

Ist das Altern eine Entzündung oder wie pflege ich mein Immunsystem?



Eine Vollwert-Vital-Küche mit täglich frischer Kost aus eigenem Bioland-Anbau, hochwertige regionale Produkte, wertvoller Seefisch, eine hauseigene Bäckerei. Hier fällt es mir leicht, ungesunde Gewohnheiten zu verabschieden. Hier erlebe ich fleischlose Mahlzeiten nicht als Verzicht, sondern als Bereicherung. Viele eindruckliche Ernährungsimpulse nehme ich mit in meinen Alltag.

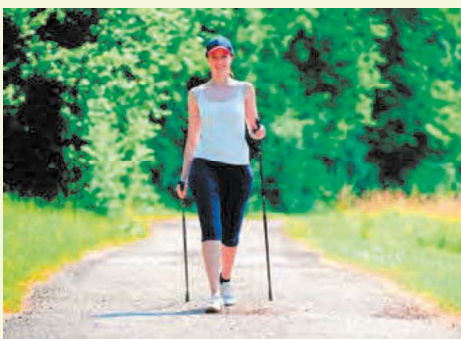


Eine klassische **Entzündung** ist eine normale Abwehrreaktion des Immunsystems auf krankheitserregende Keime. Abzugrenzen hiervon ist eine unterschwellige stille Entzündung „**Silent-Inflammation**“, mit den Folgen:

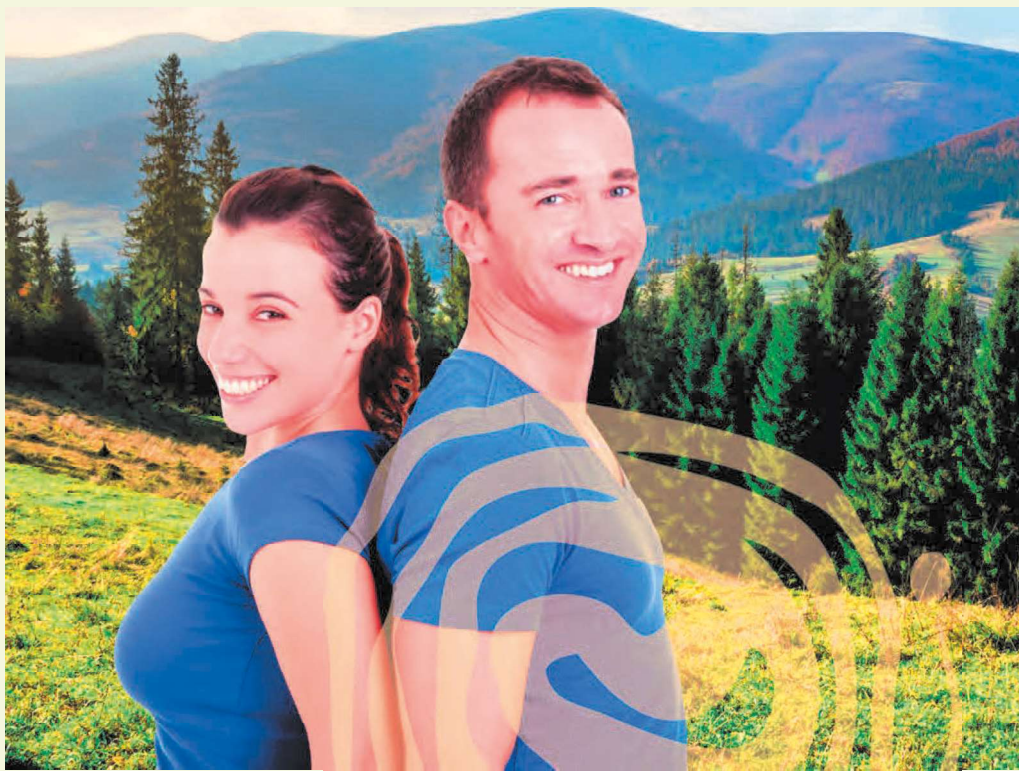
Nachlassende Leistungsfähigkeit, chronische Müdigkeit, Schlafstörungen, chronische Schmerzen (Kopf-Gelenke-Muskulatur), steigende Infektanfälligkeit, Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen, Atherosklerose, vermehrte Einlagerung von Bauchfett.

Die Medizin entdeckt diese **Entzündungen** als Zwischenstation vieler Erkrankungen. **ENTZÜNDUNGSWERTE** im Blut weisen auf ein Immunsystem im Dauereinsatz hin.

Als Ursache sind besonders im Mittelpunkt : **ZU VIEL – ZU FETT – ZU SÜSS**; als auch ein reichlicher Verzehr tierischer Lebensmittel und ein Mangel an **entzündungshemmenden** Lebensmittel wie z.B. Vitaminen, Mineralstoffen, sekundären Pflanzenstoffen (z.B. natürlichen Aroma – und Farbstoffen) und Rückständen wie Fungizide, Pestizide und Herbizide.



Graether
GESUNDHEITS-
RESORT



Endlich wieder auf meinen Körper hören, meine Bedürfnisse spüren. Ich lasse mich fallen in ein abgestimmtes Therapieprogramm ganz nach meinen Wünschen. Erfahrene Fachleute sorgen für mein Wohlergehen an Körper und Geist. Gezielte medizinische Behandlungen, Essen mit Genuss, Bewegung in frischer, klarer Luft, Entspannen in Sauna oder Dampfbad: Im Graether Gesundheits-Resort finde ich zu meinem neuen Gleichgewicht und fühle mich wohl.

Die Wissenschaft hat festgestellt: Eine höhere Zufuhr von Obst und Gemüse senkt einige **Entzündungswerte** im Blut mit der Empfehlung für eine pflanzenbetonte Ernährungsweise als primäre Prävention vieler chronischer Erkrankungen.

Wir bieten Ihnen im Rahmen eines Gesundheitsurlaub eine präventive, **antientzündliche** – vegetarische Kost, die Sie als Anregung mit nach Hause nehmen.

ÖKOLOGISCH-NACHHALTIG- PRÄVENTIV.

Unser Angebot bei 7 Übernachtungen:

- Eingangsgespräch bei Herrn Udo Graether
- Teilnahme am Programm „ In Bewegung „, Sauna-Hallenbad-Fitnessraum
- Vollpension mit antientzündlicher Kost zu 100% aus BIO-Anbau

EZ /DZ im Haupthaus, Bad/WC, Balkon, Telefon	980,-€
EZ im Badhaus, Bad/WC, Balkon, Telefon	1050,-€
DZ im Badhaus, Bad/WC, Balkon, Telefon	980,-€



Graether Gesundheits-Resort,
72175 Dornhan-Fürnsal (Kreis Rottweil)

Telefon 07455 1021 und 1022
Fax 07455 8010
E-Mail info@graether-gesundheits-resort.de


Graether
GESUNDHEITS-
RESORT