

WIE EIN KLASSISCHES MEDIUM IHNEN  
IHREN WERBEWEG VERSÜSSEN KANN ...

## Mehr kreative Intelligenz mit stillen Momenten

Wenn unsere Leser diese Mai-Juni-Ausgabe in den Händen halten, steht er kurz bevor: Der 25. April ist der „Tag gegen Lärm – International Noise Awareness Day 2018“. Das Motto: „Laut war gestern!“ – in Deutschland eine Initiative der Deutschen Gesellschaft für Akustik (DEGA e.V.). An diesem Aktionstag geht es darum, die Aufmerksamkeit auf die Ursachen von Lärm und seinen Wirkungen zu lenken, mit dem Ziel, die Lebensqualität nachhaltig zu verbessern. Denn, wie auch Focus-Chef-Redakteur Robert Schneider im November 2017 für ein „Stille-Special“ nachvollziehbar feststellte, es ist heute kaum noch möglich echte Stille zu erleben. Das heißt: kein Radio, kein Motorengeräusch, kein Handy-Klingeln, nicht mal das Surren eines Druckers oder einer Klimaanlage. Wir erleben im Gegenteil, dass unsere Welt immer lauter wird.

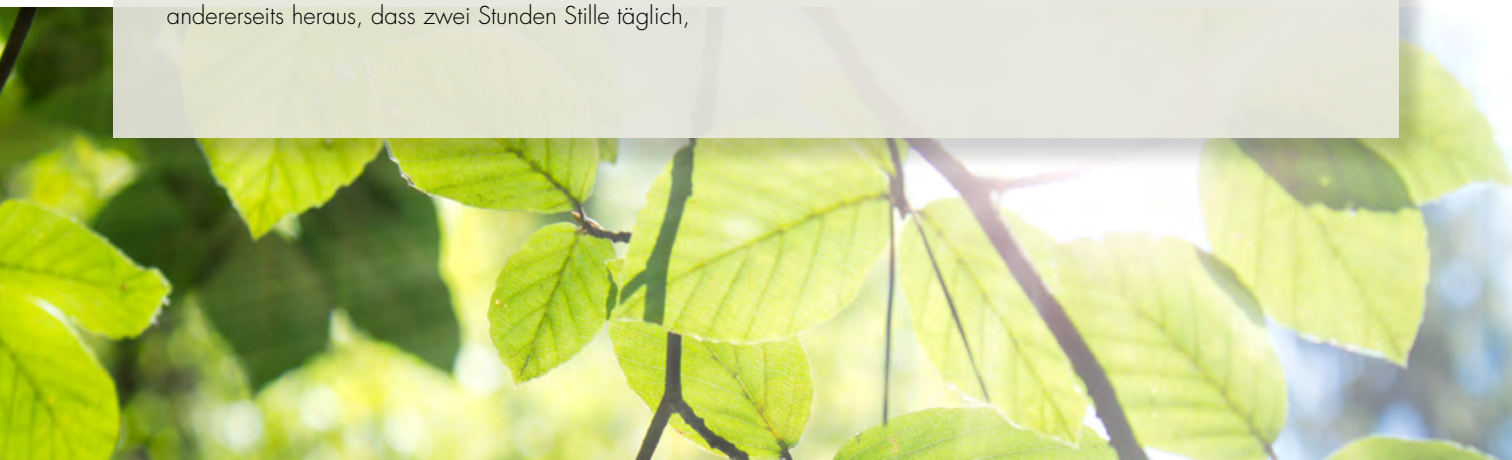
Echte Stille zu finden, das ist schwer. Manche Menschen können Stille sogar kaum noch aushalten, sie suchen im alltäglichen Lärm Ablenkung von ihren Sorgen. Dabei belegen viele Studien: Lärm kann krank machen, so u.a. Ergebnisse aus einer Gesundheitsstudie der Gutenberg Universität Mainz. Gereiztheit, Ärger, Erschöpfung und Stresssymptome durch Lärm beeinträchtigen auf Dauer Wohlbefinden, Gesundheit und Lebensqualität bis hin zu Angststörungen und Depressionen. Forscher fanden andererseits heraus, dass zwei Stunden Stille täglich,

neue Zellen im Hippocampus von Mäusen wachsen ließen. Das ist jene Hirnregion, die mit dem Lernen, dem Gedächtnis und Emotionen verknüpft ist. Die neuen Hirnzellen wurden schnell vom Gehirn aufgenommen und konnten verschiedene Funktionen übernehmen.

Es steht fest: Stille wirkt sich positiv aus. Sie reduziert Stresshormone, fördert die physische Gesundheit, sie erlaubt Selbstreflexion und erhöht die Auffassungsgabe. Sie fördert die Konzentration, lässt das Gehirn wachsen und macht kreativ. So kreativ etwa, wie der „A a a a a Very Good Song“ der es in die Top 40 der iTunes-Charts schaffte. Dieser „Song“ von Samir Mezrahi bietet nichts weiter als zehn Minuten: Stille! Eigentlich konzipiert für die Abhilfe bei einem ärgerlichen technischen Problem von iPhone-Besitzern, hat er mittlerweile wohl auch so Einige überzeugt, dass Stille an sich schön sein kann.

Die **daheim**-Redaktion setzt auf das Konzept der ruhigen, gelassenen Momente. Das Magazin verschafft damit seinen Lesern eine Entschleunigungsoption und regt sie selbst zu mehr Kreativität an. Das sorgt für Konzentration und Aufmerksamkeit auf alle Inhalte – auch für Ihre Botschaften und Angebote.

Wir freuen uns auf Ihren Auftritt in **daheim**.



# Deutschlands schönste Seiten - jetzt noch schöner



Das einzigartige Heimatmagazin **daheim** bricht in den Frühsommer auf. Optisch und inhaltlich unterstreichen wir das aktivierende Element des Magazins: als Anleitung, Deutschland zu erleben. Opulente Bilder sorgen für ein emotionales Erlebnis der vielfältigen Facetten des Magazins. Vielschichtig ist auch das Thema Heimat. Sie entsteht aus Erlebnissen, Begegnungen mit Menschen und Orten. Vor allem ist Heimat eines: ein gutes Gefühl. Und darauf, dass **daheim** dieses gute Gefühl vermittelt, kann auch Ihre Werbebotschaft bauen.

### Mehr Erlebnis

Großformatige, emotionale Bilder sowie Infokästen sorgen für mehr Lesegenuss.

### Mehr Service

Informationen zu Öffnungszeiten, Kontakt-, Anreise- und Übernachtungsmöglichkeiten, Tipps zu Sehenswürdigkeiten und Restaurants.

### Mehr Themenvielfalt

Opulente Landschaftsporträts. Regionen, Städte, Sehenswürdigkeiten neu entdecken. Jahreszeitliche Tipps rund ums Dekorieren und die Gartenpflege.

### Echter Mehrwert

**daheim** aktiviert seine Leserinnen und Leser und dient als Anleitung, Deutschland mit seinen wunderbaren Facetten immer wieder neu zu erleben.

### Redaktionelle Schwerpunkt-Themen im Sommer 2018

In dieser Ausgabe: **Parks & Gärten**  
Ausgabe Juli/August: **Nordsee**

Ausgabe: **Anzeigen-/DU-Termin**  
Juli/August: 20. April 30. April

1/1 Seite: 10.150,- Euro



Ihr Kontakt zu **daheim**:

Martin Voigt | Fon +41 444 556 161

E-Mail: [anzeigen@daheim-in-deutschland.de](mailto:anzeigen@daheim-in-deutschland.de)