

Gesundheit & Wohlbefinden

mavida

Deutschland € 2,40 • Österreich € 2,70 • Schweiz SFR 4,80 • BeNeLux € 2,80 • Italien € 3,00 • Spanien € 3,00

www.mavida-magazin.de

01/2019 Frühjahr

Gartenliebe

Ideen für die einfache Gartenpflege

10
TIPPS
BEI BLASEN-
SCHWÄCHE

DAS GROSSE
REISEHOROSKOP

Diese Reiseziele
empfehlen sich für
Ihr Sternzeichen

.....

So gelingt
das perfekte
Make-up

MIT FREUNDLICHER EMPFEHLUNG VON:

Besser leben mit
Hörgeräten



GUTES TUN TUT GUT!

Soziales, umweltbewusstes oder politisches Engagement, Hilfsbereitschaft und die Freude darüber, jemand anderem eine Freude zu machen: Wer sich für das Wohl anderer einsetzt, lebt nicht nur länger, man fühlt sich zudem gut dabei. Das haben Studien, unter anderem des Berliner Psychologieinstituts, ergeben.

Vital bleiben

NEUE PRODUKTE, INFORMATIONEN UND TIPPS
RUND UM IHRE GESUNDHEIT

Jeder zweite Erwachsene leidet unter Rückenproblemen. Ursache sind meist Verspannungen, hervorgerufen durch Stress, mangelnde oder falsche Bewegung. Hilfe bei Rückenschmerzen verspricht das neue ganzheitliche Konzept von Prof. Dr. med. Dietrich Grönemeyer aus vier Komponenten: Die Rückenfibel informiert und gibt wertvolle Tipps, um das Wohlbefinden zu stärken. Das Rücken-Badeöl hilft bei akuten Beschwerden ebenso wie der Balsam, der angenehm wärmt. Mit dem wiederverwendbaren Rücken-Wickel angewendet, wirken die Produkte noch intensiver:

Gröeen Organic Rücken-Entspannungsbox



Sei es zur besseren Wundheilung oder gegen brüchige Nägel, strohiges Haar oder bei Magenschmerzen: Silicea verspricht innen wie außen angewendet Abhilfe bei kleineren Beschwerden.

