

AZ 20.12.24 EVT 30.01.25



LEBEN

Was macht **richtig gutes Brot** aus?
Welche Bedeutung haben
Ballaststoffe für unser **Mikrobiom**?
Ist **Vollkornbrot** die bessere Wahl?

Außerdem gibt es ein **Rezept für köstliches Brot** – so gelingt es!



+ KOSMETIK & MODE



Augen Schminken + sanftes und ökologisches Abschminken: Wie funktioniert das am besten?

Außerdem **Haarpflege**

+ EXTRA Allergie

Start unserer Gesundheitsserie

Diesmal: Allergien in der Klimakrise!
Klimasensible Gesundheitsberatung
Allergene spielen zunehmend eine Rolle in der **Stadtplanung**



WACHSEN

Körperfarben für Kinder – wie stehen Ärzte dazu?
Babypflege – was ist nötig und was ist sinnvoll?



MACHEN

Neues zu **BPA & BPS** –
in **Pizzakartons & Kassenzetteln**: Wie können wir erkennen wo's drin steckt?



BEWEGEN

Putzen ohne harte Chemie – welche Möglichkeiten gibt es?
Geldanlagen für Kinder – welche Möglichkeiten gibt es?



+ Outdoor & Reise

Reisegeschichte: Die schönsten **Eislaufflächen!**

+ *Grüne Reisetipps*

