

FÜR UNS IST ALLES DRIN

# Freundin

## Warum nehme ich nicht ab?

So vermeiden Sie versteckte Diät-Fallen

### Ihre individuelle Make-up-Beratung

Endlich die richtigen Farben für Augen, Lippen & Teint

# 35 IDEEN, die Sie sofort GLÜCKLICHER machen

Neue Studien zeigen: Mit kleinen Dingen können wir das Glück ganz bewusst in unser Leben holen – viel schneller, als wir denken

**NEU!**  
Living-Ideen zum Selbermachen. Ab sofort in jedem Heft

### Was jetzt Trend wird

- Die aktuelle Romantik-Mode (trägt man zu Jeans)
- Schimmer-Looks für jeden Tag

### Taschen, Taschen, Taschen

### SCHNITZEL MAL GANZ ANDERS

Überraschende Rezepte (z.B. Asia-Style) ab Seite 158





# Beauty NEWS

Ausgesucht von Renate Kuhlbrodt,  
Ressortleitung Beauty

Aus dem Shampooregal kennt man 2-in-1-Produkte, jetzt profitiert auch unser Teint von der Technologie. Das „Skin Best Serum-in-Cream“ hat die Tiefenwirkung eines Serums und lässt sich so leicht verteilen wie eine Creme. Das Ergebnis: superfeine Haut. Von Biotherm, um 50 Euro.

„Kann ich den Lipgloss, den ich während meiner Erkältung benutzt habe, weiterhin verwenden?“

Paula, 28, aus Bonn

Leichter LEBEN

Sind Sie ansonsten gesund, spricht nichts dagegen. Denn der Körper entwickelt im Verlauf der Erkältung Abwehrzellen gegen Bakterien oder Viren. Selbst wenn sich am Lipgloss Bakterien angesiedelt hätten, wäre es also sehr unwahrscheinlich, dass es beim Weiterbenutzen zu einem Wiederaufflammen der Krankheit kommt. Falls Ihr Immunsystem jedoch geschwächt ist und Sie häufiger unter Erkältungen leiden, gönnen Sie sich lieber einen neuen Gloss.



Prof. Dr. S. Plötz,  
Fachärztin für  
Dermatologie

**SIE HABEN AUCH EINE BEAUTY-FRAGE?**

Dann schicken Sie sie an: [post@freundin.burda.com](mailto:post@freundin.burda.com) oder freundin, „Beauty-Frage“, Arabellastr. 23, 81925 München

## BOXENSTOPP FÜR SMOKY EYES

Sechs Lidschattentöne, Applikator, Pinsel, Spiegel und eine verständliche Schminkanleitung: In dieser Mini-Kiste ist alles drin, was man für ein dramatisch gutes Augen-Make-up braucht. Von essence, um 6 Euro.



# 3-IN-1 REINIGUNG FÜR SENSIBLE HAUT.

NEU



1. REINIGT INTENSIV
2. ENTFERNT MASCARA
3. SPENDET FEUCHTIGKEIT