

Nr 5 2019 69,90 KR, 79,90 NOK, 7,90 EUR

nära

Allt för **DITT INRE**
välbefinnande

Lär dig
**medveten
andning**

Nyhet!

**Kinesisk
Xin Ping-
metod**

kan hela fysiska smärtor

Vinn biljett!

**BYRON
KATIE**

på Sverige-besök

Zonterapi
att göra själv



**PIERRE, BENNY
& ANNA-LENA**

Våra medier
ger dig svar

Sah lär världsartister

MEDITERA

Stapla stenar och finn

harmonii



TIDSAM 419-05



7 388 441 906 994

Returvecka 25

Nr 5 2019 69,90 KR, 79,90 NOK, 7,90 EUR nära Ditt välbefinnande i vardagen