



Andrea Haselmayr
Denise Rosenberger
Mit Fotografien von Lukas Lorenz

When two become one

Stärke und nähre deine Fruchtbarkeit.
Rezepte, Yoga und Kräuter

ISBN 978-3-7106-0553-6
35,- €
Format 19,5 × 24,5 cm
256 Seiten, 150 Abbildungen
Hardcover

30. August 2021

Pressekontakt

Friederike Harr & Anna Klaus
presse@brandstaetterverlag.com
T ++43-(1)-5121543-252
www.brandstaetterverlag.com

Neues schaffen, kreativ sein, sich hingeben: Motiviert durch ihre eigenen Biografien, in der nicht immer alles nach Plan lief, zeigen Andrea Haselmayr und Denise Rosenberger wie Fruchtbarkeit mit allen Sinnen gelebt werden kann. Als mittlerweile glückliche Mütter wollen sie dieses Wissen teilen: mit Frauen, Männern und Paaren.

Gemeinsam mit einer Gynäkologin und Kinderwunsch-Expertin zeigen sie, wie Selbstliebe sowie gegenseitige Wertschätzung und wie verbindend lustvolle Verschmelzung in Kombination mit kulinarischem Genuss gelingen kann. Denn viele rein pflanzliche Lebensmittel schmecken nicht nur gut, sondern stärken auch die Fruchtbarkeit.

Das Buch ist nicht nur ein Kochbuch, sondern auch ein Reisebegleiter für den persönlichen Kinderwunsch: mit genussvollen und sinnlichen Rezeptkreationen, wirkungsvollen Yogaübungen und effektiven Heilkräuteranwendungen.

Rein pflanzliche Rezepte für die natürliche Familienplanung

Mit wissenschaftlich fundierten Tipps und Lebensmitteln die Fruchtbarkeit steigern

Sinnliche Rituale für sie & ihn, pflanzliche Hormone, Heilkräuter & Yoga Asanas

Die Autor/innen

Andrea Haselmayr ist eine leidenschaftliche Frau mit Tiefgang, die nur so vor Energie strotzt. Sie beschäftigt sich mit gesunder Ernährung, Heilkräutern und nachhaltigem Handeln im Alltag.

Denise Rosenberger ist Yogalehrerin, Doula und Frauenheilkunderin. Ihr Unternehmen loveyoga.at ist spezialisiert auf Yoga für Frauen, Partner und Yogatherapie. Ihr Wissen über kraftvolle Frauenkräuter lässt sie in ihre Rezepte miteinfließen.