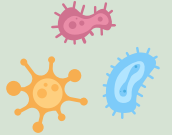


AZ 14.11.25 EVT 29.12.25



🍁 LEBEN

Titelgeschichte: Antibiotika – eine wachsende Herausforderung unserer Zeit. Wie **bewusster Konsum** und weniger Fleisch helfen können, Resistenzen zu stoppen.



+ ESSEN

Saftige Vitamine:

Alles über **natürliche Power** aus dem Glas – und wann Kapseln wirklich nötig sind.

Warenkunde: gesunde Snacks. So leicht geht der Klassiker zum Dippen, Streichen und Snacken.



+ KOSMETIK

Tattoos: Pflegen, was bleibt. Alles über sanfte Pflege für starke Motive.

+ Interview mit Dermatologin

Hairstyling: Sanfter Halt. Starker Auftritt. Alles über Volumen, Glanz und Leichtigkeit.



🍁 WACHSEN

12 Projekte für ein nachhaltiges Familienleben – **Monat für Monat** ein kleiner Schritt mit großer Wirkung.

Dazu unsere **Buchtipps** fürs Jahr: Diese neuen (Umwelt-)Titel liegen uns besonders am Herzen – **empfohlen von Eltern aus unserer Redaktion.**



🍁 MACHEN + Outdoor & Reise

Putzmittel: Saubere Küche.

FAQ: Wie und wie oft reinigen – und was bringt Pyrolyse?

Fürs Auto: Alles über sicheren Schutz bei Kälte.

Reisegeschichte: Magische Wintermomente: Huskytouren, Alpakawanderungen, Winterdorf Schmilka, Wildtierfütterungen, Schneeschuhtouren

+ Grüne Reisetipps



🍁 BEWEGEN

Das ändert sich 2026

Das Interview: Böller-Verbot fürs Klima

Grüne Finanzen: Grüne Berufsunfähigkeitsversicherungen