

NEU!

www.vital.de



November 2008 - 2,20 €

Österreich 2,55 €  
Schweiz 4,40 €  
Dänemark 2,85 €  
Frankreich 3,90 €  
Großbritannien 3,90 €  
Italien 3,70 €  
Spanien 3,70 €  
Portugal (incl. IVA) 3,30 €  
Slowenien 2,90 €

# vital

## Glück

beginnt im Kopf

Jetzt erforscht: Wir haben  
mehr Einfluss, als wir denken

## Qi-Gong

Die 5 besten Übungen  
speziell für Frauen

**Kürbis aus dem Ofen**  
Aufläufe, Quiches & Tartes

## Grünes Design

Das neue Wohnen:  
modern, originell,  
bezahlbar

# Ganzheitlich heilen

mit Pflanzen, Wärme, Wasser:  
Das kann die Traditionelle Europäische Medizin

**10 REZEPTE ZUR SELBSTHILFE**

