

# Ressourcen



FAMILIE, FREUNDE UND KOLLEGEN  
SIND EINE WERTVOLLE RESSOURCE,  
DIE MAN OFT VERGISST.

Wenn Ressourcen  
fehlen ...

↑ „Notfallmodus“

↓ Immunsystem

↑ Herzfrequenz

↑ Atemfrequenz

↑ Alterungsprozesse

↑ Schlaflosigkeit

↑ Infektionen etc.

↑ Diabetes etc.

↑ Beschwerden

↑ Symptome

↑ Erkrankungen

Mehr Ressourcen  
bedeuten ...

↑ „Heilungsmodus“

↑ Regeneration

↑ Immunabwehr

↑ Energie, Kraft

↑ Widerstandsfähigkeit

↑ Konzentration

↑ Lebensfreude

↑ Erholsamer Schlaf

↓ Alterungsprozesse

↓ Schlechte Laune

↑ Sexualität

Schon 5 tiefe Atemzüge machen einen großen Unterschied  
für Ihren gesamten Organismus - "tanken" Sie regelmäßig auf!