

wert:voll

# Mein bester Sommer

... mit vielen Tipps für Schönheit und mehr Wohlbefinden aus Ihrem Reformhaus.

## DHA und EPA

Wertvolle Fettsäuren der Omega-3-Familie.

Seite 9

## Umami

Das Geheimnis traditioneller Fermentation.

Seite 15

## Naturkosmetik

Bringen Sie Ihre äußere Schönheit zum Strahlen.

Seite 22

## Wertvolle Kokosnuss

Starten Sie fit und vital in den Sommer.

Seite 25