

Inhalt

- 4 Im Abendrot des Sommers
Herbst-Tag-und-Nachtgleiche
- 6 Sanfte Hilfe bei Halsschmerzen
- 10 Akne-Beratung in der Apotheke
- 12 Der ganze Mensch in einem Ohr
Ohr-Akupunktur nach TCM



Themenspecial

„natürlich Frau“:

Ich, Du, Wir – Kinderwunsch

- 17 Kreuzworträtsel
- 18 Schuhe links liegen lassen
Barfußgehen nach Kneipp
- 19 Gewinnspiel
- 20 Eine Tasse für alle Tage
Alternative Monatshygiene
- 22 12 Schüßler-Salze
und ihre Zuordnung zu den Sternzeichen
- 24 Atmen Sie richtig?
Die Heilkraft der Atemtherapie
- 27 Linda Giese
Finden Sie Ihre Glücksformel
- 28 Kastanienkraft
5 Tipps für ungewöhnliche Anwendungen
- 30 Mein Kräuterhexen-Wissen
Schafgarbe gibt Frauenkraft
- 31 Impressum/Vorschau
- 32 Apotheken-Tipp



- 6 Sanfte Hilfe bei Halsschmerzen



- 10 Akne-Beratung in der Apotheke



Exklusiv aus Ihrer Apotheke

www.naturheilkunde-und-gesundheit.com