

Start your day energetically with **a productive sleep**

AVOCADO

As a result of increasing research in sleep science in recent years, it has been realized that sleep patterns have an effect on almost every system of the body.

We feel physically stronger when we wake up with the slowing down of body systems during sleep.

A quality sleep process adds vitality to you, starts the day with energy and increases your productivity, and contributes to your physical and psychological well-being.

Foods outstanding with its benefits; **Avocado**

- It is rich in antioxidants. It destroys toxic substances in the body, so it plays an active role in preventing diseases by slowing down the aging process.
- Thanks to the lecithin it contains, it strengthens the hair and makes it look longer and fuller.
- It has important contents such as iron, zinc and phosphorus.
- It is rich in unsaturated fat.
- The phytochemical compounds in avocado instill relaxation in many parts of the body and mind. This relieves headaches, muscle aches and asthma.
- It is an important nutrient for the rejuvenation of the body and the renewal of cells, as well as for the health of the heart, kidneys and muscles.
- With its Glutathione content, which protects the body against cancer cells, it prevents the formation of cancer cells in the body, especially breast cancer and prostate.
- Thanks to its C and E vitamins, it offers the vitamins your body needs and strengthens the immune system.
- It has a supportive feature in terms of cholesterol.
- Studies show that healthy fats are protective against inflammation, diabetes and heart disease. Avocado oil is rich in healthy fats thanks to the omega-3, omega-6 and acids it contains.

Miracle *of nature*; **Avocado**



The support your body **needs** during sleep

In the state of sleep, people need to get rid of the tiredness of the previous day and rest, as well as prepare themselves for the new day. In order to prepare ourselves for a busy and fast-paced day, we should start our preparations during sleep.

As Aydın Tekstil, we mingle with the miracles of nature to support your body in this preparation process.

By combining the properties of avocado with bedding fabric, it helps your body reach the ideal moisture balance and helps you increase your sleep efficiency.

Provides softness of fabric comfort and moisture management.

Miracle of nature; **Avocado**

Avocado is a tree belonging to the lauraceae family, whose homeland is Central Mexico, and is the name given to the fruits of this tree. The avocado, which has spherical, oval or elliptical shapes, is green on the outside, cream colored inside, and is a warm climate fruit with a large seed in the middle.

It contains plenty of vitamins **A and E**, as well as **B group vitamins** and **minerals such as potassium**. It is a **fruit with high energy value**.

Bluesing * Eoke teks * Gots

Good bed, a comfortable sleep

When choosing a mattress for a comfortable sleep, you should choose by considering your own needs and body structure.

A good mattress, above all, increases your quality of life with a comfortable sleep.

AVOCADO
certified

Verimli bir uyku ile güne enerjik başla

AVOCADO

Uyku biliminde son yıllarda artan araştırmalar sonucunda uyku düzeninin vücudun hemen her sistemi üzerinde etki sahibi olduğu farkedilmiştir.

Uyku sırasında vücut sistemlerinin yavaşlaması ile kalktığımızda kendimizi fiziksel olarak daha güçlü hissederiz.

Kaliteli geçen bir uyku süreci size canlılık katarken, güne enerjyle başlayıp verimliliğinizi artırır, fiziksel ve psikolojik olarak daha iyi olmanıza katkıda bulunur.

Faydaları ile öne çıkan besin; Avokado

- Antioksidan bakımından zengindir. VücuttaKİ toksit maddeleri yok eder, böylece yaşlanma sürecini yavaşlatarak hastalıkları önlemede etkin rol oynar.
- İçerisindeki lesitin sayesinde saçların güçlenmesini, daha uzun ve dolgun görünmesini sağlar.
- Doymamış yağ konusunda zengindir.
- Demir, çinko, fosfor gibi önemli içeriklere sahiptir.
- Avokadonun içerisinde yer alan fitokimyasal bileşikler, vücudun ve zihnin birçok yerine rahatlatma aşılacaktır. Bu durum, baş ağrılarını, kas ağrılarını ve astımı hafifletir.
- Vücudun gençleşmesi ve hücrelerin yenilenmesi ile kalp, böbrek ve kasların sağlığı için önemli bir besindir.
- Yapılan araştırmalara göre sağlıklı yağlar iltihap, diyabet ve kalp hastalıklarına karşı koruyucudur. Avokado yağı, içeriğindeki omega-3, omega-6 ve asitler sayesinde sağlıklı yağlar bakımından çok zengindir.
- Sahip olduğu C ve E vitamini sayesinde vücudunuzun ihtiyaç duyduğu vitaminleri sunar ve bağışıklı sistemini güçlendirir.
- Kolesterol konusunda destekleyici özelliğe sahiptir.
- Vücudu kanser hücrelerine karşı koruyan Glutasyon içeriği ile meme kanseri ve prostat başta olmak üzere vücuttaki kanser hücrelerinin oluşumunu engellemektedir.

AYDIN

Doğanın mucizesi

Avokado



Vücutunuzun, uyku sürecinde ihtiyacı olan destek

İnsanların uyku halinde önceki günün yorgunluğundan kurtulup dinlenmesinin yanı sıra yeni gün için kendisini hazırlaması gereklidir. Yoğun ve tempolu bir güne kendimizi hazırlayabilmemiz için hazırlıklar uykuda başlamalıdır.

Aydın Tekstil olarak vücudunuzun bu hazırlık sürecinde ihtiyaç duyduğu desteği doğanın mucizeleri ile karışılıyoruz.

Avokadonun özelliklerini yatak kumaşıyla buluşturarak vücudunuzun ideal nem dengesine ulaşmasını destekleyerek uyku veriminizin artmasını yardımcı oluyor.

Kumaş konforunun yumuşaklığını ve nem yönetimi sağlar.

Doğanın mucizesi; **Avokado**

Avokado, anavatanı Orta Meksika olan defnegiller familyasına ait bir ağaç ve bu ağacın meyvelerine verilen isimdir. Küre, oval ya da elips şekillere sahip avocado dışı yeşil içi beyaza yakın krem renklidir ve ortasında kocaman çekirdeği olan bir sıcak iklim meyvesidir.

Bol miktarda A ve E vitamininin yanında B grubu vitaminleri ve potasyum gibi mineralleri içerir, enerji değeri yüksek bir meyvedir.

Bluesing * Eoke teks * Gots

İyi bir yatak, konforlu bir uyku

Konforlu bir uyku için yatak seçimi yaparken kendi ihtiyaç ve vücut yapınızı düşünerek seçim yapmalısınız. İyi bir yatak, her şeyden önce konforlu bir uyku ile yaşam kalitenizin artmasını sağlar.

Ayrıca çoğu yetişkinde görülen kas ve eklem ağrılarını iyi gelmektedir. Ve bu ağrıların önüne geçmek için vücut yapınız için doğru olan yatağı seçmeniz büyük önem taşımaktadır. Aksi halde mevcut ağrılarınızın daha da artmasına neden olabilirsiniz.

AVOCADO

Sertifikalıdır.