine can prevent or reduce pain. This is exactly how HEFEL My Neck works. The pillow supports and relieves the cervical spine in back sleepers and side sleepers. Cushioning the upper part of the spine feels liberating and is also practical and effective. At the same time, the chest muscles are stretched and the thoracic spine is mobilized.

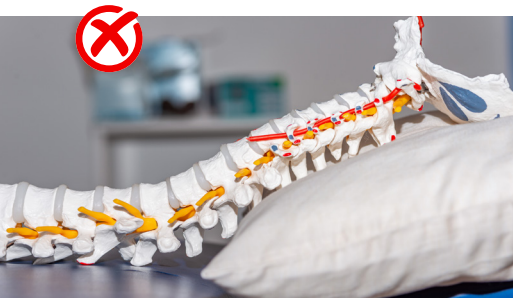
HEFEL My Neck is perfect for the resting phase, regeneration and the well-being of the spine.

*according to AGR - „Aktion Gesunder Rücken e.V.“

HEFEL

SINCE 1907

BED AND SLEEP



BEFREIENDE WIRKUNG MIT HEFEL MY NECK

Die einzigartige Form des HEFEL My Neck Kissens macht das Produkt unverkennbar und ist sein Markenzeichen. Das Kissen ist sowohl für Rücken- als auch für Seitenschläfer bestens geeignet.

SO FUNKTIONIERT'S

Das verlängerte Mittelteil unterstützt und unterlagert die Brustwirbelsäule. Dadurch wird der Brustkorb „geöffnet“, was vor allem die Atmung begünstigt und erleichtert, sowie die Brustmuskulatur gedehnt, die Brustwirbelsäule mobilisiert und die Halswirbelsäule in eine leichte Streckung gebracht. Basierend auf dem, was auch in der Physiotherapie passiert.

Die seitlichen Flügel des Kissens fördern in Rückenlage die Stabilität von Kopf und Nacken. Über die Schultern gelegt, wärmen sie angenehm diesen Bereich. Der leichte, kaum spürbare, aber anhaltende Druck dehnt die Band-, Kapsel-, Muskel- und Nervenstrukturen der vorderen Schultern.

In Seitenlage positionieren die beiden Flügel den Kopf und die Halswirbelsäule korrekt und die Schulter kann zwischen einem Flügel und dem Mitteteil ergonomisch absinken.

THE LIBERATING EFFECT OF HEFEL MY NECK

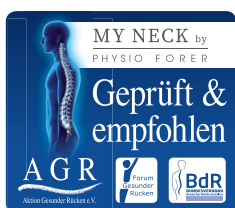
The unique shape of the HEFEL My Neck pillow makes the product unmistakable and is its trademark. The pillow is ideally suited to both back sleepers and side sleepers.

THIS IS HOW IT WORKS

The extended middle part lies beneath and supports the thoracic spine. This „opens up“ the rib cage, which primarily helps to make breathing easier and more effective, stretches the chest muscles, mobilizes the thoracic spine and gently stretches the cervical spine. The functionality of the pillow is based on what happens during physiotherapy.

The wings on the sides of the pillow help keep the head and neck stable in the back sleeping position; when laid over the shoulders, the wings pleasantly warm this area. Light, barely noticeable but persistent pressure stretches the ligament, capsule, muscle and nerve structures of the anterior shoulders.

In the side sleeping position, the two pillow wings correctly position the head and the cervical spine, and the shoulder can sink down ergonomically between a wing and the middle part of the pillow.



HEFEL MY NECK KISSEN

- Gewebe: 100% Baumwolle
- Füllung: 100% HEFEL Vitasan Faserbällchen
- 60°C waschbar, trocknergeeignet
- Verpackt in Tragetasche mit Einleger
- Passendes Zubehör:
 - Jerseybezüge in den Farben weiß, taupe, marine und orange
 - Zusätzliches Füllmaterial (zu 200g Säckchen verpackt)

HEFEL MY NECK PILLOW

- Fabric: 100% cotton
- Filling: 100% HEFEL Vitasan fibre balls
- Washable at 60°C, can be tumble-dried
- Packaged in a carrier bag with inlay card
- Matching accessories:
 - Jersey fabric covers available in white, taupe, navy and orange
 - Additional filling material (packaged in 200g bags)

