



Gymnastik für die grauen Zellen

von Dr. Horst W. Schuchmann

Fitness kommt nicht von ungefähr, sondern man muss sie sich hart antrainieren. Das gilt nicht nur für die Muskeln, sondern auch für die grauen Zellen. Wie leistungsfähig unser Gehirn ist - und bis ins hohe Alter bleibt - hängt ganz von uns selbst ab. Aktiv am Leben teilnehmen, sich auf Neues einlassen, sich in aktuelle Diskussionen stürzen, das alles hilft, unseren Verstand in Top-Form zu halten. Der natürliche Alterungsprozess kann daher mit vielen Fitnessprogrammen verzögert werden. In Ihrer Gesund-ist-bunt-Apotheke haben wir die richtigen Präparate dafür, die mit Sauerstoff den grauen Zellen wieder auf die Sprünge helfen. Aber auch Gehirnjogging sollte jetzt vom theoretischen Schlagwort zum praktischen Leitsatz werden. Frischen Sie eine Fremdsprache auf, spielen Sie Schach, lernen Sie Gedichte auswendig.

Organisch bringen Sie Ihre grauen Zellen durch gesunde Ernährung mit vielen Vitaminen und Mineralstoffen auf Trab. Dazu eignen sich aus dem Gesund-ist-bunt-Sortiment Nahrungsergänzungsmittel, die zusätzlich wichtige Spurenelemente enthalten. Seit Jahrhunderten sind hoch dosierte Ginkgo-Extrakte be-

währt. Sie regen die Durchblutung der Gehirnzellen an. Dadurch werden sie mit mehr Sauerstoff versorgt. Diese Ginkgo-Präparate bekommen Sie ebenso in Ihrer Gesund-ist-bunt-Apotheke wie Knoblauch- und Ginseng-Produkte.

Pflanzliche Medikamente, die Ihre Merkfähigkeit verbessern und Sie insgesamt geistig vitaler machen, müssen über einen längeren Zeitraum und in ausreichender Dosierung eingenommen werden. Ihr Gesund-ist-bunt-Apotheker berät Sie gern dazu!



Gesund ist bunt in Ihrer Nähe:
Apotheke Groß-Rohrheim
Dr. Horst W. Schuchmann (Ltg.)
Bahnhofstr. 7, Tel: 0 62 45 / 72 77,
Fax: 0 62 45 / 900 901
www.gesund-apotheke.de