

DEINE Gesundheit im Juli-August 2017

3 EDITORIAL

4 INHALT



6 APITHERAPIE – GESUNDHEIT AUS DEM BIENENSTOCK

Mit den Gaben der Bienen lassen sich die Nerven gezielt stärken, das Immunsystem aktivieren und vieles mehr

12 HEILKRÄFTIGE PERSÖNLICHKEITEN, TEIL 7: SAMUEL HAHNEMANN - HEILEN MIT ÄHNLICHEM

Die Lehren des Begründers der Homöopathie

18 MEIN BLUT SAGT MIR ... LABORWERTE GANZHEITLICH BETRACHTEN

Wie Eisen- und Cholesterinwerte richtig gedeutet und Ungleichgewichte behandelt werden

24 ENDLICH BESSER SCHLAFEN

Den Schlaf als Kraftquelle nutzen

36 THERAPEUTIK TOUCH – DIE HEILSAME BERÜHRUNG

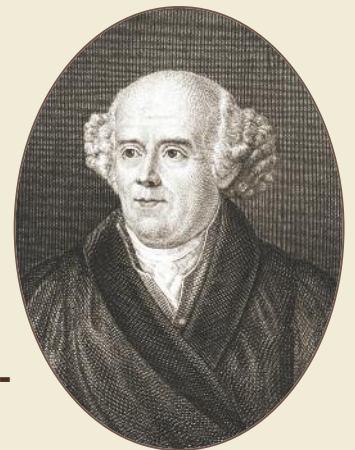
Eine komplementäre Methode zur ganzheitlichen Gesundheitspflege

32 KURZ UND KNAPP

- Alkohol – Gefahr für die Bauchspeicheldrüse
- Lutein zur Vorbeugung der Makuladegeneration
- Glyphosat in Hygieneprodukten
- Spezielles Licht gegen weiße Hautflecken

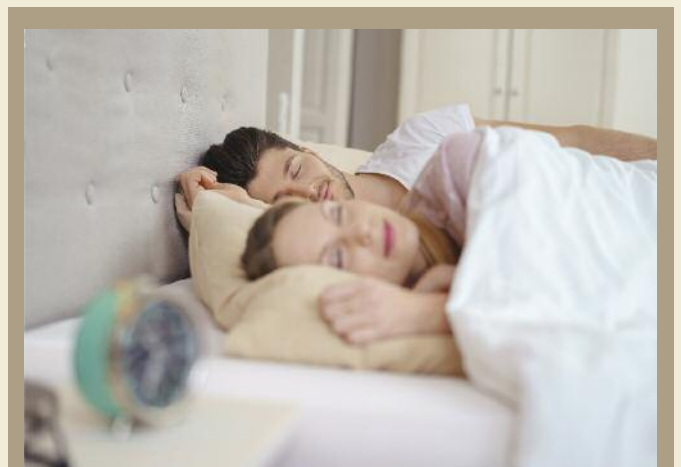


6 BIENENHEILKUNDE - GESUNDHEIT AUS DEM BIENENSTOCK



12

Samuel Hahnemann - Begründer der Homöopathie



24

ENDLICH BESSER SCHLAFEN

**THERAPEUTIK TOUCH –
DIE HEILSAME BERÜHRUNG**

38



© Gudrun Petersen

42 SCHWIMMEN IST GESUND



48 PLÄDOYER FÜR MUTTER ERDE



52 GRÜNE KOST - GRAS ALS NAHRUNGSMITTEL



42 SCHWIMMEN IST GESUND

Während die Gelenke geschont werden, trainiert Schwimmen viele Muskelgruppen

48 PLÄDOYER FÜR MUTTER ERDE

50 WAS IST EIGENTLICH REGULATESSENZ?

52 GRÜNE KOST - GRAS ALS NAHRUNGSMITTEL

Gras lässt sich zu bekömmlichen Speisen verarbeiten und wirkt im Körper basisch

60 WUSTEN SIE SCHON... ?

- Lecithin hemmt Bildung von Gallensteinen
- Säureblocker erhöhen das Risiko für Magen-Darm-Infektionen
- Heißwasserkur
- Brechreiz hat seelische Komponente

62 BÜCHERWELT

63 LESERBRIEFE

64 VORSCHAU

65 IMPRESSUM

66 DG ABO: GENIESSEN UND VERSCHENKEN