

Bauer Media Group
**BEST
SELLER**

NR. 38 • 9. SEPTEMBER 2020

DEUTSCHLAND € 1,39 Österreich € 1,59; Schweiz sfr 2,75; B/LUX € 1,70; NL € 1,90;
F/V/E/P (cont.) € 2,00; GR/Kanaren € 2,20; Slowenien € 2,00; HU Ft 690; DK 17,95 DKK



Laura

Laura



Mit Oreo & Co.

**Knusprige
Keks-Kuchen** s. 22

4 Seiten Mode-EXTRA



**Das tragen
wir im Herbst**

→ Die neuen
Jacken

→ Stylings im
Lagen-Look



TOP-THEMA

„Wir verdienen zu wenig!“
Was Pflegekräfte alles leisten s. 6

AKTUELL

Tödliche Selfies
Der Hype um das
perfekte Handy-Foto s. 34

Herzklopf-Stories



**Bäuerin
aus
Liebe**

s. 58

Von Energie-Push
bis innere Ruhe
**So hilft die
Duft-Apotheke**
s. 62



Zart trifft hart

**Wohn-Trend
Samt & Metall**

s. 36

**Tschüss,
Sommer-Pfündchen**
Mit der Fatburner-Suppe
klappt's



**Schlank
über Nacht**

s. 56

**Gesunde Zähne
ein Leben lang**
So wichtig ist die
richtige Zahnpasta s. 66

PSYCHOLOGIE
Tut nicht gut? Schluss damit!
**Besser aus verfahrenen
Situationen finden** s. 70

**„Mein Mann hat noch
eine zweite Familie“**
Wie lebt man mit
diesem Schock? s. 14



Natur-Report
**Süße
Eichhörnchen-
Abenteuer** s. 20

Sanft peelen

Weil sich Hautzellen alle vier Wochen erneuern und dann bereits abgestorbene Schüppchen lose auf der oberen Hornschicht liegen, kann der Nach-Urlaubs-Teint fahl und fleckig wirken. Ein Peeling mit feinen Jojoba-Kügelchen löst diese Verhornungen, ohne die Bräune vorzeitig abzuschmirgeln.



- 1 Körperpeeling mit Wassermelonen-Duft: „Exfoliating Cubes Watermelon“, Sunday Rain, ca. 9 € (über www.asos.de)
- 2 Peelt das Gesicht extrasanft mit Jojoba: „The UnScrub“, Paula's Choice, ca. 29 €



Anna Ewers (27)
Into the Wild:
 Das deutsche Model betont seine Bräune mit einem luftigen Zebra-Kleid von H & M

Feuchtigkeit spenden

Der Bronzeschimmer hält länger, wenn wir die Haut mit ausreichend Feuchtigkeit versorgen, die sie zart und geschmeidig macht. Lotions mit Hyaluronsäure und Aloe vera füllen die Wasserspeicher im Nu wieder auf. Den größten Durst stillen dabei konzentrierte Seren, Masken und Kuren.



- 1 Feuchtigkeitsspendende und glättende Gel-Maske: „Calendula & Aloe Soothing Hydration Masque“, Kiehl's, ca. 23 €
- 2 Erfrischende Ampulle mit leichtem Goldschimmer: „Fresh & Glow Ampoule“, La Mer, 7 Stück, ca. 30 €

So hält die Sommerbräune

Mit sonnengeküsster Haut fühlen wir uns einfach strahlend schön! Die drei besten Tipps, wie der Bronze-Schimmer noch lange bleibt

Farbe intensivieren

Warst du etwa gerade im Urlaub? Damit wir diese Frage auch im Herbst noch hören, helfen wir gern etwas nach: Dezent getönte Cremes und Puder mit lichtreflektierenden Perlmutterpartikeln unterstreichen die Bräune und lassen die Haut leuchten. Bodylotions mit Selbstbräuner-Anteil pflegen und halten die Tönung noch etwas länger.



- 1 Gesichtsscreme mit kupferfarbenen Pigmenten: „Babe Balm Bronze“, Bybi, ca. 17 €
- 2 Mit subtilen Glitzer-Partikeln: „Bodylotion Glow“, Balea, ca. 3 €
- 3 Pflegt mit Aloe vera und Kokosöl: „Feuchtigkeitslotion mit Bräunungseffekt“, Revitasun, ca. 30 €