

AZ 17.04.2026 EVT 28.05.2026



LEBEN

Titelgeschichte: Nahrungsergänzungsmittel – Wozu braucht der Körper Nahrungsergänzungsmittel und wer hat über die Ernährung hinaus einen zusätzlichen Bedarf?



+ ESSEN

Backwaren – Luftig und überraschend vielseitig

Gemüse – Kleine, aromatische Sorten genauer betrachtet

+ Warenkunde



+ KOSMETIK

Eine Packung für's Gesicht –

Was wir für die Haut tun können

Kleine Auszeit für die Füße –

Sie tragen uns durch's Leben, doch wie pflegen wir sie richtig?

+ FAQ Fußgesundheit



WACHSEN

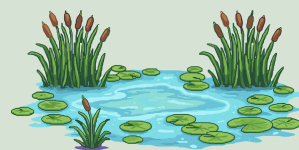
Sanfter Schutz für kleine Entdeckerinnen – UV-Filter und wie sie wirken.



MACHEN

Haushaltsreiniger – Der saure Alleskönner?

Gartenplaner: Tiny-Pond – Mit Mörtelwanne oder Weinfass einen Mini-Teich anlegen, der Frösche, Libellen und anderen Insekten Lebensraum bietet.



+ Outdoor & Reise

Fahrrad-Serie: Die schönsten Radstrecken Europas

Teil 3: IJsselmeer

Kulinarische Reisen + *Grüne Reisetipps*

