

GLÜCKS REVUE

Immer ein Gewinn!

EXTRA-RÄTSELHEFT

Nr. 26
17.06.2026
Deutschland
1,69 €

Osterreich 1,90 €
Schweiz 3,10 sfr
Benelux 2,00 €
Frankreich 2,20 €
Italien 2,40 €
Spanien 2,40 €
Kanaren 2,50 €
Printed in Germany

35x
Ratespaß



LECKER! Die besten
Rezepte zum Schlemmen

S. 38-41

S. 42/43

**Köstlichkeiten
aus Italien**

**Cremige Torten
ohne Backen**



HORST LICHTER

MEDIZIN S. 47

Gesund & beweglich bis ins hohe Alter



VICTORIA SWAROVSKI

Luxus-Hochzeit im Sommer?

S. 4

DRAMA in der Eifel!

Er wusste
keinen Ausweg

S. 58/59

**DIE BESTEN
SPAR-TIPPS**
Clever bei
Strom & Gas
sparen



LED-SMART-TV



TRAUM-AUTO

GLÜCKS-REVUE



**AKKU-
STAUBSAUGER**

**TRAUM-AUTO
UND JEDE MENGE
BARGELD
ZU GEWINNEN**



106 Top-Preise!

im Wert von **36 516 €**



Fotomontagen

AKTUELLES & SCHICKSALE

- 4 Victoria Swarovski & ihr Mark:**
Luxus-Hochzeit im Sommer?
- 6 Christine Neubauer:** Glücklich verheiratet!
„Wir brauchen keinen Ehevertrag“
- 24 Wissen:** Schlau in 3 Minuten
- 55 Tiere:** Diese Hunde haben den richtigen Riecher
- 56 Michelle:** Tränen-Kollaps nach der Trennung.
Eric hat sie eiskalt ausgenutzt
- 58 Horst Lichter: Drama in der Eifel!**
Er sah keinen Ausweg mehr

LEBEN & GENIEßEN

- 8 Beauty:** Sonnenschutz kann so einfach sein
- 10 Reise-Träume:** Niederlande
- 38 Kochen: Kulinarische Grüße aus Italien**
- 42 Backen: Cremige Torten ohne Backen**



RATGEBER

- 19** Jetzt Strom- und Gasanbieter wechseln?;
Ruck, zuck Gläser vakuumieren
- 20** Welchen Schutz brauche ich für meinen
Vierbeiner?; Leser-Tipps
- 21** Gartenschätze für heiße Tage
- 22** Bestnoten für günstiges Vollkornmehl; Urteile

GESUNDHEIT

- 47 Gesund und beweglich bis ins
hohe Alter;** Medizin-News
- 48** Brustkrebs-Therapie ohne Chemo möglich
- 49** Was steckt hinter plötzlichem Haarausfall?
- 50** Schluss mit dem Blähbauch!

RUBRIKEN

- 53** Witze der Woche
- 54** Glücks-Horoskop
- 58** Impressum

RÄTSEL & GEWINNE

- 5** Startgeld: 5x 50 Euro
- 13** 3x 100 Euro Reisegeld
- 14** Top-Preis: 1x 10000€ plus
EXTRA-Gewinn-Chance:
1 Dacia Sandero Journey



- 16** Glücks-Kalender: 7 Tage – 7 Preise
- 18** Treue-Rätsel
- 25–36** Großes Rätsel-Magazin
mit tollen Bargeld- und Sachpreisen
- 45** 5x 1 Blumenstrauß
- 52** Coupon, Lösungen, Gewinner
- 54** 15x 20 Euro Rätselgeld
- 58** 9x 10 Euro zum Schluss



Fotos: Image Professionals, instagram.com/sabine_zenker, Privat, Shutterstock (2), stock.adobe.com (2)

Die langen genießen!

**UNI-STUDIE
MITGEFÜHL MACHT
GLÜCKLICH**

„Oh nein, das tut mir wirklich leid!“ oder „Wie schade, ich hätte es dir echt gegönnt“, sind Sätze, die wir von guten Freunden gerne hören. Und sie helfen nicht nur dem Betroffenen, sondern auch dem, der sie ausspricht. Wie eine Studie der Universität Mannheim ergab, macht Mitgefühl einen selbst auch glücklich und sorgt für emotionale Ausgeglichenheit.



**Warum heißt es
Picknick?**

Gemütlich auf einer Decke sitzen und sich kleine Köstlichkeiten wie Käse, Trauben oder Nudelsalat schmecken lassen – herrlich! Aber warum heißt es eigentlich Picknick? Der Begriff kommt aus dem Französischen von „piquer“ – aufpicken und „niquer“ – Kleinigkeit. Voilà!

Tage



Er wird jedes Jahr mindestens genauso sehnsüchtig erwartet wie Weihnachten: der Sommeranfang! Am 21. Juni ist Sommer-Sonnenwende und mit 16 Tag- und acht Nachtstunden der längste Tag des Jahres. Was gibt es Schöneres, als mit Freunden im Freien zu sitzen und bei guten Gesprächen und leckerem Essen die goldene Abendsonne zu genießen? Je nördlicher man sich aufhält, umso später geht sie unter. In Hamburg ist es z. B. rund eine Stunde länger hell als in Zürich.

Von Mama verstoßen LÄMMCHEN IM BÜRO



Ob beim Besuch einer Kita, bei einer Trauung auf dem Standesamt oder im Gemeinderat: Lämmchen Henry ist immer dabei. Weil der Kleine von seiner Mutter verstoßen wurde, hat ihn Sabine Zenker, Bürgermeisterin von Enzklösterle (43, B.-W.), bei sich aufgenommen. Sie zieht das süße Baby-Schaf mit der Flasche groß. Wie bei einem menschlichen Kleinkind werden „kleine Unfälle“ mit Feuchttüchern entfernt. Wenn Henry groß genug ist, soll er wieder seiner Herde zugeführt werden. Das gibt ein trauriges „Mäh“ beim Abschied!



Glücksbotschaft

„ In einem dankbaren Herzen herrscht ewiger Sommer. “

Celia Layton Thaxter,
amerik. Dichterin
(1835-1894)

In dieser Woche...

...rocken wir mit Guns N' Roses

1985 wurden sie in Los Angeles gegründet und lassen bis heute den „November Rain“ runterprasseln! Für zwei Konzerte kommen Guns N' Roses nach Berlin. Am 23. und 25. Juni entführen Axl Rose (l., 63) und Slash (60) ihre Fans aus der Uber Arena nach „Paradise City“.



... feiern wir den Dackel

Ob braun oder schwarz, Kurz-, Lang- oder Rauhaar: Dackel sind einfach superniedlich und zählen zu den beliebtesten Hunderassen. 2019 wurde in Australien der Welttag des Dackels ins Leben gerufen. Am 21. Juni finden weltweit Paraden oder Rennen mit den dickköpfigen Vierbeinern statt, die die große Aufmerksamkeit genießen.

Liebes Redaktions-Team
der GLÜCKS-REVUE!
Die Einkaufs-Gutscheine
kamen genau zur richtigen
Zeit für unser Grillfest mit
der ganzen Familie. Ich habe
mich sehr darüber gefreut.
Herzliche Grüße von Ihrer
treuen Leserin Uschi Hess

Schicken Sie uns ein Foto von sich und Ihrem Gewinn – per Post an GLÜCKS-REVUE, Stichwort: Mein Gewinn und ich, Postfach 15 20, 77605 Offenburg oder E-Mail an: raetsel@burda.com (300 dpi, jpg-Format, mind. 1 MB). Bilder können nicht zurückgeschickt werden. Mit der Einsendung stimmen Sie einer Veröffentlichung zu.

Weitere Gewinner sowie Auflösungen finden Sie auf Seite 52/53.

Hurra, ich habe gewonnen!





Ein echtes Traumpaar: Victoria Swarovski und Mark Mateschitz



Beide fuhren im Januar die harte Rallye Dakar

Victoria Swarovski & ihr Mark

Ganz Österreich tuschelt über das schillernde Paar

Luxus-Hochzeit

im Sommer?

Ihre Liebe halten die beiden reichen Erben gern sehr privat. Doch nun sickerten romantische Details durch

Größer kann eine Bühne kaum sein. Weltweit über 180 Millionen Menschen sahen zu, wie Victoria Swarovski (32) im Mai beim „Eurovision Songcontest“ in Wien als Moderatorin glänzte. Ihr größter Fan saß in der Stadthalle aber im Publikum: Lebensgefährte Mark Mateschitz (34). Stolz jubelte der smarte Unternehmer seiner bildschönen Freundin zu. Oder vielmehr: seiner Verlobten? In Österreich wird jedenfalls heftig

über eine Luxus-Hochzeit des schillernden Paares im Sommer getuschelt.

Die Einladungen? Wohl längst verschickt, wie das Nachrichtenportal „oe.24.at“ von Vertrauten erfahren haben will. In gehobenen Kreisen munkelt man, dass die beiden zwischen Salzburg und Kitzbühel heiraten wollen. Zunächst standesamtlich, im kleinen Kreis. Victoria und Mark selbst schweigen, geben ohnehin selten private Einblicke. Die Wirtschaftselite

der Alpenrepublik ist diskret. Es wäre sicher die glamouröseste Hochzeit des Jahres.

Er, der milliardenschwere Erbe und Chef des Getränke-Konzerns „Red Bull“. Sie, die ebenso steinreiche Kristallerbin, Moderatorin und Unternehmerin, die sich durch Fleiß und Talent längst ein eigenes Imperium aufgebaut hat. Ein Powerpaar! Seit 2023 schlagen ihre Herzen im Gleichtakt.

Sympathisch: Beide schwelgen nicht nur im Luxus, sondern wandern auch gern. Und suchen das Abenteuer.

Im Januar nahm das Paar inkognito an der kräftezehrenden Wüsten-Rallye Dakar teil. „Danke an meine große Liebe“, schrieb Victoria ihrem Schatz danach. „Ohne dich hätte ich dieses Rennen nie gefahren.“ Geht es jetzt rasant vor den Altar? Es wäre die Krönung.



Victoria als Moderatorin bei der RTL-Show „Let's Dance“

Fotos: imago, Instagram, RTL+



5 GLÜCKS-FÜNFZIGER gewinnen!

ein Europäer	↓	ein Tasteninstrument spielen	Besessenheit	↓	Hafenstadt in Marokko	deutscher Komiker (Heinz)	Abk. für Europäische Zentralbank	↓	Böses, Unangenehmes	gespaltenes Stück Holz	↓	orientalisches Färbemittel	ausführen, verrichten	abhängig, gebunden	↓
Wanderhirt	→						Tiere aufziehen poetisch: Adler	→							
wundertätige Schale der Sage	→		4		schwarzer Vogel Staat in Asien					trockenes Gras med. Institut (Abk.)				Lebensbund	
schwed. Musikerin: ... Fäلتskog	→							Tiroler Alpenpass			2				
→				Possenreißer Gehässigkeit									chem. Zeichen für Helium		
Babyspeise	→	öst.-ungar. Komponist holländ. Käse					Bruder des Moses	Wechselgebete						5	
→				Oper von Verdi Speisefisch											
Währung in Japan (100 Yen)		griech. Buchstabe Freizeitspaß (ugs.)													
Wohlgeschmack, -geruch	→						Kunststil im Mittelalter								
grau melierter Kammgarnstoff	→		7												
→					Fluss in Russland altisländ. Dichtung										
Königin v. Sparta Ansprache	→					scharfes Wurzelgemüse	Schmuck am Jägerhut								
elektr. geladenes Teilchen	→	hart, zäh altägypt. Gott													
→				Fakultätsvorsteher arktisch											6
lang gezogener Strand (ital.)	→	Partner v. Patachon an jener Stelle					Stadt in Oberitalien								
→					Probe, Stichprobe					Gestalt aus „Moby-Dick“ Klebemittel				eine Zahl	
Pulloverart (Kurzwort) Stern im „Walfisch“	→		3				Paarungszeit der Vögel				Fluss zur Donau afrik. Strom				1
→					Kfz-Zeichen Cham			früher, ehemalig							
trockene Halme des Getreides	→						Hände auflegen als Heilkunst						aufgebrühtes Heißgetränk		
1	2	3	4	5	6	7		lindern, mäßigen							

Liebe Rätselfreunde,
auf geht's in die neue **Glücks-Revue-Rätselwoche!** Jede Menge Rätsel und tolle Preise erwarten Sie! **Raten Sie gleich los!** Tragen Sie das Lösungswort dieses Preisrätsels – und aller anderen – in den **Coupon auf S. 52** ein. Dort finden Sie auch unsere Teilnahmebedingungen.

5x
50 €
Startgeld

Foto: © Shutterstock

Christine Neubauer

Glücklich verheiratet!

„Wir brauchen keinen Ehevertrag“

Sie schwebt immer noch auf Wolke sieben! Nach ihrer Überraschung-Hochzeit mit José Campos (60) spricht Christine Neubauer (63) über ihr großes Liebesglück, ihren Reiseführer und warum sie keinen Ehevertrag brauchen.

■ **Frau Neubauer, was hat Sie im Nachhinein emotional am meisten bewegt?**

Christine Neubauer: *Besonders berührt hat mich das Telefonat zwischen José und meinem Sohn. Zwei Menschen, die sich auf ihre eigene Weise begegnen, ehrlich*

und offen. Es war kein großes Ereignis, eher ein ruhiger Austausch, und doch lag darin so viel Wärme. Zu hören, dass er sich für uns freut, für unser Glück, hat etwas in mir beruhigt, das sich nicht in Worte fassen lässt. Es ist dieses Gefühl, dass sich Dinge fügen dürfen.

■ **Ihre Mutter Lydia (89) war Ihre Trauzeugin. Ihr Vater Erwin († 84) starb 2019. Aber bereits vor seinem Tod gab er seinen Segen.**

Christine Neubauer: *Manchmal sind es die leisen Gesten, die am tiefsten wirken. José hat den klassischen Weg gewählt, einen, der fast aus der Zeit gefallen scheint, und meinen Vater um meine Hand gebeten. Kein großes Schauspiel, kein Pathos. Eher ein Moment zwischen Respekt, Ernsthaftigkeit und diesem stillen Wissen, dass es hier um mehr geht als nur um eine Entscheidung.*

■ **Haben Sie und José denn einen Ehevertrag abgeschlossen?**

Wasserhund Gismo ist der ständige Begleiter der Schauspielerin



Christine Neubauer: *Wir brauchen keinen. Nicht, weil wir naiv sind, sondern weil wir längst leben, was andere vielleicht festhalten müssen. Verantwortung füreinander, getragen von Vertrauen. Ein Fundament, das nicht unterschrieben wurde, sondern gewachsen ist. Über Jahre hinweg, im Alltag, in kleinen und großen Momenten.*

■ **Vor wenigen Tagen erschien Ihr Reiseführer „Bon Dia, Mallorca“. Was macht ihn so besonders?**

Christine Neubauer: *Das Besondere an meinem Reiseführer ist, dass ich den Lesern mit ganz viel Herz MEIN Mallorca präsentiere: Ich lebe seit 15 Jahren, einige Mo-*

Nach 18 Jahren Liebe gaben sich Christine Neubauer und José Campos das Jawort



Eng verbunden! Christines Mutter Lydia war Trauzeugin



Wunderschönes Wiedersehen: Christine mit Sohn Lambert und seiner Verlobten Maha

Das Herz von Palma:
Von ihrer Dachterrasse
aus kann sie die Kathedrale La Seu sehen



Frisch gedruckt: Der Reiseführer „Bon Dia, Mallorca“ (Polyglott, 22€). Darin zeigt sie alle ihre Lieblingsplätze

nate im Jahr, in der Altstadt von Palma und zeige meine persönlichen Lieblingsplätze der Insel, die besten Cafés, die schönsten Strände und romantischen Orte. Aber ich stelle auch die Menschen vor, die mir ans Herz gewachsen sind und ihre Geschichten.

■ Sie sehen blendend aus. Was sind Ihre Beauty-Tricks?

Christine Neubauer: Ob es ein Trick ist, weiß ich nicht, aber ich bin komplett natürlich gealtert. Ich brauche meine Falten für die Filme, die ich drehe. Natürlichkeit ist mir sehr wichtig.

Ich wurde reich bschenkt

■ Wie halten Sie sich im Alter eigentlich fit?

Christine Neubauer: Tanzen ist meine ganz große Leidenschaft, wenn ich tanzen kann, bin ich glücklich. Man spürt erst hinterher, was man alles geleistet hat. Auf Mallorca mache ich ein

Tanztraining aus dem Ballett- und Jazzbereich.

■ Letztes Jahr haben Sie bei „Let's Dance“ teilgenommen. Wie haben Sie diese Zeit in Erinnerung?

Christine Neubauer: Diese Zeit war ein Geschenk für mich, ein Rausch des Glücks!

■ Sie haben sich voriges Jahr mit Ihrem Sohn versöhnt und sind zum ersten Mal Oma geworden. Wie hat sich Ihr Leben dadurch verändert?

Christine Neubauer: Ich kann gar nicht in Worte fassen, wie dankbar ich bin für diese Geschenke, die mir vom Leben beschert worden sind.

■ Sie leben Ihr bestes Leben, glücklich und gesund an der Seite Ihres Seelenverwandten. Gibt es etwas, das Sie bereuen?

Christine Neubauer: Ich bereue nichts, auch nicht meine Fehler. Vielleicht sind Fehler Abschnitte im Leben, aus denen man lernen kann.

Interview: Debora Better

Mit Töchterchen Hala Rose machte Lambert seine Mutter zur stolzen Großmutter



PSST... GANZ PRIVAT!

Hausmannskost

Bis heute kocht Christine leidenschaftlich gerne bayerische Gerichte wie Rinderbraten mit Klößen.



Altstadt-Bummel

Obwohl sie schon viele Jahre ihren Zweitwohnsitz auf Mallorca hat, liebt Christine die verwinkelten Gassen von Palma, durch die sie mit Hund Gismo bummelt.

**JETZT
BESSERSCHLÄFER
WERDEN!**



**NEU
EXTRA-STARK**



- ✓ **Extra stark**
Mit der höchsten Dosis* beruhigender Passionsblumenkraft
- ✓ **Natürlich besser schlafen**
Gut einschlafen, erholsam durchschlafen, fit aufwachen!
- ✓ **Fährt störende Reize herunter und senkt Cortisol^{2,3}**



Jetzt 2 Euro sparen!



Packungsgröße 20 Filmtbl.
AVP 13,60 €, PZN 19395780
Aktion gültig bis 30.09.2026
Nur solange der Vorrat reicht!

Einlösbar in teilnehmenden Apotheken deutschlandweit.
Hinweis für Apotheken: Vollautomatische Abwicklung über KYTE-TEC.

*Höchste Dosis Passionsblumenextrakt pro Tablette; 1 Lee et al. (2020) Int Clin Psychopharmacol; 35(1):29-35; 2 Campos et al. (2025) BioChem 5.3:21; 3 Neto et al. Scientific Reports (2025) 15:43616

Lioran® centra 450 mg. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Besserung des Befindens bei nervlicher Belastung und zur Förderung des Schlafes ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. **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

Cleverere UV-Produkte und Pflege-Strategien für 30 Grad Plus

Sonnenschutz kann so einfach sein

Wer die warmen Strahlen in vollen Zügen genießen will, muss fleißig cremen. Aber wie oft, wie viel und womit? GlücksRevue weiß es

Anti-Aging-Truppe

■ Unglaubliche 80 Prozent der Hautalterung gehen auf das Konto der Sonne. Wer also Falten und Pigmentflecken vorbeugen will, sollte täglich ein Produkt mit Lichtschutzfaktor (LSF) verwenden – auch bei bewölktem Himmel. Ebenfalls wichtig: Beim Eincremen Hals und Ohren nicht vergessen – und den Schutz möglichst alle zwei Stunden erneuern.

- 1 Mildert Rötungen und Hitzegefühl: „Photoderm Ultra-Fluid AR+ SPF 50+“ (ca. 25 €). Von Bioderma
- 2 Lassen sich untermischen: „Suncare Face Anti-Aging Sonnenschutz-Tropfen LSF 30“ (ca. 22 €). Von Annemarie Börlind
- 3 Reduziert sogar vorhandene Pigmentflecken: „Sonnenschutzserum Anti Dark Spot+ 50+“ (ca. 6 €). Von Sundance

Perfekt: Zwei dünne Schichten Sonnencreme direkt hintereinander auftragen



Was bedeutet eigentlich WASSERFEST?

Das Etikett „wasserfest“ bekommt ein Produkt schon dann, wenn nach zweimal 20 Minuten Aufenthalt im Wasser noch die Hälfte des ursprünglichen Schutzes vorhanden ist. Auch durch Schwitzen kann die Schutzwirkung beeinträchtigt werden. Deshalb sogar bei wasserfesten Sonnencremes nach jedem Baden und Abtrocknen nachcremen.

Keine Sorge: Wer seine Haut vor aggressiver UV-Strahlung abschirmt, wird trotzdem braun. Die attraktive Tönung entwickelt sich nur langsamer, hält dafür aber länger an. Genial!

Körper-Schmeichler

■ Damit der angegebene Lichtschutzfaktor auch erreicht wird, muss ausreichend Produkt auf die Haut gelangen, heißt: Für den ganzen Körper benötigt ein Erwachsener rund drei Esslöffel Creme, die man idealerweise 30 Minuten vor dem Sonnenbad kreisförmig einarbeitet. Dabei Kniekehlen, Schultern und Fußrücken gerne etwas mehr Aufmerksamkeit schenken.

- 1 Kommt ohne Parfum, Silikone, Parabene und Mineralöl aus: „**Sensitive Sonnenspray LSF 50**“ (ca. 15 €). Von Jean&Len
- 2 Befeuchtet mit Glycerin und Panthenol: „**Body Sun Lotion SPF 50+**“ (ca. 39 €). Von Dr. Schrammek
- 3 Fördert den Bräunungsprozess: „**Schutz & Bräune UV Sonnenspray LSF 50**“ (ca. 12 €). Von Nivea



Praktisch für den Rücken sind Sprays, die auch überkopf funktionieren

Tönungs-Talente

■ Ein ebenermäßiger Teint ist Ihnen auch bei 30 Grad plus wichtig? Dann sind 2-in-1-Produkte klasse, die die Haut vor UV-Strahlung schützen und sie zugleich tönen. Die herkömmliche Foundation kann man sich danach sparen. Tipp: Die Spezialisten gibts als leichte Fluids oder talgabsorbierende Puder – Letztere eignen sich vor allem für ölige Haut.

- 1 Mattierende, nachfüllbare Puder-Foundation, die das Licht reflektiert: „**Refill High Protect Sun Powder Foundation SPF 50**“ (ca. 20 €). Von Malu Wilz
- 2 Passt sich dem Hautton an und bringt den Teint mit Vitamin C zum Strahlen: „**Glow By Nature Anti-UV-Fluid LSF 50**“ (ca. 14 €). Von lavera
- 3 Fühlt sich dank der luftigen Wasser-Fluid-Textur herrlich erfrischend an: „**UV-Water-Fluid Glow LSF 50**“ (ca. 13 €). Von Garnier Ambre Solaire



Rund ums Haar

■ Sonne, Meer- und Poolwasser bedeuten für unsere Mähne leider Stress pur. Die unliebsamen Folgen? Trockenheit, Spliss und eine verblasste Haarfarbe. Praktisch sind hier spezielle UV-Schutzsprays, die sich wie ein schützendes Mäntelchen um jede einzelne Strähne legen und das Haar zugleich mit Feuchtigkeit versorgen. Reichhaltige Masken und Haaröle bilden die Pflegekür.



- 1 Stärkt und schirmt die Haare mit seinem UV-Filter vor Chlor, Salz & Co. ab: „**Sunkiss Glow Leave-In Spray**“ (ca. 9 €). Von Pantene Pro-V
- 2 Ist als Conditioner und Maske anwendbar: „**BC Sun Protect 2in1 Treatment Coconut**“ (ca. 26 €). Von Schwarzkopf Professional

Wöchentliche Haarkuren päppeln sonnenstrapaziertes Haar auf und werden am besten mit einem grobzinkigen Kamm verteilt

TOP-PFLEGE für danach

Gut beraten ist man mit After-Sun-Produkten. Diese haben nämlich einen höheren Wasseranteil und eine leichtere Textur als herkömmliche Bodylotions. In anderen Worten: Sie beschweren die Haut nicht, sondern enthalten vielmehr beruhigende, befeuchtende und kühlende Inhaltsstoffe wie Aloe vera. Ein beliebter Wirkstoff ist auch Panthenol, beschleunigt er doch die Zellerneuerung und Heilungsprozesse der Haut.



Entspannt und erfrischt: „**Gesicht & Dekolleté After Sun Fluid Bio-Aloe Vera**“ (ca. 4 €). Von alverde



Breit, feinsandig sowie mehrere Kilometer lang ist der Strand in Scheveningen

Zaanse Schans, hier wirkt Holland wie aus dem Bilderbuch



Spätsommer in Den Haag, links ist das berühmte Museum Mauritshuis zu sehen



Donnerstags von 10 bis 12.30 Uhr findet in Gouda der Käsemarkt statt, ein historisches Spektakel



Fast nebensächlich wirken die Verkaufsstände in der riesigen, kunstvollen Markthalle von Rotterdam

Klompen, ein typisches Souvenir. Wenn sie gut passen, sind sie sogar bequem

