

Lebens | | räume

Das Magazin für Gesundheit und Bewusstsein



WERTE

WANDEL

Lebens | t | räume Nr. 09/10 - Wertewandel



Die Macht
der Worte



Würden die
Menschen
verstehen



ZEN-Gärten

Der Kopf will gefordert werden

Um länger geistig fit zu bleiben, will der Kopf des Menschen nicht nur gefordert, sondern auch mit Vitaminen, Aminosäuren und Spurenelementen gefördert werden. Fotos: Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V.

So lässt sich die geistige Fitness länger erhalten

Die Konzentration, die Merkfähigkeit oder das Abrufen von Wörtern aus dem Wortspeicher lassen mit fortschreitendem Alter nach. Da verlegt man dann schon einmal die Brille oder vertauscht die Namen der Enkelkinder. Solche Vergesslichkeiten sind zwar unangenehm, aber noch lange kein Anzeichen von Krankheiten wie Alzheimer oder Parkinson. Durch immer neue Anregungen und ein spezielles Training können ältere Menschen ihr Gehirn länger fit halten.

Vitalpilze fördern einen wachen Kopf

Viele Möglichkeiten zur Verbesserung der geistigen Leistungsfähigkeit erläutert etwa der Bundesverband Gedächtnistraining auf www.bv-gedaechtnistraining.de. Hier gibt es auch Informationen zum Tag der geistigen Fitness, der alljährlich im September bundesweit vielfältige Aktionen zum Gedächtnistraining anbietet.

Der Kopf des Menschen will aber nicht nur gefordert, sondern auch mit Vitaminen, Aminosäuren und Spurenelementen gefördert werden. Reich an diesen Inhaltsstoffen sind zum Beispiel die Extrakte bestimmter Vitalpilze.

Die wichtigsten Vertreter und ihre Einsatzgebiete sind unter www.vitalpilze.de beschrieben. So gilt der Cordyceps als nebenwirkungsfreies, natürliches Mittel zur Steigerung von Vitalität und geistiger Fitness.



Auch die körperliche Leistungsfähigkeit profitiert

Der Pilz mit den fingerförmigen Fruchtkörpern ist reich an biologisch aktiven Polysacchariden, die das Immunsystem stärken und so zur Gesunderhaltung bei-

tragen. Durch die regelmäßige Einnahme von Cordyceps-Extrakten kann außerdem die Sauerstoffversorgung des Blutes verbessert werden.

Davon profitieren nicht nur die Gehirnzellen – auch die körperliche Leistungsfähigkeit und Ausdauer steigt.

Während der Cordyceps sich als Speisepilz nicht eignet, ist der Hericium ein kulinarischer Genuss und gleichzeitig auch ein wertvoller Medizinalpilz. Er enthält hochwertige Biovitalstoffe, darunter alle essenziellen Aminosäuren. Nachgewiesene Inhaltsstoffe wie das Erinacina fördern einen wachen Geist, da sie für die Entwicklung und Erhaltung von Nervenzellen verantwortlich sind.

Weitere Informationen unter:

*Gesellschaft für
Vitalpilzkunde e. V.
Haydnstraße 24
D-86368 Gersthofen
www.vitalpilze.de
Telefon-Hotline:
0800 00 77 88 9*

Der Cordyceps gilt als nebenwirkungsfreies, natürliches Mittel zur Steigerung von Vitalität und geistiger Fitness.

