

## Bitte kein Fleisch

**Veggie  
Hotels**  
Kontaktperson: Ingrid Hübner

O bwohl sich immer mehr Menschen dazu entschließen, vegetarisch oder sogar vegan zu leben, ist es gerade auf Reisen nicht immer einfach, Hotels zu finden,

die auf Gäste mit diesen Bedürfnissen eingestellt sind. Auf der Internetseite [www.veggie-hotels.de](http://www.veggie-hotels.de) können Urlauber entsprechende Unterkünfte auf der ganzen Welt finden, die sich speziell auf Reisende mit einem fleischlosen Ernährungsplan eingestellt haben. Weltweit listet die Suchmaschine bisher etwa 250 Hotels und Pensionen in 40 Ländern.

**VeggieHotels**  
www.veggie-hotels.de



## Nachhaltig wohnen

M it dem „Scandic Hotel Emporio“ kommt ein Stück neue, skandinavische Hotel-Kultur nach Hamburg, denn aktiver Umweltschutz wird hier groß geschrieben. Die 325 Eco-Zimmer haben einen hohen ökologischen Standard und der Energiebedarf wird ausschließlich mit Ökostrom von Greenpeace Energy gedeckt. Und auch im Restaurant werden hauptsächlich

Fairtrade-zertifizierte und lokale Zutaten verarbeitet.  
[www.scandichotels.de/hamburg](http://www.scandichotels.de/hamburg)



**neues für die Frau**  
10.10. Oktober 2012 4,90 €

**Die Schneller-Schlank-Diät**  
Viel Vitamin C, Q 10 und ganz wenig Kalorien

**Wake-up-Stars**  
Erfrischende Mavv-Tipps für die Morgen

**Böser Streit mit den Nachbarn?**

**Lust auf Leder**  
Klassisch, sexy, edel  
Plus: Romantische Looks

**Reportage: Antiqua-Welle - Roman nach Emporium**

**Der lange Weg zu innerem Frieden**  
Schmerz, Angst, Lüge

**Wie Hypnose helfen kann**

**So rettete ich Nanny vor der Tiernafia**  
Muscle-Happy-Kind

**Kulinarische ASIA-GENÜSSE**  
Curry, Toppin, Noh-Gemüse

**Psycho-Test: Sind wir alle ganz anders?**

**Das ist eine gute Frage über... Das große Glück im Alter!**

**Warum Frauen „Bad-Boys“ lieben**

**Das ist eine gute Frage über... Das große Glück im Alter!**

für die Wellness-Programme, Yoga-Party und vielem mehr!  
[www.schloss-rheinfels.de](http://www.schloss-rheinfels.de)

## Fastenkur mit Kultur

F asten-Urlaub verbinden die meisten sofort mit einem Kurhaus irgendwo auf dem Land. Das muss aber nicht sein! Im Bio-Designhotel „Almodóvar Hotel“ im trendigen Berliner Stadtteil Friedrichshain erwartet die Teilnehmer ein völlig neues Programm: Fasten und Kultur. Die Tage vergehen wie im Flug – denn man entdeckt mit einer Gruppe Gleichgesinnter die kulturellen Schätze Berlins und fördert gleichzeitig seine Gesundheit. Die Kur umfasst den klassischen einleitenden Entlastungstag mit Obst oder Rohkost, 5 Fastentage und den letzten Tag des Fastenbrechens.  
[www.almodovarhotel.de](http://www.almodovarhotel.de)

