

11

Essen und Trinken bei Hitze



18

Krafttraining - wichtig
in jedem Alter



Fotos: www.stock.adobe.com / tan4ikk, pilippphoto, Viacheslav Iakobchuk, akf

MEIN TAG

6 News

TITEL

8 **Sommer I: Wespe, Biene, Mücke & Co.**
Die besten Tipps gegen Insektenstiche

MEIN RAT

11 **Sommer II**
Essen und Trinken bei Hitze

MEINE MEDIZIN

12 **Sommer III**
Coole Tipps für heiße Tage

14 **Hautpilz**
Wie Sie ihn verhindern und behandeln

16 **Prostata**
Alle Mann zur Vorsorge!

MEINE BALANCE

18 **Wozu Krafttraining?**
Interview mit Prof. Dr. Ingo Froböse

20 **Milchersatz**
Es geht auch ohne Kuh

MEINE FAMILIE

22 **Der richtige Schulranzen**
Worauf man beim Kauf achten sollte

MEIN GEWINNSPIEL

24 Rätseln & Kurzurlaub gewinnen / Impressum

MEIN TV-PROGRAMM

27 Fernsehen im August