14 Απριλίου 2010

Προβλήματα μνήμης;



Τα τελευταία νέα από το μέτωπο των ειδικών, συνδέουν άμεσα τη μνήμη και την ικανότητα συγκέντρωσης με την ενυδάτωση του οργανισμού.

Θυμάστε την τελευταία φορά που ξεχάσατε να πείτε κάτι πολύ σημαντικό στον συνάδελφο ή τον προϊστάμενό σας; Μήπως ήταν μόλις προχτές; Η μνήμη, η συγκέντρωση, η διαύγεια και η εγρήγορση αποτελούν όπλα «πρώτης γραμμής» για κάθε ενεργό, δραστήριο άνθρωπο: Είναι απαραίτητα στους μαθητές και τους φοιτητές, ειδικά σε περιόδους εξετάσεων, όταν πρέπει να αποδώσουν το maximum των δυνατοτήτων τους, είναι κρίσιμα για τους εργαζόμενους, στους οποίους μία αφηρημάδα μπορεί να έχει μεγάλο κόστος, είναι θέμα ζωής ή θανάτου για όσους οδηγούν και πρέπει να αξιοποιούν το 100% των αντανακλαστικών τους... Και, κατά ένα παράδοξο τρόπο, συνδέονται άμεσα με το... νερό! (περισσότερα...)