

**FREUEN SIE SICH AUF DIESE THEMEN**  
*im nächsten Heft*



**Das neue plus Magazin - ab 5. Januar im Handel**



**FÜR SIE GETESTET**  
Wie gut sind die neuen Gesichtscremes?



# Glück tanken

*Sonnenlicht tut uns gut - gerade im Winter. Wie Licht gesund macht und mit welchen Lampen wir zu Hause nachhelfen können*

## Schatz der Erinnerung

Für die Enkel oder als richtiges Buch: Nur Mut, es ist gar nicht schwer, die eigene Geschichte aufzuschreiben



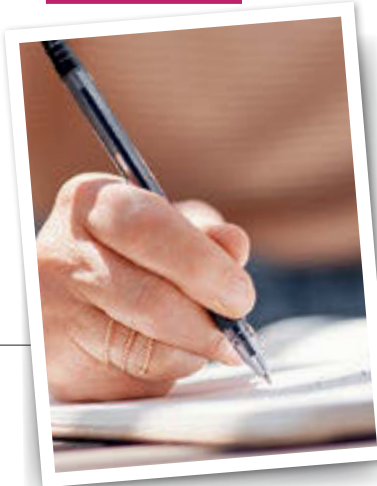
## Grüße aus Fernost

Frisches Gemüse, dazu raffinierte Gewürze und Kräuter: Freuen Sie sich auf diese Rezepte!



## Die Lunge stärken

Wieder frei atmen: Welche Therapien bei Asthma und anderen Erkrankungen helfen



**plus EXTRA-HEFT**  
**Geld&Recht**  
**STEUER-ERKLÄRUNG**  
Fertig in wenigen Minuten  
**MEHR RENTE**  
Abschläge reduzieren  
**KONTO SCHÜTZEN**  
Neue Tricks der Betrüger

**+24**  
Seiten

**LIEBE**  
Verliebt, verlobt, verheiratet: Mit 50 plus!

**VITAMINE**  
Fertig-Säfte: So gesund wie frisch gepresst?

**AUSSERDEM IM FEBRUAR** · Bergdoktor: Schauspieler Hans Sigl im Interview · Mode: Dessous mit Spitze · Reise: Porzellan-Manufakturen in Thüringen · Lieblingssport: Gymnastik · Hafer: So gesund für den Darm · Kreativ: Neue Ideen zum Handarbeiten