

**BEST
SELLER**

Das tut mir gut

bella

*Gesund & glücklich
durch den Herbst*

**Die besten
Schüßler-
Kuren **40+****

S. 42



S. 32

**Apfel, Birne, Pflaume
Saftige Kuchen**

Hyaluron, Q10, Vitamin E
**Welchen Anti-Aging-Stoff
braucht meine Haut?** S. 16

*Mehr
Energie!*

Richtig frühstück- einfach abnehmen

Jeden Tag 1 Pfund weniger wiegen S. 36



*Jetzt wird's
kuschelig!*

**Freizeit-
Mode zum
Verlieben**

S. 12

**Besser schlafen
Der große
Kopfkissen-
Ratgeber**

S. 54

**REISE
Die 5 schönsten
Ausflugsziele
in Deutschland** S. 64

**GENUSS
Köstliche Rezepte
mit Herbst-Gemüse**
S. 28



