

Presseinformation

Vera Cordes

Ich hätte da was für Sie Meine besten Tipps, selbst erprobt

Umfang: 168 Seiten mit ca. 50 Zeichnungen

Format: 13,3 x 18,8 cm, Hardcover

Preis: 17,99 € (DE) / 18,90 € (AT) / 25,90 SFr (CH)

ISBN: 978-3-8338-7972-2

Erscheinungsdatum: August 2021

 Auch als
eBook
erhältlich.



Geniales Infotainment von Deutschlands bekanntester TV-Gesundheitsmoderatorin

Vera Cordes ist seit mehr als 20 Jahren das Gesicht des erfolgreichen Gesundheitsmagazins VISITE im NDR-Fernsehen.

Sie weiß: Bevor bei Beschwerden und Erkrankungen sämtliche Register der modernen Medizin gezogen werden, gibt es fast immer weniger belastende Maßnahmen zur Selbstbehandlung – einfach durchzuführen, hoch effektiv und oft ungewöhnlich. So kann ein kleiner Trick mit dem Bauchnabel heftige Rückenschmerzen lindern. In **Ich hätte da was für Sie** gibt es dafür die genaue Anleitung.

Ob Beschwerden aufgrund von Arthrose, Fersensporn, Schwindel oder trockenen Augen – Vera Cordes hat in **Ich hätte da was für Sie** ihre selbsterprobten Top-Tipps aus Interviews mit Expertinnen und Experten zusammengestellt.

Ihr "Best of" hilft aber auch beim Gesundbleiben. Warum Essen vom Vortag oft gesünder ist und weshalb wir geistig fitter bleiben, wenn wir im Alltag Fehler machen, das sind nur zwei von zahlreichen Anregungen, die bei jedem Herz und Hirn, Laune und Lebensqualität verbessern können. Mit **Ich hätte da was für Sie** reicht Vera Cordes ihre persönlichen Gesundheitstipps liebend gern an Sie weiter.

- authentisch, sympathisch, informativ: Vera Cordes verrät ihre besten Gesundheitstipps
- Expertise zu den Themen: körperliche Beschwerden, Kopf & Seele und Prävention & Wissen
- einfache Tipps für den Alltag anwendbar



Vera Cordes studierte Germanistik, Pädagogik und Sportwissenschaften und absolvierte im Anschluss die Axel-Springer-Journalistenschule. Die vielseitige Journalistin schrieb früh für Printmedien, war als Fernsehreporterin unterwegs und arbeitete als Nachrichtenredakteurin im Hörfunk. 1990 stieg sie beim Fernsehsender RTL Nord als Redakteurin, Moderatorin und spätere Nachrichtenchefin ein. Ihre berufliche Bestimmung fand sie 1998 mit dem Wechsel zum Gesundheitsmagazin Visite im NDR Fernsehen. Seither ist Vera Cordes das Gesicht der Sendung, moderierte fast 1000 Ausgaben und interviewte mehr als doppelt so viele Medizinerinnen und -experten - vor und hinter der Kamera. Auch als Gastgeberin des NDR Abendmagazins „DAS!“ kam sie zum Einsatz. Vera Cordes wurde mehrfach für ihre Arbeit ausgezeichnet, ist ehrenamtliches Vorstandsmitglied der Deutschen Herzstiftung und engagiert sich in sozialen Projekten