

AZ 17.07.2026 EVT 27.08.2026



LEBEN

Titelthema: Lebensmittelverpackungen –
Hormonell wirksame Stoffe – wo sie drinstecken und wie sie unsere Gesundheit beeinflussen



+ ESSEN

Gesunder Darm durch pflanzliche Ernährung?
Wie unsere Ernährung das Darmmikrobiom beeinflusst



+ EXTRA KOSMETIK

Duftstoffe in Kosmetik –
Kann man Glück riechen?
Haarpflege kann vielfältig sein –
Was wirklich gegen **Trockenheit** hilft
Kleine Auszeit für die Füße –
Sie tragen uns durchs Leben, doch wie pflegen wir sie richtig?



WACHSEN

Gesund und gut versorgt durch **Schwangerschaft** und **Stillzeit**
Nahrungsergänzungsmittel – Auf was ist zu achten?



MACHEN

Das Bad richtig reinigen – Braucht es mehr als ein Produkt?
Gartenplaner: Mehrjähriges Gemüse – Dauerkulturen, die jedes Jahr von selbst wiederkommen



+ Outdoor & Reise

Fahrrad-Serie: Die schönsten Radstrecken Europas
Reisen mit Aussicht – **Deutschlands schönste Regionalbahnrouen**

+ Grüne Reisetipps

