

## Fitness für's Büro

*Wer im Job als leistungsfähig und belastbar gelten will, sollte täglich zu Römerquelle Mineralwasser greifen. Denn ein ausgewogener Flüssigkeitshaushalt optimiert die Stressresistenz und macht den Kopf fit.*

Wir kennen die Situation besser, als uns lieb ist: Stundenlange Besprechungen und die tägliche Terminflut - all das raubt uns eine Menge Kraft. Doch gegen Stress im Büro existiert eine naturbelassene Wunderwaffe. Vor allem Frauen, die im Büro arbeiten, sollten täglich zwei bis drei Liter Römerquelle Mineralwasser trinken. Wer nicht genügend von diesem flüssigen Energiespender trinkt, muss mit einem Leistungsabfall von bis zu 30 % rechnen, daher unser Tipp: „Am besten drei Flaschen auf den Schreibtisch stellen und nach jedem Telefonat mindestens ein Glas Römerquelle Mineralwasser trinken. Denn besonders in trockenen und klimatisierten Büroräumen braucht der Körper mehr Römerquelle Mineralwasser.“ Römerquelle Mineralwasser ist in hohem Maße mit Magnesium angereichert und gilt als optimaler Stresskiller. Das allgegenwärtige Phänomen Stress steht in unmittelbarer Verbindung zum Magnesiumhaushalt des Körpers.

Und ein Liter Römerquelle Mineralwasser deckt 19 Prozent unseres täglichen Magnesiumbedarfes ab. Ein natürlicheres Anti-Stress-Mittel gibt es nicht.

