

Lea



**16 Seiten
Rezepte**



Heimat – mehr als ein Gefühl S. 36-37

Geschichten von Sehnsucht und Ankommen

Aktuell Lasst uns die Welt besser machen!

Essen mit gutem Gewissen

20 kleine Tipps, die viel verändern S. 12-13

Alkohol, mein falscher Freund S. 72-73

Sarah (42): „Fast hätte er mir alles genommen ...“

Jeden Tag
**1 Pfund
weg**

Schritt für Schritt
gesund abnehmen!

Schlank durch Gehen

S. 28-29

PLUS: Genauer Ess-Plan für 5 Tage

Schönes Haar
**11 geniale
Glanz-
Tricks** S. 19

So verlängern
Sie Ihre
Sommerbräune

S. 16-17

Viele clevere
Wohn-Ideen!

Mehr Ordnung, weniger Haushalt



S. 32-35



Mehr Liebe im Leben
**19 Dinge, die Ihre
Partnerschaft stärken**



S. 52-53

**+++ Trends +++ Trends +++
Juchuuu, die
neuen Schuhe!**



S. 10-11

→ Ihre Ängste
→ Ihre Sorgen
→ Ihre Träume

**Was weiß
Google
alles über Sie?**

S. 14