

# DEINE Gesundheit

April-Mai 2023

3 EDITORIAL

4 INHALT

6 HAUTRÖTUNGEN  
Mit Homöopathie die Ursachen behandeln

10 AKNE  
Die Kraft der sanften Therapie

16 HILFE BEI HAARAUSFALL  
Natürlich schönes und volles Haar

20 WUSSTEN SIE SCHON?  
• Vogelgesang  
• Schröpfen  
• salzreiche Ernährung  
• Nutzung von Smartphones

22 HILDEGARD-MEDIZIN  
Für guten Schlaf und schöne Haut

26 ENJOY THE FLOW OF LIFE  
Das Leben ist nicht nur zum Arbeiten da

30 ELEKTROSMOG  
Der unsichtbare Stress am Schlafplatz



© Alessandro Grandini/Adobe Stock

HAUTRÖTUNGEN



© okrasjuk/Adobe Stock

AKNE



© Iurii Seleznev/Adobe Stock

HILFE BEI HAARAUSFALL



© oatawa/Adobe Stock



© JPC-PROD/Adobe Stock



© New Africa / Adobe Stock



22

© Gorodentkoff/Adobe Stock

HILDEGARD-MEDIZIN

**33 SERIE ZUM SAMMELN**  
**SCHNUPPER DICH GESUND!**  
 Frischer Schwung in Deinem  
 Zuhause – Bring Duft und  
 Würze in Dein Leben!

**38 MIT ATLAS-ÜBUNGEN**  
**Aufrecht, beweglich und stabil**

**44 KURZ UND KNAPP**

- Bärlauch
- Eiweiß
- Gelée royale
- Desinfektionsmittel

**46 FERNÖSTLICHE IMPULSE FÜR DIE**  
**EMOTIONALE BALANCE**

**50 DER EMOTIONS CODE**  
 Frei werden von emotionalen Altlasten

**53 NEUE SERIE:**  
**FERMENTIEREN LEICHT GEMACHT**  
 Teil 1: Milchkefir – gesunder Allrounder

**56 BÄRLAUCH – Blutdruck regulierend,**  
**Thrombosen vorbeugend**

**60 FRÜHLINGSZEIT – ENTSCHLACKUNGSZEIT**  
 Welche Pflanzen Sie jetzt unterstützen

**63 BÜCHER**

**64 VORSCHAU**

**65 IMPRESSUM**



38

© SciePro/Adobe Stock

ATLAS-ÜBUNGEN



56

© Brebca/Adobe Stock

BÄRLAUCH



© An-T/Adobe Stock



© Kevin Carden/Adobe Stock

