

Unsere Tipps für's Jungbleiben:

1. Genießen Sie in Maßen und nicht in Massen: Alkohol, Kaffee, Zucker, Tierisches, Rauchen.
2. Bemerkten Sie negativen Stress in Ihrem Leben, halten Sie inne und seien Sie offen für bekömmlichere Lebensweisen. Bestimmt finden Sie eine Möglichkeit der Entspannung, der Meditation, der Bewegung, die Ihnen persönlich gefällt und Ihr Wohlbefinden steigert.
3. Frische Luft macht einen jugendlichen frischen Teint. Haut und Lunge atmen die Frische in den Körper.
4. "Gesunde" Fette sind Fette z.B aus Fisch : **Gesundform Omega 3 1000mg Kps.**
5. Verbessern Sie Ihre Gehirndurchblutung mit **Gingium intens 120 Filmtabl.**
6. Strahlend gesunde Augen nähren Sie am besten mit unserer speziellen **Vitakombi Augen Freund Premium.**
7. Schützen Sie Ihr Herz und seien Sie ihm sein bester Freund, seine beste Freundin mit unserer **Vitakombi Herz Freund.**
8. Helfen Sie Ihrem Körper in sein basisches Wohlbefinden mit den besten Mitteln unserer **Vitakombi Basen Freund.**
9. Ist der Darm gesund, ist der Mensch gesund! Nutzen Sie diese alte Weisheit für Ihre Gesundheit und gewähren Sie Ihrem Darm beste Pflege mit unserer **Vitakombi Darm Freund.**
10. Der Mensch ist so alt wie seine Gelenke. Beleben Sie Ihre Gelenke mit der Freude an leichter Bewegung und versorgen Sie diese mit unserer speziellen Vitakombi Gelenk Fit.
11. Wertschätzen Sie das Alter als weisen Freund: die Erfahrung und Erkenntnis, die Sie über Ihre Lebensjahre ansammeln, sind ein besonderer Schatz, den Sie durch Ihr Leben hüten und formen.
12. Schließen Sie Frieden mit der Vergangenheit, schauen Sie offen in die Zukunft, und leben Sie bewusst in jedem Moment.
13. Eine positive Lebenseinstellung erfreut den ganzen Menschen. Freude und Dankbarkeit sind Energiesprudler und echte Jungbrunnen für Körper und Seele.
14. Nutzen Sie die Kraft positiver Gedanken und holen Sie sich Anregung für Ihre mentale Gesundheit.

Jung und vital - Info kurz und kompakt:

- **Was bedeutet eigentlich "Alter"?**

Unser Körper verfügt über viele verschiedene Arten von Zellen, z.B. Herzmuskelzellen, Augengewebe, Gehirngewebe usw. Jede Zelle erfüllt ganz bestimmte spezialisierte Aufgaben, so z.B. die Pumpbewegung des Herzens, die Verarbeitung von Licht im Auge, die Speicherung von Gefühlen im Gehirn. Diese speziellen Aufgaben können nur erfüllt werden, wenn die Zellen topfit sind und bestens versorgt werden. Im Laufe des Lebens kommt es jedoch zu Abnutzung, zu so genannten degenerativen Veränderungen, wodurch die optimale Spezialfunktion der jeweiligen Zelle leidet. Man nennt dies "Altern". Dieser Vorgang ist nicht vollkommen aufzuhalten, aber er kann verlangsamt werden. Ziel ist es, die Funktionen der Sinnesorgane möglichst bis ins hohe Alter zu erhalten und damit eine hohe Lebensqualität zu genießen.

- **Wie wichtig ist vorbeugen?**

Ist eine Zelle einmal zu stark geschädigt, stellt sie ihre spezielle Funktion komplett ein. Dieser Vorgang ist nicht umkehrbar und nicht zu reparieren, er kann nur verhindert werden. Deshalb halten wir Vorbeugen für so wichtig. In unserer **Vitakombi Jung und Vital Premium** haben wir dafür hochwertigste Naturmittel und Vitalstoffe so zusammengestellt, dass sie die Hauptfunktionen des Körpers optimal nähren. Sanomit Q10 das Energievitamin für Ihre Zellen. Vitamin B Komplex ratiopharm versorgt Sie mit B-Vitaminen für einen gesunden Zellaufbau. Wer frühzeitig vorbeugt, profitiert lange von vitalen Zellen! Wirksamer Zellschutz kann mit 25 Jahren beginnen!