

IMPRESSUM

Gegr. 1981
www.gruenehaus.at

Die Ausgabe erscheint alle 2 Monate als PDF, www.gruenehaus.at

EIGENVERLAG:

Wolf-Dieter Altermiller, Das Grüne Haus, A 2103 Langenzersdorf, Tuttenhofstr. 63, Tel./Fax: +43 2244 292 37; verlag@gruenehaus.at www.gruenehaus.at

Ständige AUTOREN:



Chefredakteur
Wolf-Dieter
Altermiller



Prof. Hademar
Bankhofer



Hans
Hoehenegg



Dr. med.
Wolfgang
Schuhmayer



Rheumatologe
Dr. med.
Thomas
Schwingenschlögl

Fotoagentur: Shutterstock.com

Online-Redaktion: ClausiWorks, webmaster@gruenehaus.at

GESAMTHERSTELLER:

Eigenverlag Wolf-Dieter Altermiller, 2103 Langenzersdorf, Tuttenhofstraße 63. Erstellt auf Apple® mit Adobe InDesign CS® und Acrobat®

OFFENLEGUNG nach § 25 Mediengesetz

Medieninhaber: Wolf-Dieter Altermiller • **Unternehmensgegenstand:** Eigenverlag, Zeitschrift + Digitalmedien • **Sitz:** 2103 Langenzersdorf, Tuttenhofstr. 63 • **Richtung:** Unabhängige Berichterstattung über Themen zum geistigen und körperlichen Wohlbefinden • **Eigner der URL:** www.gruenehaus.at + www.gesundheitswelten.com + www.gesundheitswelten.at + www.prof.bankhofer.at



Scannen und mit dem Handy direkt ins Internet auf www.gruenehaus.at

FÜR IHRE LEBENSFREUDE IN DIESEM HEFT

Inhalt, Impressum, Offenlegung	2	Kuscheliges Boutiquehotel für einen Herbsttrip an den Wörthersee	20	Dr. Wolfgang Schuhmayer: Stallluft als Immuntraining	
Ham's scho'g'hört? Der Chefredakteur denkt...	3	Die schönste Alm Europas im Herbst genießen	21	Ökomedizin: DIE Depression existiert nicht!	38
Aus der Welt der Medizin		Fish'n Champagne: Erste Sardinien-Bar Tirols eröffnet im Zillertalerhof	22	ja ZUM ALTER	
<i>Impf-Thrombosen? / Grüner Star / Krebswissen / Blaulichtschaden? / Kinder und Lifestyle-Erkrankungen / Covid 19 / Schmerzerkennung Gehirn</i>	4	Gesund & glücklich mit Prof. Hademar Bankhofer		Versorgt und in Gesellschaft bleiben	40
Schmerzfrei mit Dr. Thomas Schwingenschlögl		Wieder Experte bei Schau TV + Bankhofers großer Weintrauben-Report + Das sollten Sie wissen: Bankhofer informiert über Blattsalat, Gemüse, Weißmehl, Milch, schnelle Tipps für Frühstücks-Muffel	23	Das ABC zur Abwehrstärkung	41
Empfindlich gegen Histamine?		Was tun gegen zu hohe Blutfettwerte in Herbst und Winter?	26	Barrierefrei Urlaub genießen	41
Volksleiden Schilddrüsenüberfunktion	6	WINTERMÄRCHEN FÜR ALLE!		Letzte Ruhe in der Natur: Wandel in der Bestattungskultur	42
Faktencheck Vitamin D	8	SÜDTIROLER Wintermärchen im Hotel Schneeberg + Familien im Urlaubsglück	28	Entdecken Sie Ihren GRÜNEN DAUMEN!	
Land in Sicht		Kuscheln im Wald Spa	32	Blumenzwiebeln für den Frühling	44
Urlaubstage in der Heimat mit Dieter Altermiller Eidenberg + Egg	9	Kuschelwochen und Adventszeit	33	Der naturnahe Garten	45
DER (REISE-)HERBST IST BUNT		Inspirierend, unvergesslich: Ein Städtetrip in das imperiale Wien	34	Obstbäume im Herbst pflanzen	46
SÜDTIROL: Apfel- und Gourmetparadies		Seebad und Kaminfeuer: Prickelnde Wintertage am Millstätter See	35	Rosen richtig auf den Winter vorbereiten	47
Wiesenhof + Erstes Low Carb Hotel in Südtirol	12	Winter in aller Ruhe am Tiroler Achensee	36	Jahres-Schlussakkord im Garten	48
Neu im LARIMAR: Durchatmen und Kraft tanken mit der Sauerstoffkur	16	Privat „at it's best“ – Im eigenen Chalet an der Piste mitten im Naturresort PURADIES	37		
Zum „Herbsteln“ ins steirische Almenland: Das Naturhotel Bauernhofer zeigt eine neue Seite	17				
Goldener Wanderherbst mit Schneehaube in Tux-Finkenberg	18				
Von der Herbstsonne geküsst	19				



Gott mag in Frankreich dinieren – aber wir essen in Österreichs Gastronomie ebenfalls ganz ausgezeichnet und gesund!

Ihr nächstes **Das Grüne Haus** erscheint am **29. November 2021**

Grüne Haus