

Gegr. 1981  
www.gruenehaus.at

Die PREMIUM-Ausgabe erscheint alle 2 Monate als Printpaper

**VERLAG:**

Das Grüne Haus, A 2103 Langenzersdorf, Tuttenhofstr. 63, Tel./Fax: +43 2244 29237; verlag@gruenehaus.at www.gruenehaus.at  
Gültige Anzeigenpreisliste vom Januar 2013

**REDAKTION:**

redaktion@gruenehaus.at  
Chefredakteur & Herausgeber: Dieter Altermiller  
Reise: Hilde Stepan  
Wohlbefinden: Prof. Hademar Bankhofer; www.prof.bankhofer.at  
Besser Leben: Wolf D. Hoyer, Ing. Helmut Poigner  
Fotoagentur: Shutterstock.com

**Online-Redaktion:** ClausiWorks, webmaster@gruenehaus.at

**ABONNEMENT:**

Verlag Das Grüne Haus, 2103 Langenzersdorf, Tuttenhofstr. 63 verlag@gruenehaus.at  
ABO endet OHNE KÜNDIGUNG! Verlängerung durch neuerliche Einzahlung!

**GESAMTHERSTELLER:**

NÖ Pressehaus, Druck- und Verlagsges.m.b.H., 3100 St. Pölten, Gutenbergstr. 12  
Erstellt auf Apple® mit Adobe InDesign CS®

**BANKVERBINDUNG:** Raika Raabs, IBAN: AT823212700000006411  
BIC: RLNWATW1127

**P.b.b. Erscheinungsort** Langenzersdorf, Verlagspostamt 2103 Langenzersdorf, Nr. GZ 02Z030807 M

**AD Medien**  
Verlag Dieter Altermiller



sieben **gesundheits** *welten*






**VBV**

Vital Buch Verlag



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

# FÜR IHRE LEBENSFREUDE IN DIESEM HEFT

<b>Impressum</b>	träumen, hier erfüllt sich Ihr Traum	2	16	<b>Saisonbeginn auf der Riesneralm</b>	29
<b>Grillen ohne Bier – undenkbar</b>				<b>(Ent-)spannende Familien-Wellness in Lehmburg</b>	30
<b>Die Unzertrennlichen</b>		3		<b>Die natürliche Schönheit auffrischen beim Wellnessurlaub im Larimar</b>	30
<b>Kochen unter freiem Himmel</b>		4			
<b>Diabetes &amp; Bluthochdruck: Das stille Killerduo</b>		5	20		
<b>Bier-Reisen, Tafeln &amp; Weinkultur</b>		6			
<b>Fast Food ist gut</b>		8			
<b>Fruktose – ein einst gutes Image gänzlich dahin?</b>		8	23		
<b>Gourmetreise in die Obst- und Weinberge über Meran in Südtirol</b>		10			
<b>Die köstliche Küstenwelt Kroatiens in Funtana</b>		11			
 <b>Hilde Stepan: Im ****Hotel Alpenhof in Filzmoos trifft Gipfelglück auf Genussexplosion</b>		12			
<b>Berghof-Genusswoche: Pongauer Spezialitäten anders</b>		14			
<b>Sommergefühle in den Weinbergen</b>		15			
 <b>Dieter Altermiller: Rupertiwinkel: Ein Stück Bayern, wie vom Hergott selber g'schnitzt</b>					
Teil 1: Sollten Sie von einem schönen Sommer					
	<b>Schmerzfrei mit Dr. Thomas Schwingschlögl Die rheumatische Schulter</b>		23		
	<b>Das sind die 12 besten Hausmittel gegen Insektenstiche und Bisse</b>		25		
	<b>Hören mit der Haut</b>		26		
	<b>Heilige Wasser. Heilende Wasser</b>		28		
	<b>Spannender Wanderurlaub für die ganze Familie</b>		29		
	<b>Diese Ausgabe enthält bezahlte Produktplatzierungen:</b>				
	Grillsaison mit Outdoorchef und Thomy / boso macht das Smartphone zum Blutdruckcoach! / Santa Maria, Taco / Inzersdorfer Kinderaufstriche / Bonbonmeister® Kaiser / coco aloha – Milchgenuss aus Kokosnuss / Bullrich Basisches Badesalz / Kronenöl aus Raps				

**Wir von Das Grüne Haus wünschen Ihnen einen wunderschönen und erholsamen Sommer – wo immer Sie sich wohlfühlen mögen!**

**Ihr nächstes <sup>Das</sup> Grüne Haus Premium, erscheint am 20. August 2018**

Beim Fach-Zeitschriftenhändler mit dem Blauen Globus bestellen Sie Ihr Gesundheitsmagazin **Grüne Haus**



**PRESSE**

**Das große Glück des schöner Lebens**