

TITELTHEMEN

Martin Gutjahr-Jung

Good Food, good Life 4

Susanne Vogel

Glühbirne contra Energiesparlampe 8

THERAPEUTISCHER RAT

Dr. Mathias Jung

Lebenskrisen ... und wie
man ihnen begegnet 16

ÄRZTLICHER RAT AUS GANZHEITLICHER SICHT

Dr. Jürgen Birmanns

Zöliakie 17

Urtica dioica (Große Brennnessel) 17

AUS DER PRAXIS/VERSCHIEDENES

Interview mit Lydia Hardt 12

Interview mit Azis Niang 14

Sesam/Sesamrezepte 18

Pinnwand 19