

Inspirationen für Leib & Seele.

Herzstück

Alles, was glücklich macht!

Die beste Zeit, um einen Baum zu pflanzen, war vor 20 Jahren. Die nächstbeste Zeit dafür ist jetzt.

Pflück dir einen Strauß Sonnenstrahlen!

Glück ist jetzt!

EXTRA
Inspirations-Karten!

Lass deine Gedanken zu den Sternen fliegen!

Wir blühen auf!



Seelen-Frieden
Dankbarkeits-Briefe wirken Wunder



Hippie-Strategie
Vom Glück, nach eigenen Regeln zu leben



Bauch-Wohl
So gesund sind probiotische Getränke



Rosen-Schön
Rituale für die Blumenkönigin in uns

Benelux: € 6,10
F/I/E/P: € 7,00
GR: € 7,80
FIN: € 7,60



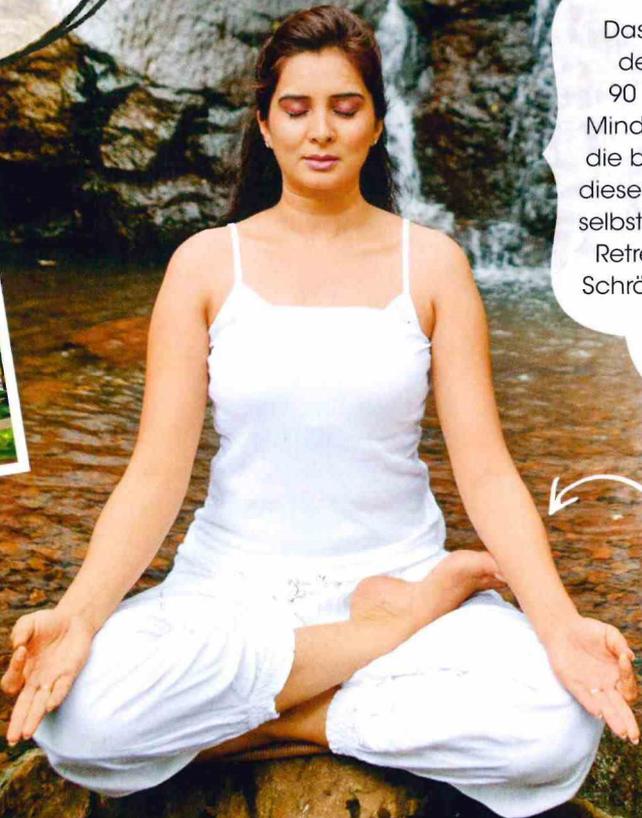
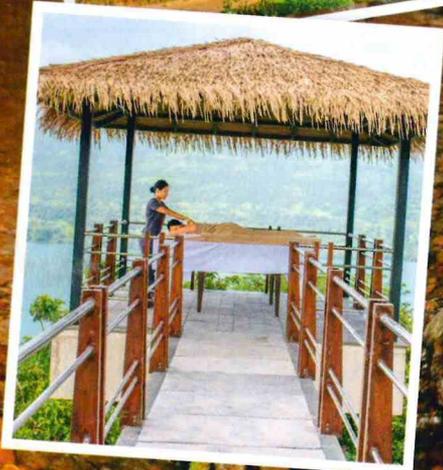
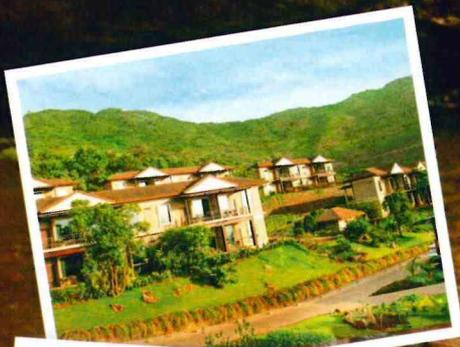
Schön sein
für dich
Herz-Stücke



Reise-Tipp

KOMM IN
DEINE MITTE

Das Wellness-Resort „Atmantan“ liegt in der unberührten Natur Indiens, etwa 90 Fahrminuten von Pune entfernt. Die Mindest-Aufenthaltsdauer sind drei Tage – die braucht es auch, um anzukommen: in dieser sagenhaften Kraft-Oase und bei uns selbst. Das Center bietet maßgeschneiderte Retreats an, zum Beispiel mit Akupunktur, Schröpfen, Yoga und ayurvedischer Ernährung. (ab ca. 1 080€ pro Person im DZ, www.atmantan.com)



Im Fluss
des Lebens!

KRAFT-QUELLE

Sonne und blaues Licht von Bildschirmen sind oxidativer Stress für die Zellen. Die „Caps Sun“ von „Ringana“ versorgen uns mit wichtigen Nährstoffen. (90 Kapseln: 56,50€, www.ringana.com)



GESUND NASCHEN

Wer gerne nascht, aber doch Wert legt auf eine gesunde Ernährung, wird die Superfood-Mischung „Chocolate Lover“ lieben. Sie besteht nur aus guten, wertvollen Zutaten – zum Beispiel Carob, Kakao und Kokos. Für Smoothies, Müslis und vieles mehr. (24,90€, www.yoursuperfoods.de)



AROMA-DUSCHE

Der cremige Bio-Duschbalsam „Alles Liebe“ von „Primavera“ reinigt mild mit Zuckertensiden. Mit ihm starten wir ganz sanft in den Tag – dank des feinen Dufts von Rose, Neroli und Mandarine. (9€, www.primaveralife.com)

