



SEPTEMBER - OKTOBER 2021

RIZA

SLOVENIJA € 3,90

# ZAKLADNICA ZDRAVJA

OKREPITE SI SPOMIN IN KONCENTRACIJO

## Možgani naučite se jih dobro izkoristiti

Povečajte  
miselno  
učinkovitost

### KAKO JIH OBNOVITE

- Vsak dan naredite nekaj novega
- Neizogibne ustvarjalne vaje
- Manj skrbi in več domišljije

### MAJHNE STVARI, S KATERIMI ZAVARUJETE NEVRONE

### VITAMINI IN MINERALNE SNOVI

Prava živila in naravna zdravila,  
ki ubranijo možganske celice  
pred nevarnimi prostimi radikali

TEHNIKE SPROŠČANJA, S KATERIMI SI OKREPITE ŽIVČNI SISTEM

