

Maxi

Maxi

LESELUST

MIT DIESEN
BÜCHERN
WIRD'S
GEMÜTLICH

Im Reinen mit mir selbst

Die eigenen
Grenzen kennen
– und setzen

ER IST DER RICHTIGE!

Der ultimative
Lippenstift-
Guide

VOLL IM TREND

Interior-
Inspiration
für die
Drinnen-
Saison

ONLY GOOD
VIBES

99 TIPPS

gegen den
Herbstblues

Serienheldinnen
und ihre
Stylingtricks

AND JUST LIKE THAT,
SUCCESSION,
WHITE LOTUS

SO BIN ICH WIRKLICH

Freundin, Partnerin, Tochter – wie wir von
unseren Lebens-Rollen geprägt werden
trotzdem unser wahres Ich finden

November 2023
Deutschland € 3,10
Österreich € 3,50
Schweiz SFR 5,90



4 190834 503108



Mit dem Duft der „Nivea Creme“ verbinde ich jede Menge Kindheitserinnerungen. Allein aus Nostalgiegründen habe ich immer eine Dose zu Hause. In der Regenbogen-Limited-Edition ist die jetzt noch schöner: mit der Message für mehr Miteinander, voller Vertrauen und Toleranz, Akzeptanz und Offenheit. Von Nivea, 1,99 Euro



MEINE TOP SIEBEN

Was auf der **Wunschliste** von Beauty-Leitung Josephine Rath ganz oben steht, verrät sie jeden Monat hier



Wenn es um Beauty geht, bin ich gern ein Nerd! Da packe ich meine Brille aus und fuchse mich in alle Inhaltsstoffe rein ... Meine neueste Feldstudie: kollagenstärkende Kupferionen und Niacinamid. Das Power-Duo ist nachweislich an vielen

biochemischen Reaktionen der Haut beteiligt – es stärkt die Hautbarriere, wirkt pigmentaufhellend, porenverfeinernd und talg-regulierend. Enthalten im: „(13) Niacin Serum 20%“ von Prof. Dr. Steinkraus, 98 Euro



Gerade wenn es draußen kälter wird, verlangt meine Haut auch tagsüber zwischendurch nach einem Pflege-Boost.

Anstatt nachzucremen, setze ich auf „The Expectational Vitamin C Booster“, der durch seine besondere Technologie den ganzen Tag lang Wirkstoffe in Mikrodosis an die Haut abgibt. 4-Wochen-Kur von Noble Panacea, 164 Euro.



Haarewaschen muss bei mir immer schnell gehen – trotzdem darf eine feuchtigkeitsspendende Pflege nicht fehlen! Für weiche Längen, Glanz und gute Kämmbarkeit verwende ich die „Seide Natural Hair Care Intensiv-Sprühpflege“ – ein Natural Oil Complex mit Pracaxi-Öl und Mandelöl. Die glättet die Haaroberfläche, ohne zu beschweren, und beruhigt die Kopfhaut. Von Annemarie Börlind, 14,95 Euro



Zähneputzen ist für mich eher leidige Pflicht als strahlendes Vergnügen. Egal was ich auch ausprobiere – der Geschmack im Mund nach dem Schrubben ist einfach alles andere als mein Ding. Mit der „iO Series 10 Zahnbürste“ kann ich mich mental zumindest ein bisschen austricksen, denn die Zahnbürste lächelt mir im wahrsten Sinne des Wortes immer freundlich zu und die smarte App-basierte KI hilft beim Durchhalten. Von Oral-B, 319,99 Euro

Seit ich (Working-) Mom bin, brauche ich jeden Tag eine extra Portion Koffein – aus der Tasse und aus dem Tiegel. Für den extra Frischekick gern beides eisgekühlt: Den Kaffee on Ice und die Augencreme direkt aus dem Kühlschrank. Neben dem Gemüse lagere ich aktuell auch die „Beauty Naturals Augencreme“ (von M. Asam, 19,99 Euro über mueller.de) – mit einem Mix aus nachwachsenden marinen Rohstoffen, Bio-Koffein und Bio-Arganbutter, der für weniger Falten und ein optisches Lifting des Oberlids sorgt.



Als Teenager ging bei mir in Sachen Make-up gar nichts ohne Mood-Lipsticks, die sich je nach Stimmung eingefärbt haben. Jetzt sind sie endlich zurück! Der glänzende „Color Booster Lip Balm“ hat selbstverfärbende Pigmente, die sich dem pH-Wert der Lippen anpassen und sie dezent färbt. Und: Das enthaltene Aprikosen- und Pfirsichöl schützt vor Feuchtigkeitsverlust. Von Artdeco, 9,95 Euro





Maxi

35
JAHRE

DAS
GROSSE
BEAUTY-
HOROSKOP
2022

HÖR
MIR ZU!

Wie wir mit
Stimmcoaching
an unsere Ziele
kommen

35

TREND-
ACCESSOIRES
FÜR EINEN
WOW-WINTER

FEELGOOD-
FEMINISMUS

Hat Femwashing
auch etwas Gutes?

LOVE-REPORT

WIE LIEBEN WIR
MIT 25, 35, 45?

Drei Frauen verraten es!

+ MEGA
GEBURTSTAGS-
VERLOSUNG

35 ERKENNTNISSE
ÜBER DAS LEBEN

Für eine glückliche und entspannte Zukunft

Januar/Februar 2022
Deutschland € 3,10
Österreich € 3,50
Schweiz SFr 5,90



BEAUTY-ORAKEL

WIE STEHEN IHRE STERNE FÜR 2022?

Vergessen Sie „Neues Jahr, neues Glück“! Nehmen Sie Ihr Schicksal lieber selbst in die Hand und sorgen für **einen neuen Beauty-Look**. Die Sterne sagen schließlich einiges über Ihre Beauty-Gewohnheiten aus ...

TEXT JOSEPHINE RATH

Juhu, 2022 erwartet Sie ein Jupiterjahr! Das war zuletzt 2015 der Fall. Denken Sie also mal ganz scharf nach, welchen Look Sie damals getragen haben, denn jetzt könnte genau die richtige Zeit sein, um diesen zu reaktivieren. Der Jupiter gilt übrigens als Glücksplanet. Mit ihm hält das neue Jahr jede Menge Erfolge, positive Überraschungen und glückliche Zufälle bereit. Die beste Zeit also für neue Wagnisse – und Selbstreflexion! Wie wäre es etwa mit einer neuen Frisur? Oder einer neuen Sportart oder Selfcare-Routine? Was am besten zu Ihnen passt, verrät Ihr ganz persönliches Beauty-Horoskop auf den nächsten Seiten ...





WAAGE

24. September bis 23. Oktober

Schönheit: Für Sie ist die Zeit zum Träumen (und Verwirklichen) gekommen! Endlich haben Sie den nötigen Mut und das Vertrauen in sich und das Leben, um zu sich selbst zu stehen – mit allen scheinbaren Makeln und Macken. Sie lieben sich selbst, so wie Sie gerade sind. Und wenn Sie doch etwas stört, dann nehmen Sie es endlich in Angriff!

Well-being: Sie lieben es, Komplimente zu verteilen und anderen ein gutes Gefühl zu vermitteln. Vergessen Sie dabei jedoch nicht immer wieder sich selbst! Spiegelarbeit, bei der Sie liebevoll mit sich selbst sprechen, kann Ihnen ein ganz neues Lebensgefühl geben.

Fitness & Gesundheit: Innere Unruhe bringt Sie 2022 an Ihre psychischen und physischen Grenzen. Steuern Sie mit Meditation und ruhigeren Sportarten entgegen – Ihr Leben ist kein Sprint, sondern ein Langstreckenlauf! Haushalten Sie daher gut mit Ihren Kräften.

Für entspannte Haut „RosaMin Reinigungs-emulsion“ von Dermasence, 14,70 Euro, aus der Apotheke



Neues Ich entdecken „Kosmetikspiegel schwarz“ von Bloomingville, 44,90 Euro, über geliebtes-zuhause.de



SKORPION

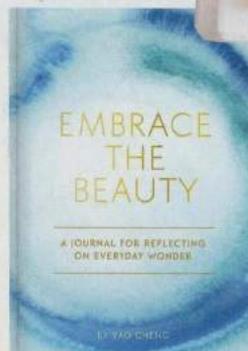
24. Oktober bis 22. November

Schönheit: Ihr Credo: ganz oder gar nicht! Das gilt auch, wenn Sie sich in einen der neuen Haartrends verliebt haben – oder keine Lust mehr auf die alten Zotteln haben. Das Selbstbewusstsein steht Ihnen! Vergessen Sie dabei aber Ihre Mitmenschen nicht, die Ihnen auch gern mal beratend zur Seite stehen möchten.

Well-being: Die Sterne sind genauso im Umbruch wie Sie. Schaffen Sie einen Gegenpol, indem Sie auf Altbewährtes zurückgreifen – wie Ihren Stammkosmetiksalon oder die Lieblings-Foundation. Der Kosmos verhilft Ihnen zu mehr Klarheit und Verbindung mit der eigenen Gefühlswelt. Hören Sie, was Ihre innere Stimme Ihnen zu sagen hat, und schreiben es etwa in einem Journal nieder.

Fitness & Gesundheit: Am besten können Sie mit dem Lauf der Dinge gehen, wenn Sie sich bewegen. Alles, was mit Laufen zu tun hat, tut Ihnen jetzt richtig gut und gibt Ihnen das Gefühl, auch im Leben voranzukommen.

Verlässlicher Klassiker „Double Wear Stay-in-Place Makeup“ von Estée Lauder, 45,95 Euro



Täglicher Begleiter „Embrace The Beauty Journal“ von Yao Chen, 15,95 Euro, über fruugo.de



SCHÜTZE

23. November bis 21. Dezember

Schönheit: Fünf Jahre der gleiche Look? Geht für Sie gar nicht! Sie lieben die Veränderung und werden auch bei den Beauty-Trends 2022 wieder alles mitnehmen, was geht. Ärgern Sie sich aber nicht, wenn nicht alles klappt, wie Sie es sich vorstellen. Gut Ding will auch in Sachen Schönheit Weile haben. Geben Sie Cremes und Co. daher ruhig mal etwas mehr Zeit, ihre Magie zu entfalten.

Well-being: Beim Thema Wohlbefinden sind Sie noch immer im Erkundungsmodus. Lassen Sie sich Zeit, herauszufinden, was Ihnen wirklich guttut. Vielleicht stellen Sie ja fest, dass das jeden Tag etwas anderes ist. Es fällt Ihnen jetzt viel leichter, auch mal vom Gas zu gehen!

Fitness & Gesundheit: Die Zehnerkarte vom Yogastudio liegt noch immer unangetastet rum? Verschenken Sie die! Schließen Sie mit Altem ab und suchen sich das, was gerade in diesem Moment zu Ihnen passt – selbst wenn es etwas Unverhofftes ist.

Doppelt gut „Hydra Care Lipstick“ von Artdeco, 13,95 Euro



Neu im Skincare-Regal „Vitamin C Concentrate“ von Prof. Steinkraus, 98 Euro, über steinkraus.com

Maxi

**„WOW,
WIE DIE
DAS ALLES
SCHAFFT!“**

So tricksen
wir das Zeit-
Energie-
Paradoxon
aus

30

**(SEXY) IDEEN
FÜR MEHR
ZWEISAMKEIT**

MODE-SPECIAL

ENDLICH FRÜHLING!

**Power-Looks für mehr Selbstbewusstsein + die schönsten
Trends der Saison – von New Romantic bis Lime-Grün**

**Kein
Grund
zur Panik!**

**Warum unsere
Seele stärker ist,
als wir denken**

**Mini-Aufwand,
Maxi-Effekt**

**Frisuren für einen
hairlichen Alltag**

**LIEBESBRIEF
AN OMA**

**Warum Großeltern
so wichtig für
uns sind – und es
immer bleiben**

April 2022
Deutschland € 3,10
Österreich € 3,50
Schweiz SFR 5,90



Klare Sache:
„Essential Cleansing
Radiance Tonic
Lotion“ von Douglas
Collection, 7,99 Euro

5



Um den Teint an die neue Spring-Routine zu gewöhnen: die leichteren Texturen für zwei Wochen zunächst nur tagsüber verwenden, am Abend weiterhin auf die Winter-Beauty-Typen setzen.

Frische-Treatment

Während bei klirrender Kälte eine reichhaltige und nachfettende Reinigungsmilch passt, braucht es im Frühling wieder leichte Texturen, die tiefenreinigen. Ein luftiger Reinigungsschaum oder ein Gesichtswasser klären die Poren und hinterlassen ein frisches Gefühl auf der Haut.



Reinigend:
„Kombucha
Cleansing
Treatment“ von
Fresh, 45 Euro



UV-Abwehr:
„Pinceau Solaire
Visage“ von
Mimitika,
17,50 Euro

6

Schutz

Juhu, endlich wieder draußen sein! Obacht: Auch bei den ersten wärmenden Sonnenstrahlen darf auf keinen Fall der Sonnenschutz fehlen, sonst bringt auch jede noch so teure Anti-Aging-Kur nichts. Gerade nach den Monaten in Dunkelheit ist die Haut superempfindlich!

Extraschutz:
„(10) Sun
Protect SPF
50+“ von Prof.
Dr. Steinkraus,
28 Euro



FRÜHLINGSFIT-DIYS

Drei schnelle Beauty-Rezepte zum Selbstmachen

Gesichtsmaske:

- 1 EL Honig
- 1 EL Olivenöl
- ½ TL Zimt

Alles vermischen, 15 Minuten ziehen lassen und anschließend im Gesicht vertellen. Danach mit lauwarmem Wasser abwaschen. Gut zu wissen: Zimt wirkt antimikrobiell und hilft, die Haut von Bakterien zu reinigen. Die Zimt-Honig-Kombi unterstützt besonders bei Akne!

Lippenpeeling:

- 1 TL Zucker
- 1 TL Honig
- 2 TL Kokosöl

Alle Zutaten miteinander vermischen und für 10 Minuten in den Kühlschrank stellen. Dann die Lippen damit abrubbeln und anschließend das weiche Gefühl genießen.

Haarmaske:

- ½ Avocado

Aloe Vera (1 Blatt oder aus der Tube)
Zutaten im Mixer zerkleinern und vom Haaransatz bis in die Spitzen einmassieren. Ein Baumwoll-T-Shirt um den Kopf wickeln und über Nacht einwirken lassen. Ausspülen und fertig sind die glänzenden Frühlingshaare!

8 GRAD

IST DIE MAGISCHE
TEMPERATURZAHL, AB
DER NICHT NUR IHR
KLEIDERSCHRANK,
SONDERN AUCH
IHR BEAUTY-REGAL
UMGERÄUMT WERDEN
SOLLTE