



★ LEBEN

Titel: Effizient waschen, Ressourcen sparen – für reine Wäsche und eine reine Umwelt



+ ESSEN

Frühstück – Ein vitaler Start in den Tag
+ Rezept

Salzige Snacks – für den Hunger zwischendurch



+ KOSMETIK

Frische-Kick für die Haut – strahlend, weich, belebt

Schleifkörperkunde

Hairstyling – Power für jeden Look

Warenkunde zu **Hairstylingprodukten** – Welches Produkt für was?

★ WACHSEN

Süßes für Kinder – Was steckt wirklich drin?



+ EXTRA Schwangerschaft & Baby

Endlich schwanger: **Vorbereitung auf die Geburt**

Ideen & Tipps zu Anschaffungen wie Stillkissen (auch als Schlafhilfe), **Wickelkommode, Kinderwagen** usw.

Ernährung in der Schwangerschaft: Nahrungsergänzungsmittel – Folsäure, Omega 3, Jod, Vitamine usw.

Das Rundum-Sorglos-Paket!



★ MACHEN + Outdoor & Reise

Haushaltsreiniger – Wie kann man den Durchblick behalten?

Frühlingsputz leicht gemacht – günstig, clever und bewusst

Sommer, Sonne, Ferien – **Planung des Sommerurlaubs**

Gartenplaner: Kräuterliebe – gesunde und heilende Gewächse auswählen, pflanzen, nutzen

+ Grüne Reisetipps



★ BEWEGEN

Zukunft des Bodens – Genossenschaften kaufen Land für Öko-Bauern vs. Konzerne kaufen Ackerland als Vermögensanlage

+ Interview