

Bild der Frau

Die Nr. 1 - zuverlässig gut

Natur-Kraft fürs Immunsystem Jetzt richtig waldbaden

Erste deutsche Studie: Wann, welche Bäume, wie

Es ist nie zu spät!
3 Mutmach-Frauen
z. B. Anca: Radfahren
gelernt mit 37

KNUSPRIG &
CREMIG
**Neue
Streuselkuchen**
Mit Skyr, Quark &
viel Frucht

Mamma mia,
wie lecker!
**Schnelle
Rezepte aus
Italien**

Wirklich gesund?
**Doc Fleck
checkt
Trend-
Lebensmittel**
Von Whey bis Tempeh



CORONA Soll ich mein
Kind impfen lassen?
Das raten 3 Top-Ärztinnen

Ferien- & Flirt-Psychologie
Was sein Lieblings-Buch verrät

Make-up-Beratung
So finden Sie Ihren Farb-Typ

SENSATIONELL! 4 Gläser am Morgen

Der japanische Wassertrick

... spült Kilos einfach weg

„Nur auf
die Temperatur
muss ich
achten“



Leicht & lässig
**Die schönsten
Sommer-
Hosen**



Raus aus der Krise
Sänger
Gil Ofarim
„Mein Achterbahn-
Leben“

EXKLUSIV TV-Star

Kai Pflaume
BILD der FRAU
trainierte mit!
Auf Fitness-Tour
durch Deutschland



Anzüge **Himmelblaue** **LÄSSIGKEIT**

Best-Ager-Model und Influencerin Petra van Bremen setzt bei sommerlichen Temperaturen auf bequeme Weite und helle Töne mit Silber-Accessoires. Ideal für den Feierabend-Drink mit der besten Freundin

▼ Anzug aus leicht schimmerndem Viskose-Leinen-Mix mit schlichtem T-Shirt darunter
Blazer: ab 179,95 €, Hose: ab 149,95 €, beides Gr. 34-48, Madeleine

Und so stylt man den Look:

► **Sonnenschutz und Durchblick zugleich**
Brille: 129,95 €, Madeleine



▼ **Ton in Ton zum Outfit**
Sandaletten aus Velours: um 119 €, Gr. 35-41, Unisa



▲ **Silber macht den Look cool**
Gürtel: 129,95 €, Leder-Shopper: 229,95 €, beides Madeleine



Fotos: Suzana Hotzgrawe/CT, Hersteller

„Für eine **natürlich strahlend glatte Haut** habe ich **dermatologes® wellAging** für mich entdeckt“

- Holmel®, ein Spezialextrakt aus einer Cantaloupe-Melonenart schützt die Haut von innen vor schädlichen UV-Einflüssen, Alterungsprozessen und Faltenbildung!
- Lipowheat™, ein glutenfreier Weizen-Extrakt mit Phyto-Ceramiden erhöht Feuchtigkeit®, Dichte® und Elastizität für eine strahlend glatte Haut
- Erste sichtbare Ergebnisse schon nach vier Wochen
- Rein pflanzliche DuoCap-Technologie, nur 1 Kapsel am Tag



www.dermatoLoges.de

vegan

ohne tierische Bestandteile



Anja Kling,
Schauspielerin
und Autorin

Erhältlich in allen Apotheken in Deutschland und Österreich

Holmel® und Lipowheat™ sind eingetragene Marken der Robert Group, Frankreich.
Egoumenides L et al., Nutrients 2018, 10, 437. *Bolin S et al., J Cosmet Dermatol, 2018;18(5):2027-2036. †Study Report, Gredeco 2016, data on file.

Dr. Loges 
Naturheilkunde neu entdecken

LACK-HITS

Zarte Pastelle

→ Köstlich, diese frischen Sorbet-Töne für die Nägel: Mint, helles Flieder, Rosé, Himmelblau, Gelb. Leider verzeihen helle Töne beim Lackieren keine Patzer.

Tipp: Nägel vorher kurz in Essigwasser tauchen, dann sind sie fettfrei und der Lack wird gleichmäßiger. Dann mit einer Schicht weißem Lack grundieren, das verstärkt die Pastell-Töne.



Von links nach rechts: alessandra Meet The Sweets unicorn cake, um 5 €; got2b Nail Polish Lavender, um 3 €; Rival De Loop Soft Neon 05, um 2,50 €; Hypo-Allergenic Long Lasting Nail Enamel 29, um 4,50 €

Aufgefallen

DIE TASCHЕ für jede Lebenslage

→ Da passt nun wirklich alles rein: ob Strandlaken oder das Paar Ersatzschuhe fürs Büro. Der gestreifte Hobo-Beutel mit den Giga-Maßen 75 x 70 cm ist ein Blickfang, dazu in Äthiopien handgemacht und aus reiner Baumwolle. 129 €, Abury.net



HAARPFLEGE

Maßgeschneidert für die Menopause

→ Auch das Haar kommt in die Wechseljahre, wird grauer, dünner, trockener ... Die „Meno Balance Revitalize & Soothe“-Linie von hair biology ist speziell für Haar und Kopfhaut in dieser Lebensphase entwickelt worden und geht mit Nährstoffen wie z. B. Provitamin B5 auf die speziellen Bedürfnisse ein.

Shampoo, Spülung und Maske je um 5 €, Leave-in-Pflegeserum-Spray um 10 €



NEU

Augenpflege zum Sprühen

→ Genau richtig für heiße Tage: Pfff - und die Augenpartie ist wieder frisch! Sogar übers Make-up lässt sich **JUVENA Radiance Eye Care** aufsprühen und anstrengende Bildschirm-Stunden, Knitterfältchen und Müdigkeit sind vergessen. U.a. mit Moringa-Extrakt, Mineralien, Tamarindenbaum-Extrakt und Hyaluron. Um 60 €



BIO·H·TIN

Für Haare voller

Wow!

NEU
in Ihrer
Apotheke!



Damit dünner werdendes und kraftloses Haar nicht zur Sorge wird:

- BIO·H·TIN[®] Hair Essentials sichert die Grundversorgung der Haarwurzel und unterstützt das gesunde Haarwachstum von innen heraus
- Mit essentiellen Mikronährstoffen und wichtigen Spurenelementen
- Nur eine kleine Kapsel täglich

#lebensfreudewachsenlassen