

**4** Hormone  
in den  
Wechseljahren



Dr. med.  
M. Djalali



**7** LebensFluss  
Hermann Hesses  
Siddhartha



Dr. phil.  
Mathias  
Jung



**IMPRESSUM**

Druck, Vertrieb und Verlag: emu-Verlags- und Vertriebs-GmbH  
Dr.-Max-Otto-Bruker-Str. 3 · 56112 Lahnstein ·  
Tel. 02621/917010 · Fax 917033 · ISSN 0933-7016  
Sie finden uns auch im Internet unter:

www.dr-bruker.de  
Unsere E-Mail-Adresse lautet:  
abo@emu-verlag.de

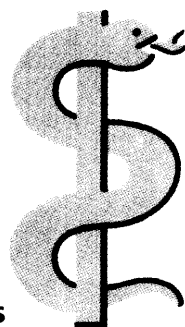
Verantwortlich für den Inhalt:  
Dr. med. Jürgen Birmanns · Ilse Gutjahr-Jung  
Dr. phil. Mathias Jung  
Bezugspreis und Abo-Bestellungen:  
DER GESUNDHEITSBERATER erscheint in 12 Aus-  
gaben jährlich, jeweils Mitte des Monats, und ist  
im Mitgliedsbeitrag der GGB enthalten.  
Einzelpreis € 2,55 · Abo-Preis Inland € 35,80  
(incl. Porto, Versand) · Ausland € 45,00 (incl.  
Porto, Versand).

Bestellungen an den emu-Verlag, Lahnstein.  
Für Artikel, die namentlich gekennzeichnet sind,  
übernimmt der Verlag keine Verantwortung.  
Die Redaktion behält sich die Kürzung und Bear-  
beitung von Beiträgen vor.  
Für unverlangt eingesandtes Material über-  
nimmt die Redaktion keine Gewähr.  
Bankverbindung: Volksbank Rhein Lahn eG,  
BLZ 57092800, Konto 0201496713  
Alle Rechte vorbehalten.

**11** Ärztlicher Rat  
aus ganzheitlicher  
Sicht



Dr. med.  
Jürgen Birmanns  
Arzt am Dr.-Max-Otto-Bruker-  
Haus



**12** Getreidelagerung  
im Haushalt



Waltraud  
Becker



**14** Vogelschutz  
im Garten



Gartenserie  
von  
Hildegard  
Willms-Beyard



Allen  
unseren  
Leserinnen  
und Lesern  
besinnliche  
Feiertage  
und ein  
gesundes  
neues Jahr!

**16** Wanzen  
nehmen  
Reißaus



Das  
Ruprechts-  
kraut  
von  
Franz Dosio

