

SCHWEIZER  
ILLUSTRIERTE

# GRÜEN

100% Grün.  
100% Lifestyle.

powered by  BKW

Autorin

**LAURA**  
**DE WECK**

«Mit meinen  
Kindern  
gehe ich  
klimastreiken»

+  
4 Seiten  
Naturwellness  
Waldbaden  
liegt im Trend

Ein Mann für alle Felle  
Tieranwalt Antoine F. Goetschel  
im Interview

# Indian Summer

Jetzt beginnt die Zeit der magischen Waldspaziergänge! Das Herbstlaub und die Sonne verwöhnen nochmals Herz und Seele. Gleichzeitig richten wir es uns schon mal gemütlich zu Hause ein. Redaktion: Barbara Halter



**1 ZERO-WASTE-LEBEN**  
Die Bienenwachs-Baumwolltücher sind waschbar und halten Lebensmittel frisch. Bei Manor, Set in drei Grössen **CHF 19.90**



**2 RETRO-RUCKSACK**  
Rucksack Stig Multi von Sandqvist aus festem Canvas aus Bio-Baumwolle, in diversen Farben erhältlich. [www.rrrevolve.ch](http://www.rrrevolve.ch) **CHF 149.-**



**3 GEMÜSE ZUM FRÜHSTÜCK**  
Bio-Müesli-Mischung mit Hafervollkornflocken, Randen, Pastinaken und Ingwer. Bei Migros, 500 g **CHF 6.20**



**4 KLEIDER MIT BOTSCHAFT**  
Calida lanciert mit der New Yorker Illustratorin Amber Vittoria eine T-Shirt-Kollektion. Im Zentrum: starke Frauen und Natur. **CHF 49.90**



**5 SOUL-FOOD**  
Kürbissuppe von Globus Organic. In einen Kochtopf geben, langsam erwärmen – und fertig ist das Herbst-Znacht. 400 ml **CHF 7.90**



**6 KASTANIENKUCHEN BACKEN**  
Die tiefgefrorenen Bio-Marroni sind geschält und eignen sich für süsse und herzhaft Gerichte. Bei Alnatura, 400 g **CHF 7.-**



**7 ES IST WIEDER ZEIT FÜR ...**  
Naturaplan Bio-Fondue-Mischung moitié-moitié. Tipp: mit Nussbrot und Birnenschnitzen geniessen. Bei Coop, 400 g **CHF 10.95**



**8 FREUNDE BEKOCHEN**  
Der Tisch Malleray von Atelier Pfister wird aus heimischem Eschenholz im Kanton Luzern gefertigt. **CHF 2390.-**



**9 SCHOKOLADE DE LUXE**  
Aus Zürcher Manufaktur: Mandeln, Kaffee oder Kakaobohnen, mit Schokolade überzogen. [www.laflor.ch](http://www.laflor.ch), 80 g, je **CHF 9.-**

Fotos: Paul Seewer (1), zvg



**10 HAFERMILCH-CAPPUCCINO**  
Der Karma Oat Drink Barista lässt sich gut aufschäumen und hat einen nussig-süsslichen Geschmack. Bei Coop, 1 Liter **CHF 2.95**



**11 MAL WIEDER IN DIE SAUNA GEHEN**  
Kurz-Bademantel mit Kapuze von Schlossberg aus Bio-Baumwolle. In verschiedenen Farben. **CHF 149.90**



**12 DEZENT BEDUFEN**  
Duftbaum mit Lavendelöl aus Fichtensperrholz, hergestellt in einer geschützten Werkstatt. [www.fideadesign.com](http://www.fideadesign.com) **CHF 12.90**



**13 WÄRMENDE DÜFTE**  
Seifenmacher Beat Urech ist in Arosa daheim und produziert dort Kreationen wie Orange Spice. [www.seifenmacher.ch](http://www.seifenmacher.ch) **CHF 12.-**



**14 BUCHENHOLZ STATT PLASTIK**  
Die Naturaline-Holzzahnbürste besteht nur aus nachwachsenden Rohstoffen und ist in zwei Varianten erhältlich. Bei Coop **CHF 5.50**



**15 NATÜRLICHES AUF DER HAUT**  
Merino-Shirt Sphere von Icebreaker. Das Material gibt beim Waschen keine synthetischen Mikrofasern ab. **CHF 85.90**



**16 IM WALD BADEN**  
Der Tag beginnt mit dem holzigen Duft von Weisstanne und Sibirischer Tanne: Duschmittel Forest Harmony von Weleda. **CHF 10.50**



**17 SCHÖNER ABWASCHEN**  
Die Waschlapen von Julie Wyss stellen moldawische Frauen her, aus Bio-Baumwolle. [www.atelier-einmalig.ch](http://www.atelier-einmalig.ch) **CHF 14.50**



**20 HANDARBEIT AUF COOL**

Kleiderflicken ist in letzter Zeit aus der Mode gekommen – und damit ging auch das Wissen verloren, wie man Löcher stopft, ein Knopfloch ausbessert oder durchgescheuerten Jeans einen Flicker aufsetzt. Kerstin Neumüller führt in Stockholm eine Jeansboutique, wo auch Kleider repariert werden. In ihrem Buch erklärt sie Flickmethoden und gibt Materialkunde. Sehr inspirierend: wie die Autorin mit kunstvollen Stichen kaputte Lieblingsstücke verschönert. [www.haupt.ch](http://www.haupt.ch), **CHF 27.-**



**18 DU ALTER SCHWEDE**  
Der Klassiker Bodäs von Kavát ist wasserabweisend und aus nachhaltigem europäischem Leder gefertigt. **CHF 235.-**



**19 KICHERERBSEN ZUM KNABERN**  
Für Veganer, laktose- und glutenfrei – und zudem sehr lecker: Bohnen-Snack Vaya von Zweifel. Bei Migros, 80 g **CHF 3.75**