

freundin

EIN MOMENT GANZ FÜR MICH

Kann man durch
Spiritualität
Zuversicht finden?

LA-LA-LA
Wie wir den Spaß
am Singen wieder-
entdecken

*Köstliche
Weihnachts-
Menüs*

**HÖRST DU
SCHLECHT?**
Ab wann unsere Ohren
Hilfe brauchen

GUTES BAUCHGEFÜHL

Das beruhigt
Magen und Darm

EIN FEST DER FREUDE

- + Hübscher Christbaumschmuck
- + Festliche Mode und
passendes Make-up
- + Die schönsten Orte im Advent



CÉCILE COHEN

... sucht für uns regelmäßig Neuigkeiten aus der Schweiz. In Thun aufgewachsen, pendelt sie heute mit Mann und Tochter zwischen Bern und Jerusalem.

LIEBLINGE

aus der Schweiz

Drunter schön warm

Wolle hält nicht nur warm, sondern ist auch deswegen als Unterwäsche beliebt, weil sie bis zu einem Drittel Feuchtigkeit aufnehmen kann und sich trotzdem noch trocken anfühlt. Der perfekte Begleiter also für unsere Winterabenteurer! Besonders hübsch sind die Baselayer aus reiner Merinowolle von Kari Traa, über karittraa.ch, ab 77 Fr.



Hocker, Stuhl und Steighilfe in einem – und wer mag, kann den pfiffigen „Dreikäsehoch“ aus stabilem Karton auch noch bemalen. Perfekt als Weihnachtsgeschenk oder einfach so! Über fideadesign.com, um 49 Fr.



„VIVA LA VULVINA!“

... sagt farfalla und meint damit, dass wir unser Frausein zelebrieren sollen. Vulvina steht für Vagina und Vulva – und dieses wertvolle Öl aus Muskatellersalbei ist zur Pflege von beidem gedacht.

Aus der Serie „Frauenleben“, über farfalla.ch, ab 14.90 Fr.