

Frau im Trend

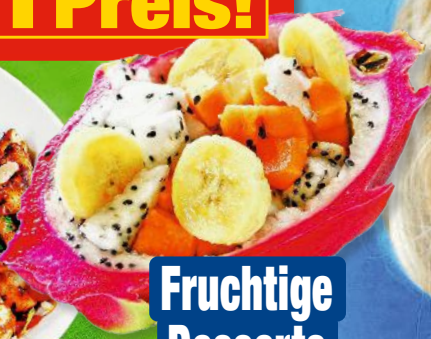
Mehr als **99** TIPPS

3 Hefte 1 Preis!



Würziges aus Asien

S. 32-35



Fruchtige Desserts

S. 44

Die Ernährungs-Docs zeigen, wie es geht

Wunschfigur dank Detox

S. 16-18

In **5 Tagen** **2 Pfund** weg



- Deutschland 1,49 €
- Österreich 1,60 €
- Schweiz 2,80 sfr
- Belgien 1,80 €
- Niederlande 1,80 €
- Luxemburg 1,80 €
- Frankreich 1,90 €
- Italien 2,00 €
- Spanien 2,00 €
- Portugal 2,00 €
- Kanaren 2,20 €
- Griechenland 2,20 €
- Slowenien 2,00 €
- Ungarn 2,90 HUF
- Kroatien 2,00 €



Dienstälteste Domina

Manuela (61): „Hamburgs Bordell-Straße ist meine Heimat“ S. 14/15



Johann Lafer (68) & seine Silvia (67)
 „Wir verschieben nichts mehr auf morgen“ S. 26

Gesund

Neue Wege aus der Migräne-Falle S. 52

Wechseljahre: Aktiv gegen das Sturz-Risiko S. 53

Kuscheliger Skandinavien-Style

S. 8/9

Die besten Ideen!

14 Profi-Tipps für mehr Geld



Jetzt bis zu **750 €** sparen S. 60/61

Christina (49) ist den Jo-Jo-Effekt los



Vorher

78 Pfund weg S. 20/21



Nachher

Für Sie zum Herausnehmen!

Die besten **Rätsel**

NEU! Großer Winter-Rätsel-Spaß



Essen verbindet



Jetzt an Ihrer Supermarktkasse

Inhalt

Frau
im
Trend

€ Hier sparen Sie bares Geld!



MODE

Gemütlich,
wohlig warm
und lässig:
das ist der
neue **Hygge-
Schick**



DIÄT 16

Mit der von den Ernährungs-Docs empfohlenen **Detox-Diät** regeneriert der Körper – und verliert 2 Pfund in 5 Tagen

JETZT NEU!

Großer Rätsel-Spaß

ab S. 27

Die besten
Rätsel auf
7 Seiten



**Aktuelle
Verbraucher-
News**
ab S. 57

Besuchen Sie uns
auch auf Facebook:
[www.facebook.com/
frauintrend](http://www.facebook.com/frauintrend)



**Großes
Promi-
Geflüster**
S. 72/73

BEAUTY 12

Astrologie trifft Kosmetik:
Verführerische **Düfte für
jedes Sternzeichen**



REISE 70

Nacht-Rodeln, Budenzauber
und die **Magie der Alpen**:
das ist Tirol



REZEPTE 31

Käsekuchen-Variationen
zum Verlieben. Und: Exotische
Leckereien aus der Asia-Küche

DEKO 68

Holz, Leder, Cord
und Fell passen
perfekt zum
Chalet-Look:
So wird die
Wohnung
ruckzuck zur
Kuschelhöhle



MEDIZIN 50

Im Heft u. a.: **Parodontitis**,
Migräne ade und Strategien
gegen Erkältungs-Krankheiten

MODE, BEAUTY & WELLNESS

- Kuschelige **Wohlfühl-Mode** € 8
- Beauty & Style** 10
- Parfums für jedes Sternzeichen** 12

PROMINENTE

- Aktuell: Neues von den Stars** 4
- Report:** Nach dem OP-Schock verschiebt Star-Koch Johann Lafer nichts mehr auf morgen 26
- Blitzlichter** 72

REPORTS & SCHICKSALE

- Aktuell: Storys und Trends der Woche** 4
- Panorama: Infos und News** € 6
- Report:** Manuela Freitag (61) – die dienstälteste Domina in Hamburgs berühmter-berühmter Bordell-Gasse 14
- Report:** Christina (49) verlor 78 Pfund 20
- Mensch und Tier:** Anja rettete eine ins Eis eingebrochene Katze 23
- Report:** Zwei Mütter am Ende ihrer Kraft: Tanja (40) und Maria (45) über die schwerste Zeit ihres Lebens – und wie eine Kur half 24
- Lebenswege:** Ein untergejubelter Tanzkurs brachte neue Lebenslust 56
- Liebe & Leidenschaft** 65

REZEPTE & DIÄT

- Die **Detox-Diät** der Ernährungs-Docs 16
- Großes Genießer-Extra** 31
- Asiatische Spezialitäten** 32
- Köstliche Alltags-Küche** € 36
- Preiswert genießen:** Suppe, Wraps, Salate 38
- Feine **Käsekuchen** 40
- Tolle Rezepte zum Sammeln** € 44
- Küchen-Tipps** 45
- Backen nach Bildern:** Prinzregenten-Torte 46

MEDIZIN

- Medizin-Report:** Daniela (42) wurde jahrelang ihre chronische Nasennebenhöhlen-Entzündung nicht los 50
- Schmerzfreie **Mammografie** 51
- Raus aus der **Migräne-Falle** 52
- Sturz-Gefahr** in den Wechseljahren bannen 53
- Mittel aus der **Waldapotheke** 54
- Parodontitis:** Was zahlt die Kasse? 55

RATGEBER €

- Haushalt & Verbraucher: Tipps & Ideen** 57
- Ihr Recht: Urteile der Woche** 62
- Experten informieren** 63
- Gute Unterhaltung** 64
- Reise-Lust:** Tirol – Paradies in den Bergen 70

BASTELN & DEKORIEREN

- Pflanzen-Trend:** Orchideen-Zauber 66
- Wohn-Trend:** Berghütten-Charme 68

GROSSER RÄTSEL-SPASS

- Preisrätsel** 27
- Wörter-Rätsel, Suchbild** 28
- Sudoku, Das große Millionen-Quiz** 29
- Großes Gewinnspiel, Gitterrätsel** 30
- Kreuzworträtsel mit Zahlen** 47
- Auflösungen** 48

RUBRIKEN

- Horoskop** 22
- Wissen, Impressum** 74
- Vorschau aufs nächste Heft, Humor** 75

UNGLAUBLICH, ABER WAHR

Olé! Jetzt hat Spanien den höchsten Kirchturm

Nach 135 Jahren verliert das Ulmer Münster seinen Titel als „höchster Kirchturm der Welt“ an die Sagrada Família in Barcelona. Die Basilika, obwohl noch unvollendet, ist nun mit dem ersten Kreuzsegment des Jesu-Christi-Turms 162,91 Meter hoch. Damit überragt sie den

161,53 Meter hohen Turm des Ulmer Münsters. Nach Fertigstellung, im Laufe

des Jahres, wird der Turm der Basilika mit 172,50 Metern den bisherigen Rekord deutlich übertreffen.



BARCELONA



ULM

ECHT SENSATIONELL

Zerknülltes Tütchen kleidet Füßchen



Der kunstvolle Faltenwurf des schrillen Damen-Schuhs erinnert an eine zusammengeknüllte Papiertüte. Ob das vom Designer-Team des französischen Luxus-Modehauses Balmain gewollt war, sei mal dahingestellt!

EINFACH TIERISCH

Gestatten, ich bin die kleine Namara

Putzmunter reckt die neugeborene Namara ihren Hals empor. Das Giraffen-Mädchen

erblickte kürzlich im West Midlands Safari-Park in Bewdley (England) das Licht der Welt. Nach und nach entdeckt sie ihr Gehege, während Mama Akacia und Papa Rufus ein schützendes Auge auf ihr Baby werfen.



In Dithmarschen haben Elsbeth & Saskia das Sagen

Zwei Deerns und die Liebe zum Kohl

Elsbeth Heesch aus Kronprinzenkoog und Saskia Meier aus Ketelsbüttel widmen ihre Freizeit dem genussvollen Kohl: In ihrem Amt als Kohlregentinnen präsentieren sie Seite an Seite das Kohlanbaugebiet Dithmarschen. In der schleswig-holsteinischen Region wird seit 1889 großflächig Kohl angebaut. Heute gedeihen auf knapp 3 200 Hektar Fläche Weiß-, Rotkohl sowie Wirsing. Die Marschböden und das feuchte Klima bieten die besten Voraussetzungen für jährlich rund 90 Millionen Kohlköpfe.



Auch Wirsing wächst auf den Marschböden

In traditioneller Tracht – nachempfunden aus dem 15. und 16. Jahrhundert – nehmen Elsbeth und Saskia an Märkten und Festen teil. Übrigens heißen die beiden Repräsentantinnen mit gutem Grund Regentinnen: Dithmarschen war früher eine Bauernrepublik. Vom Mittelalter bis 1559 trafen Regenten

aus wohlhabenden Bauernfamilien in den Dithmarscher Pfarrbezirken wichtige Entscheidungen über die Zukunft der Region. Das Ehrenamt als Kohlregentin gibt es bereits seit 1988. Für beide Frauen „ist es eine Herzensangelegenheit, ihre Heimat mit Stolz zu vertreten.“



Saskia Meier (l.) und Elsbeth Heesch (r.) nehmen gemeinsam deutschlandweit Termine wahr



Die Friseurfamilie Schraufstetter: Hermann mit Ehefrau Brigitte, Enkelin Sophia, Schwiegertochter Claudia und Hermann junior (v. l. n. r.)

Fürs Zeitung lesen findet sich immer Zeit



An arbeitsreichen Tagen rasiert und frisiert Hermann bis zu acht Männer



Mit 94 liegt ihm die Schere noch bestens in der Hand

Hermann: „Alle nennen mich Opa“



Mit Ehefrau Brigitte (89) bildete er über 25 Lehrlinge aus

Ganz nach alter Schule trägt Friseurmeister Hermann Schraufstetter einen weißen Kittel. Gekonnt und mit sehr sicherer Hand legt der 94-Jährige bei seinem Kunden das Rasiermesser an, um die Konturen auszubessern. „Wenn ich mal wackele, dann mache ich das nicht mehr“, sagt Hermann in der SAT.1-TV-Sendung „Bayern 1730 Uhr“.

Der Senior lässt es sich nicht nehmen und steht jeden Tag aufs Neue von 7 bis 16 Uhr im Salon in Straßkirchen (Bayern), den sein Vater 1931 gegründet hat. Im Jahr 1952 übernimmt Hermann das Friseurgeschäft.

Noch heute ist im Salon das Haarschneiden Familiensache. Auch sein Sohn Hermann junior (63), dessen Frau Claudia (63)

und deren gemeinsame Tochter Sophia (27) sorgen für hübsch frisierte Köpfe. Mittlerweile führt Enkelin Sophia den Laden in vierter Generation.

Damit es ihrem Opa – so nennen ihn übrigens alle im Salon – während der Arbeit an nichts fehlt, legt Sophia ihm stets die Tageszeitung und ein paar Süßigkeiten in sein Regal.

Trotz seines hohen Alters ist Hermann noch topfit. Jeden Morgen radelt er ins Geschäft. Ans Aufhören denkt er noch lange nicht: „Solange es mir gut geht, schneide ich weiter.“ Das bringt den 63 Jahre alten Junior etwas in Verlegenheit: „Ich kann schlecht vor meinem Vater in Rente gehen, deshalb mache ich noch eine Weile weiter“, gibt er schmunzelnd zu.



Mit der Zeit haben die Schraufstetters den Salon um einen Neubau erweitert

AUS ALLER WELT

Neo – die neue Haushaltshilfe

Das bisschen Haushalt... Von wegen! In den USA soll bald Roboter Neo – 1,65 Meter groß und 30 Kilo schwer – tatkräftig unter die Arme greifen. Laut seinen Entwicklern von 1X Technologies liegen die Talente der neuen Haushaltshilfe im

Türenöffnen, Staubsaugen, Dinge aufheben und Kleidung zusammenlegen. Auch ein Pläuschchen mit seinen Besitzern kann das Kerlchen führen – es kann sprechen. Kosten: rund 20000 Dollar (ca. 17210 €).



Jeanette Hain

Sie lüftet ihr Gepäck-Geheimnis

Ich packe meinen Koffer und nehme mit... ein Trampolin! Ja, wenn die Schauspielerin unterwegs ist, packt Jeanette Hain (56) meist das Sportgerät ein. „Es ist das ideale Trainingsgerät für Körper und Seele. Es macht umwerfend gute Laune“, sagt sie „Bild“.

Neues von den Stars



Tom & Bill Kaulitz

In der Stretch-Limousine zum Klassentreffen

Gerne mal eins drüber – dafür sind Tom und vor allem Bill Kaulitz (beide 36) bekannt. Bei einem Klassentreffen schossen sie nun den Vogel ab: „Wir haben uns eine Limo gemietet“, erzählen die Zwillinge. „Wir sind ganz prölig vorgefahren.“



Bjarne Mädel

Wie er die Welt ein bisschen besser macht

Er ist ein Traum-Nachbar! Denn Bjarne Mädel (57) nimmt gerne Pakete an. „Ich finde, das ist ein Akt der Mitmenschlichkeit“, erzählt der Schauspieler bei „DAS!“. So müsse der eigentliche Empfänger nicht „quer durch die Stadt“ laufen. Toll!

Fotos: action press/AEDT, Adobe Stock/Manuel Schönfeld, Echt Dithmarschen/M Knabe, Facebook/West Midlands Safari Park, Fotolia/Sport Moments, Friseur Schraufstetter (5), Huber Images/Günter Gräfenhain, Imago (2)/André Lenher/Future Image, launchmetrics.com/spotlight, Neo (3)

Hurra, der Schnee ist da! Was Autofahrer nervt, ist für die Kleinen eine der größten Freuden überhaupt: Schneeballschlagen und natürlich der gute, alte Schneemann ...

Frostige Freunde



Gedicht

Der Schneemann auf der Straße

*Der Schneemann auf der Straße
trägt einen weißen Rock,
hat eine rote Nase
und einen dicken Stock.*

*Doch tropft es von den Dächern
im ersten Sonnenschein,
da fängt er an zu laufen,
und niemand holt ihn ein.*

Robert Reinick

PSYCHOLOGIE

Das hat es mit dem „Dry January“ auf sich

Selters statt Sekt, Säfte statt Aperol, Tee statt Bier? Aus der britischen Gesundheitskampagne ist ein weltweiter Trend geworden: Im „Dry January“ (Trockener Januar) verzichten viele Menschen einen Monat lang auf Alkohol. Nach den Festtagen und der Silvesterparty wird die Initiative gern angenommen. In Deutschland ist der Alkoholverkauf im Januar 2024 sogar um **50 Prozent zurückgegangen**. Studien-Teilnehmer berichten, dass sie nach einem Monat Abstinenz besser schlafen und mehr Energie haben, Gewicht verlieren sowie eine reinere Haut haben. Auch Magen, Herz und Leber profitieren nach kurzer Zeit von dem Verzicht. Probleme mit Alkohol? Hilfe bietet die „Sucht & Drogen Hotline“, ☎ 0 18 05/31 30 31 (14 Ct./Min.).

STATISTIK

Arbeitsorte von Beschäftigten

Fast die Hälfte der gut 27 000 befragten Arbeitnehmer ist im Büro des Betriebs tätig, 16 Prozent in Fabriken. Nur 18 Prozent der Befragten arbeiten noch zu Hause im **Homeoffice**.

1. Büro des Unternehmens	45 %
2. Homeoffice	18 %
3. Fabrik/Produktionsstätte	16 %
4. geteilter Arbeitsplatz	14 %
5. Arbeitsplatz auf Zeit (Projekte)	9 %
6. Außendienst	8 %
7. sonstiges	11 %

Quelle: Statista

INTERNET AKTUELL

Wie ging das noch mal mit dem Prozentrechnen? Schulwissen einfach erklärt bei [studyflix.de](https://www.studyflix.de)



Ferien rechtzeitig
planen und
entspannt
genießen

Clever
SPAREN



REISE

Jetzt locken Frühbucher-Rabatte

Vorfreude ist die schönste Freude – vor allem jetzt im bitterkalten Winter. Wer seine Ferien früh plant, sichert sich nicht nur die größte Auswahl an Hotels und Abflughäfen, sondern spart durch Frühbucherrabatte oft mehrere Hundert Euro. Ein Überblick.

- **Planung.** Prüfen, ob der Pass gültig ist, evtl. Visa-Anträge rechtzeitig beantragen. Bei der Wahl des Reisezeitraums an Verpflichtungen (Schulferien von Kindern/Enkeln) denken.

Dertour Group (inkl. ITS, Meiers Weltreisen)

- Die Frühbuchersaison läuft bis Ende März. Die höchsten Abschläge gibt es bis Ende Januar, z. B. 45 Prozent auf Gran Canaria.

Alltours

- Bis zu 50 Prozent Nachlass gibt es hier bis Ende Januar, der sinkt dann schrittweise bis Ende April.

- Ziele mit sehr hohen Rabatten sind z. B. Ägypten, Türkei, Bulgarien und Tunesien.

- In vielen Hotels übernachten bis zu zwei Kinder kostenlos.

TUI

- Der Frühbucherzeitraum geht bis Ende Februar (bis 40 Prozent).
- Kinder bis elf Jahre nächtigen in einigen Hotels zum Nulltarif.

- **Rücktritt.** Ja, das geht, kostet aber oft Gebühren von bis zu 20 Prozent des Reisepreises. Rücktrittsversicherungen bieten Schutz, erkennen aber nicht alle Gründe an (Bedingungen prüfen!). Alternativ lässt sich oft eine Ersatzperson benennen. Der Reiseveranstalter darf dies nur ablehnen, wenn Anforderungen wie Impfungen nicht erfüllt werden.

- **Flex-Tarif.** Heutzutage schwanken die Preise stark. Dieselbe Reise könnte später günstiger angeboten werden. Ein zubuchbarer Flex-Tarif (ab ca. 30 €), den viele Veranstalter anbieten, ist dann von Vorteil. So sichert man sich die Reise, kann aber meist bis 15 Tage vor dem Start kostenlos umbuchen oder stornieren.

Trend-Ziel: Bulgarien lockt mit moderaten Preisen



IM VERGLEICH

Die besten Wetter-Apps

Wie sagt man? Mit einer guten App ist man für alles gerüstet und wird vor Gefahren wie Glatteis gewarnt. Das Verbrauchermagazin „Guter Rat“ empfiehlt die App **DWD** des Deutschen Wetterdienstes, auch die kostenfreie Basis-Version ist sehr zuverlässig. Wer

mit wenig Infos auskommt, kann die Gratis-App **Hello Weather** nutzen. Sie bietet stündliche Wettervorhersagen mit Live-Radar, ist zudem sparsam mit Nutzerdaten. Viele persönliche Daten preisgeben muss man bei **Wetter Online**. Dafür hat man hier auch den Pollenflug stets im Blick.

Clever
SPAREN



JETZT BESSERSCHLÄFER WERDEN!



FÄHRT STÖRENDE
REIZE HERUNTER



UND LÄSST UNS ENDLICH
ZUR RUHE KOMMEN



- ✓ sorgt für **schnelles Einschlafen*** und **erholsames Durchschlafen¹**
- ✓ **Passionsblumenkraft** fährt störende Reize herunter und lässt uns endlich zur **Ruhe kommen**
- ✓ zur **Langzeit-Einnahme geeignet**

1 Lee et al. (2020) Int Clin Psychopharmacol; 35(1):29-35; *Klinische Studien zum Nachweis der schnellen Wirksamkeit der Passionsblume: 2 Dimpfel et al. (2012) Neurosci Med; 3(2): 130; 3 Movafegh et al. (2008) Anesth Analg; 106(6): 1728-1732; 4 Aslanargun et al. (2012) J Anesth; 26, 39-44; 5 Dantas et al. (2017) Med Oral Patol Oral Cir Bucal, 22(1), e95

Lioran® centra. Wirkstoff: Passionsblumenkraut-Trockenextrakt. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Besserung des Befindens bei nervlicher Belastung und zur Förderung des Schlafes ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. Enthält Saccharose und Glucose. (Stand: 12/2024) **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.** Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Flugstraße 11, 76532 Baden-Baden

Kuschelige Stoffe, warme Farben und

Der neue Hygge-

Die modische Gemütlichkeit aus dem hohen Norden lässt auch die Mode-Herzen höherschlagen

Extra-Schicht ▶

Ob zur lässigen (Karo-)Bluse oder über einem Jerseykleid – die flauschige Fake-Fur-Weste passt immer. Weste, 79,99 €, Art.-Nr. 1010003501, Gr. S–L; Bluse, 59,99 €, Art.-Nr. 1010003568, Gr. 38–42, zero.de



▲ Musterstück

Stimmungsvolle Norwegermuster dürfen hier natürlich nicht fehlen. Voilà: der raffinierte 2-in-1-Pullunder mit integriertem Bluseneinsatz. 69,99 €, Art.-Nr. F90-086, Gr. 34–54, next.de



Fransen-Party ▶

Reinschlüpfen, wohlfühlen, toll aussehen: Das lange Strickkleid schenkt Behaglichkeit und wirkt durch den flotten Fransensaum richtig trendy. 37,99 €, Art.-Nr. 95714095, Gr. 32–50, bonprix.de

▲ Softes Doppel

Genial: Zu dem verschlusslosen Cardigan in sanftem Beige gibt's direkt einen passenden Schal! Strick-Set, 79,99 €, Art.-Nr. 88058005, Gr. 32–46, lascana.de

Was ist Hygge eigentlich?

Die Menschen aus Nordeuropa sind für ihre entspannte Lebenseinstellung bekannt. Es sich mit einer Tasse Tee und einem guten Buch, eingewickelt in eine weiche Decke, gemütlich zu machen, nennen die Dänen und Norweger „hyggelig“. Übertragen auf die Mode bedeutet das: Kuschelstoffe, lockere Schnitte und Co so weit das Auge reicht.

lässige Schnitte
Schick



▲ **Strick hoch zwei**

Das Set aus Kaschmir und Merinowolle bringt etwas Luxus in den Alltag. Filigraner Schmuck, Pufferjacke plus Boots dazu – ab geht's nach draußen! Pulli, ab 99,99 €, Art.-Nr. 287077002; Hose, ab 99,99 €, Art.-Nr. 287099002, beides in Gr. 36–50, creation-l.de

◀ **Karo-Ass**

Fix übergeworfen sorgt der karierte Bouclémantel sofort für mehr Wärme, Style und Gemütlichkeit. Mantel, 149 €, Art.-Nr. 367857002; Pulli, 59,99 €, Art.-Nr. 350491002; Jeans, 79,99 €, Art.-Nr. 369183002, alles in Gr. 40–58, sheego.de

KLOSTERFRAU
HEALTHCARE GROUP
200
J A H R E

TAG UND NACHT
NATÜRLICH
GEGEN HUSTEN.

Die **Nr.1**
bei Husten*



Klosterfrau Hustensaft lindert mit einem natürlichen Schutzfilm den Husten bei Tag. Klosterfrau Bronchial-Husten-Sirup beruhigt die Atemwege – für eine stille Nacht.

www.klosterfrau.de

Klosterfrau Hustensaft. Wirkstoff: Spitzwegerichkraut-Fluidextrakt. Anwendungsgebiete: Zur Linderung von Hustenreiz bei Erkältungskrankheiten der Atemwege. Warnhinweise: Dieses Arzneimittel enthält 119 mg Alkohol (Ethanol) pro 5 ml Sirup entsprechend 2,0 % (w/w) und Invertzucker. Packungsbeilage beachten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.

*IRI-Handelspanel: LEH + DM o. ALN; Untersegment Husten; Umsatz MAT 09/2025.

Perfekt geschminkt mit Brille

Durch die Korrekturgläser sieht alles anders aus? Mit diesen Make-up-Tricks wirken sie strahlender denn je!



Für Kurzsichtige

Hell schattieren

Brillen mit Minusgläsern verkleinern das Auge optisch. Beim Lidschatten sind daher helle, schimmernde Nuancen wie Beige gefragt – sie öffnen den Blick. Einfach das bewegliche Lid mit Farbe schattieren und zu den Brauen hin verblenden. Tipp: Ein bronze-farbener Lidstrich erhöht den Halo-wach-Effekt. **Lidschatten Glam Addiction Metallic Nr. 040**, ca. 3 €, Trend it up, dm.de



Highlights setzen

Etwas Highlighter im Augeninnenwinkel reflektiert das Licht, lässt also den Blick noch mehr strahlen. Gut zu wissen: Das Ganze funktioniert auch mit einem hellen Schimmerlidschatten.

Mit Kajal tricksen

Ein weißer oder nudefarbener Kajal ist bei Kurzsichtigkeit ein super Schmink-Partner. Warum? Gibt man ihn aufs untere Innenlid (Wasserlinie), verbindet sich die helle Linie mit dem Weiß der Augen. Folge: Sie sehen sofort größer aus! **Eye Brightener**, ca. 23 €, caicosmetics.de



Für Weitsichtige

Schatten ausblenden

Um dunkle Ringe und kleine Knitterfältchen zu kaschieren, muss ein cremiger Concealer (gern mit lichtreflektierenden Pigmenten) ran. Sachte mit den Fingerkuppen in die feine Haut eingeklopft, deckt er Schatten zuverlässig ab und füllt feine Linien optisch auf.



Dunkel betonen

Durch Plusgläser erscheinen die Augen größer. An sich ist das ja schön. Mini-Problem? Gerade höhere Dioptrienzahlen lassen sie unnatürlich hervortreten. Diesem Effekt kann man mit matten, dunklen Lidschatten entgegenwirken. Auf schillernde Texturen sollte man besser verzichten. **Lidschatten 44 Satin Eggplant**, ca. 7 €, kikocosmetics.com



Wimpern verdichten

Schmeichelhaft ist ebenfalls eine dünne, verdichtende Eyelinerlinie am oberen Wimpernkranz. Wichtig: Dabei sehr sorgfältig arbeiten, denn kleinste Unregelmäßigkeiten fallen durch die Vergrößerungsgläser sofort auf.

Sparsam tuschen

Anschließend nur noch die oberen Wimpern mit Mascara betonen. Und bitte auch dran denken: Verklebte Härchen oder Krümel sind nicht zu übersehen!



Augen auf! So gelingt ein frischer & klarer Look im Handumdrehen