

# DRÖM DIE BOFT...

Våra hjärnor är mer aktiva när vi sover än när vi är vakna.

Sömnen har många viktiga funktioner, som till exempel att bättra på immunförsvaret, reglera vår hunger och förbättra vårt minne.

De flesta har 3-5 drömmar/natt (och ibland upp till 7 stycken) men man glömmet de flesta när man vaknar.

I genomsnitt består 6 år av en persons liv av drömmande.



## En dröm som går i uppfyllelse!

Lyxa till helgfrukosten med Yoggi® dröm eller njut av den som en enkel dessert. Nu har den blivit ännu krämigare och finns i smakerna vanilj, jordgubb, blåbär och mango.

Mums!

