

Bild der Frau

Die Nr. 1 bei Frauen

Keine Chance für Winterpfunde

Die 9 besten Fatburner

Von Apfel-Snack bis Ingwer-Bad s. 52



S. 34

Dirty Dancing!

50 Musical-Karten zu gewinnen

„Es funkte unterm Tannenbaum“

Katja & Frank verliebten sich am Heiligen Abend s. 30

Jede 2. Frau kennt das Problem - jetzt gibt's Hilfe!

„Endlich wachsen meine Haare

wieder“

12 Therapien im Experten-Check s. 56



Mehr Glamour, bitte!

Kleider, Schuhe & Accessoires s. 12



„Meine Firma ist ein Erfolg - auch ohne TV-Löwen“
5 Gründerinnen & ihre tolle Geschäftsidee s. 40

Das Mama-Tochter-Wunder
„Wir geben uns Kraft - und so schnell nicht auf“
Heike (45) und Kim (21) haben MS s. 72



Von Espresso bis Schonwäsche
11 Strom-Spar-Tipps, die überraschen
s. 6

Geniales Gulasch

z. B. im Brotmantel s. 74



Rock-Legende **Peter Maffay**
über Kinderlachen, Texthänger und die Liebe s. 28



„The Voice“-Star **Samu Haber**
Mein Herz war schon

Für die schönsten Augenblicke

Wimpern in Top-Form

Länger, voller und geschwungener sollen sie sein. Dafür sorgen Wuchs-Seren, clevere Helfer und einfache Tricks



Verlängern

Während ihrer um 100 Lebenstage werden Wimpern bis zu 12 mm lang. Wem das nicht reicht, fördert den Wuchs mit speziellen Wimpern-Seren (z. B. von Cilamour, um 109 €). Natürliche und vegane Extrakte, z. B. aus Rotem Klee verlängern die Wachstumsphase, Biotin und Zink stärken die Härchen. 1- bis 2-mal täglich wie einen Lidstrich am Wimpern-Ansatz aufpinseln – auch unten! Wichtig: konsequent 3 Monate auftragen, sichtbare Erfolge frühestens nach 4 Wochen



Brauen verdichten

Volle Augenbrauen sind Trend! Wer hier mehr Dichte wünscht, hilft mit Spezialseren nach. Morgens und/oder abends vor der Pflege auf die trockenen und sauberen Brauen pinseln. Kurz einziehen lassen, dann erst schminken

Nicht ohne Mascara

Erst der Wimpernkranz macht unsere Augen zu zwei Sternen. Über 80 % der Frauen nutzen darum täglich Mascara, und immer mehr lassen sich zusätzliche Härchen (Lash-Extensions) einkleben oder setzen auf Wimpernwuchs-Seren



Schwung geben

Am schönsten sind sie mit Schwung nach oben (öffnet den Blick!): Zange mit Föhn erwärmen, ansetzen, vorsichtig biegen. Erst jetzt tuschen, damit die Härchen nicht brechen



Fülle tricksen

Bevor die Mascara zum Einsatz kommt, Transparentpuder auf die Wimpernstäuben. Lässt sie dichter erscheinen, die Tusche haftet besser

Extra-Tipp



Abschminken

Vorm Auftragen des Wimpernserums gründlich mit einem ölfreien Make-up-Entferner abschminken. Nur wenn Haut und Härchen ölfrei sind, können die Wirkstoffe eindringen

Feine Experten



- 1 Nachzeichnen & stylen: Brow Gel & Brush Duo, bareMinerals um 26 €.
- 2 Volumig tuschen: Mascara, Cilamour um 29 €.
- 3 Brauen züchten: Brow Serum, Cilamour um 109 €.
- 4 Ölfrei reinigen: Mild Eye Make-up Remover, IsaDora um 10 €.
- 5 Lidstrich & Wimpernpflege: Eyeliner med, medipharma cosmetics, um 30 €.
- 6 Wimpern verdichten & verlängern: Lash Extender II, Divadermine um 35 €