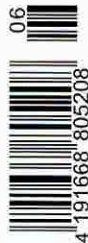




# natürlich

## gesund und munter



Ausgabe 6 | 2020  
November · Dezember

*Zeit für mich. Zeit für meine Gesundheit.*

Wir feiern  
**10** JAHRE

*Jetzt gewinnen!*

Leserumfrage mit tollen Preisen

Mind-Body-Medizin

## *Die heilende Kraft in uns*

Warum mentale Übungen unsere Gesundheit stärken



### **Virenschutz**

Ob Grippe oder Corona, starke Atemwege sind jetzt wichtig

### **7 Immun-Booster**

Vitalstoffe, die unsere Abwehr ganz natürlich unterstützen

### **Spezial: Arzneitees**

Die besten Heilkräuter für Gesundheit und Wohlfühl

