

AZ 17.04.2026 EVT 28.05.2026



### LEBEN

**Titelgeschichte: Magnesium** – Wozu braucht der Körper Magnesium, in welchen Lebensmitteln steckt es und wer hat über die Ernährung hinaus einen zusätzlichen Bedarf?

**TEST: Magnesium-Präparate**



### + ESSEN

**Backwaren** – Luftig und überraschend vielseitig

**TEST: Burgerbrötchen**

**Tomaten** – Kleine, aromatische Sorten genauer betrachtet

**TEST: Snacktomaten**

+ Warenkunde Tomaten



### + KOSMETIK

**Eine Packung für's Gesicht** – Was wir für die Haut tun können

**TEST: Gesichtsmasken**



### WACHSEN

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

**TEST: Sonnencreme für Kinder**

**Heilen und gleichzeitig pflegen** – Was sollten wir an die Kinderhaut lassen? **TEST: Wundschutzcreme**

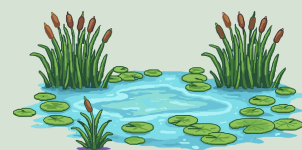


### MACHEN

**Haushaltsreiniger** – Der saure Alleskönner?

**TEST: Essigreiniger**

**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

