

AZ 19.12.25 EVT 29.01.2026



LEBEN

Titelgeschichte: Weißes Gold – zwischen übermäßigem Salzkonsum und Salz-mangel ist ein bewusster gesunder Konsum das A und O
Warum politische Maßnahmen immer wichtiger werden und welche Tipps im Alltag angewandt werden können

TEST: Salz



+ ESSEN

Futter für's Gehirn –
Knabberklassiker stammen immer häufiger aus Deutschland

TEST: Studentenfutter

Alternative Süßungsmittel

TEST: Agavendicksaft



+ KOSMETIK

Trockene Haut – Damit sie auch bei kalten Temperaturen nach dem Duschen wieder weich und geschmeidig wird

FAQ: Trockene Haut

TEST: Körperöl

Hairstyling – Wie Volumen, Duft und ein sauberer Look in Sekunden gelingen

FAQ: Kopfhaut

TEST: Trockenshampoo

+ EXTRA Allergie

Wie uns Allergien den **Schlaf rauben** und was man dagegen tun kann

Tierhaare als Auslöser für Allergien und ihr Einfluss auf die Gesundheit

Wissenswertes rund um **Lebensmittelallergien**



WACHSEN

Trinkflaschen für die Kleinsten –

Alles, was Eltern über den sicheren Gebrauch und die richtige Pflege wissen sollten

TEST: Babyflaschen



MACHEN + Outdoor & Reise

Holz-möbel – Die richtige Pflege macht den Unterschied

FAQ: Natürliche Pflege

TEST: Holzpfl egemittel/-öl

Reisegeschichte: Übernachtungsmöglichkeiten in teuren Städten – zentrale Lage, Qualität und Komfort *+ Grüne Reisetipps*

BEWEGEN

Finanzbildung für Kinder – Die Basis für eine verantwortungsbewusste Zukunft

+ Interview: Versalzung der Böden

