



5 26 lifestyle

SEPTEMBER
OKTOBER

IHR WOHLFÜHL-MAGAZIN

GRATIS



Der innere
TAKT

Leben im Einklang



Via Salina

Hotel am See

51 geschmackvolle Landhauszimmer und Suiten, die sonnige Seeterrasse, ein beheizter Innen- und Außenpool mit traumhaftem Panoramablick über den See und auf die Berge sowie neue Ruhe- und Behandlungsräume erwarten Sie im Via Salina Hotel am See.

Entdecken Sie das Via Salina für sich! Die unvergleichliche Lage direkt am Haldensee, umgeben von der Bergkulisse des Tannheimer Tales: bezaubernd, beeindruckend, beruhigend – einfach einzigartig!

Mit stilvoller Eleganz und einer traumhaften Lage bieten wir Ihnen viel Raum für Erholung – ganz bewusst ohne Kinder. Als erstes Hotel im Tannheimer Tal sind wir ein Rückzugsort vom Stress des Alltags, an dem Erwachsene Ruhe und Entspannung finden. Egal, ob Sie gerade frisch verliebt sind, sich eine Auszeit ganz für sich selbst gönnen oder neue Energie für Ihren Familienalltag schöpfen wollen – wir bieten Ihnen den passenden Rahmen dafür. Von der Kulinarik bis zum Wellnessbereich ist alles auf die Wünsche unserer erwachsenen Gäste ausgerichtet.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

dezentere
*L*uxus

direkt am See...
nur für Erwachsene



Aktuelle
Informationen
finden Sie auf
unserer
Homepage!

UNSERE lifestyle Favoriten



on
line
exklusiv

Eine Woche Glow-Boost-Garantie: Die „Hydra-PD-Mask“ von LuLuLun sorgt mit sieben Tuchmasken für eine festere und strahlende Haut. Das vielleicht beste Selfcare-Upgrade der Saison!



Superangesagte Milky Nails, die halten und den Nagel verstärken: mit dem „SOS Nail Repair Base Coat“ von Artdeco kein Problem.



Nicht neu, aber läuft bei uns nach wie vor in Dauerschleife: das Jahrhundertalbum „Lux“ von Rosalía auf LP. Vorsicht, Suchtgefahr!



Tauchen Sie ein in die
digitale Müller-Welt



ZEIT DER VERÄNDERUNG

Die Tage werden ruhiger, das Licht weicher und der Alltag fordert uns oft auf ganz neue Weise heraus. Zwischen Terminen, Erwartungen und ständigem Tempo wächst gleichzeitig die Sehnsucht nach Balance – nach kleinen Momenten zum Durchatmen. Unter dem Titel „Leben im Einklang“ (ab Seite 28) widmen wir uns den vielen Facetten eines modernen Lebensgefühls, das Schönheit nicht nur im Aussen sucht, sondern auch im Inneren findet.

Wir entdecken die Welt der Nischenparfums (ab Seite 24), die weit mehr sind als nur ein Accessoire. Wir nehmen Trends wie „Deep Hydration“ (ab Seite 10) unter die Lupe und widmen diese Ausgabe auch dem echten Leben, dem manchmal turbulenten Familienalltag (ab Seite 78) und besonderen Unterhaltungsmomenten für Gross und Klein (ab Seite 53). Oft sind es gerade die einfachen Dinge, die uns wieder in Balance bringen: gemeinsames Lachen, vertraute Rituale oder ein ruhiger Moment nur für sich selbst.

Wir wünschen Ihnen eine inspirierende Auszeit mit dieser Ausgabe, viele neue Entdeckungen und vielleicht auch den einen oder anderen Moment, der Sie wieder ein Stück näher zu Ihrem ganz eigenen Rhythmus bringt.

Alles Liebe für Sie

Ihre Lifestyle-Redaktion



16



Seite faszinieren

- 7 ANZIEHUNGSKRAFT**
- 8 ZEITGEIST**
Inspirierende Neuheiten
- 10 FEUCHTIGKEITSUPDATE FÜR DIE HAUT**
Deep Hydration
- 14 DAS AMPULLEN-MATCH**
Pflege mit Persönlichkeit
- 16 BLINK IN COLOR**
Mehr als nur schwarz



25

24

Seite

riechen

- 21 TIEFE EMOTIONEN**
- 22 DUFTNEUHEITEN**
Mehr Aura
- 24 STILLER LUXUS**
Die Welt der Nischendüfte

Seite

fühlen

- 27 MEHR ALS EINE MOMENTAUFNAHME**
- 28 ZEIT FÜR DEN EIGENEN TAKT**
Leben im Einklang
- 30 KOMPROMISSLOS SCHÖN**
Natural News
- 32 SERIE: DIE GROOMINGTYPEN**
Erdbunden – aber mit Wirkung!
- 34 TOOLS, TOOLS, TOOLS**
Alles für die Haare
- 36 WENIGER TABU, MEHR FRISCHE**
Intimpflege
- 38 STIMMT ES EIGENTLICH, DASS ...**
Beautymythen im Check
- 40 PERFEKTE NÄGEL – OHNE UV**
Gut gelackt
- 42 ANTI-RUTSCH-SOCKEN**
Gib Gummi!



25



LET'S GET SOCIAL!



@mueller_deutschland



@mueller.schwiiz



@mueller_de



Seite

leben

73 DAS LEBEN VERLÄUFT SELTEN GERADEAUS

74 KLEINE SÄTZE, GROSSE WIRKUNG

Nett sein

76 TOOLS MIT BISS

Zahnpflege 2.0

78 SO GELINGT DER STRESSFREIE START IN DEN SCHULMORGEN

Wer hat eigentlich die Znünidose?

82 ZEIGT HER EURE SCHUHE!

Glanzstücke

84 FREMDNASCHEN ERLAUBT?

Dürfen Hunde Katzenfutter fressen?

Seite

erleben

53 KÄSTNERS SPÜRNASEN

Emil und die Detektive

54 NEUHEITEN

Popkultur

56 STOP! MOTION!!

Aardman, Schafe und der Sieg der Knete

58 BEZAUBERND ANDERS

Hex-hex!

60 DANKBAR FÜR ALLES

Gentleman

61 FREUNDE FÜRS LEBEN

Peter Maffay & Johannes Oerding

62 SPEED STATT MACHT

Star Wars: Galactic Racer

63 NOCH LEGENDÄRER!

Rayman Legends Retold

67



standards

3 Editorial

4 Inhalt

44 Entdecken

86 Rätsel & Verlosung

88 Horoskop

90 Impressum



Produkte mit diesem Symbol erhalten Sie exklusiv bei Müller.

68



Seite

schmecken

65 DIE GENUSS-HOCHSAISON

66 KNACKIG, SAFTIG, SÜSS

Superstar Apfel

70 GESUND UND GUT

Goldenes Öl

MaxMara

Le Parfum



The New Fragrance

faszinieren



**WAHRE FASZINATION
ENTSTEHT DORT,
WO EMOTION AUF STIL TRIFFT**

ANZIEHUNGSKRAFT

*Manche Dinge ziehen uns sofort in ihren Bann: ein besonderer Blick, ein aussergewöhnlicher Duft, **Menschen, Ideen und Momente, die etwas in uns auslösen, das sich kaum erklären lässt, aber lange nachwirkt.** Entdecken Sie Trends, Persönlichkeiten, Innovationen und Schönheitswelten, die inspirieren, überraschen und neue Perspektiven eröffnen.*

FACETTENREICH

Maskulin, entschlossen, charismatisch: „Boss Bottled Beyond Eau de Parfum“ von Boss unterstreicht die Aura des modernen Mannes durch seine holzige Komposition und überrascht mit Ingwer und Ledernuancen.



ERFÜLLENDE TIEFE

Erwecken Sie Ihre Kraft mit dem neuen Eau de Parfum Intense „Flora Gorgeous Orchid“ von Gucci. Die besondere Mischung aus Gegensätzen erzählt eine beeindruckende Geschichte von Selbstvertrauen. Der blumig-holzige Duft bringt Cremigkeit und Mineralität in Einklang, um einen strahlenden Gourmand-Duft entstehen zu lassen.

zeitgeist

Die aufregendsten Entdeckungen
und Trends der Saison

MODE, KUNST und DESIGN



Die Ausstellung „Farbenspiel“ im Wien Museum (01.10.2026–28.03.2027) widmet sich dem vielschichtigen Thema „Farbe“ und zeichnet anhand von rund 350 historischen Kleidungsstücken ein lebendiges Bild der Modeschichte. Von traditionellen Farbsystemen bis hin zu selten beachteten Nuancen wird deutlich, wie sehr Kleidung als Ausdruck von Status, Gefühl und Identität fungiert. Zwischen Alltagsmode und aufwendiger Garderobe, zwischen anonymen Stücken und Entwürfen bekannter Wiener Designer entfaltet sich ein weiter Bogen vom 18. Jahrhundert bis in die Gegenwart und zeigt, wie Farbe Mode prägt und gesellschaftliche Dynamiken sichtbar macht.



SCHIMMERND

Diese Lust am Spiel mit Nuancen setzt sich auch in der Beautywelt fort: Intensive Pigmente, schimmernde Texturen und mutige Farbkombinationen, etwa in der funkelnden „Better Than Palette“ von Rom&nd in der Farbe „Light & Glitter Garden“, greifen die kulturelle Kraft der Farbe auf und übersetzen sie in moderne Ausdrucksformen.



LONGEVITY FÜRS HAAR

Marlies Möller ist es gelungen, den Longevity-Trend auf Haarpflege zu übersetzen, und überzeugt uns mit dem „Long-Hair-Life Hyaluron Shampoo“, dessen Formulierung ohne Silikone Kopfhaut und Haar pflegt und kräftigt.



BETÖREND

Lassen Sie sich von der belebenden Energie des neuen „Boss Bottled Beyond Eau de Parfum for Her“ von Boss mitreissen. Pfingstrose trifft auf Ahornsirup und steht für persönliche Selbstverwirklichung ebenso wie für kollektive Stärke. Ein Duft für inspirierende (Lady-)Bosse.



GOLD, WAS GLÄNZT

Das „Cell Longevity Super Anti-Aging Liquid Youth Double Serum“ von Weleda basiert auf der innovativen Kraft mit einer Formulierung von 100 % natürlichen Inhaltsstoffen. Reifer Haut gewidmet, aber geeignet für jeden, der sich nach einem verfeinerten Hautbild sehnt.

Bilder: Mode nach Farben Modesammlung, 2026, Foto: TimTom, Wien Museum, PR; Bilder können mit KI generiert sein



BODY MIND SOUL



**Move freely.
Stay focused.**

we handle the hair.

Damit beim Workout nur du in Bewegung bist.

Deep Hydration

*Nach den oft sonnenverwöhnten Sommermonaten steht unsere Haut im Herbst vor einem radikalen Wechsel: **Kühle Aussenluft trifft auf trockene Heizungsluft – ein Spannungsfeld, das selbst robuste Haut aus dem Gleichgewicht bringen kann.** Die Folgen: Feuchtigkeitsverlust, Spannungsgefühle und ein fahler Teint. Höchste Zeit also, die Pflege neu auszurichten.*



Dr. med. Lea Geimer,
Fachärztin für Dermatologie
und Allergologie am Hautzen-
trum Nymphenburg, München

Im Herbst sinkt nicht nur die Temperatur, sondern auch die Luftfeuchtigkeit. Gleichzeitig beginnt die Heizperiode, was die Luft in Innenräumen zusätzlich austrocknet. Diese Kombination greift die natürliche Hautbarriere an. Die Haut verliert schneller Wasser (transepidermaler Wasserverlust), während ihre Fähigkeit, Feuchtigkeit zu speichern, abnimmt. „Viele unterschätzen, wie stark sich klimatische Veränderungen auf die Haut auswirken“, erklärt Dermatologin Dr. Lea Geimer. „Gerade im Herbst wird die Haut durch äussere Faktoren regelrecht dehydriert, auch wenn sie sich nicht sofort trocken anfühlt.“

WAS PASSIERT BEI FEUCHTIGKEITSVERLUST?

Fehlt der Haut ausreichend Feuchtigkeit, zeigt sich das nicht nur durch Trockenheit. Die Hautbarriere wird durchlässiger, was die Haut anfälliger für Reizungen, Rötungen und sogar Unreinheiten macht. Gleichzeitig verliert sie an Elastizität; feine Linien und erste Fältchen treten deutlicher hervor. Ein weiterer Effekt: Der Teint wirkt müde und weniger strahlend. Der natürliche Glow geht verloren, weil die Hautoberfläche das Licht nicht mehr optimal reflektiert. „Dehydrierte Haut ist nicht nur ein ästhetisches Problem“, betont Dr. Geimer. „Langfristig kann eine gestörte Hautbarriere zu chronischen Hautproblemen führen.“

SO PASSEN SIE IHRE SKINCARE-ROUTINE AN

Der Wechsel im Sinne von Deep Hydration erfordert keine komplette Neuerfindung Ihrer Routine – wohl aber gezielte Anpassungen:

1. Sanfter reinigen

Setzen Sie auf milde, feuchtigkeitsspendende Cleanser statt auf stark schäumende Produkte. Diese bewahren die natürlichen Lipide der Haut.

2. Feuchtigkeit schichten („Layering“)

Ein zentraler Ansatz der Deep Hydration: mehrere leichte feuchtigkeitsspendende Produkte übereinander auftragen, etwa Toner, Serum und Creme.

3. Reichhaltigere Pflege integrieren

Während im Sommer leichte Texturen ausreichen, darf es im Herbst eine nährendere Creme sein, die die Feuchtigkeit in der Haut „versiegelt“.

4. Nachtpflege intensivieren

Die Haut regeneriert sich nachts besonders effektiv. Nutzen Sie diese Phase mit hydratisierenden Masken oder Overnight-Treatments.

5. Sonnenschutz nicht vergessen!

Auch im Herbst bleibt UV-Strahlung ein Faktor für Hautalterung und Feuchtigkeitsverlust.

FEUCHTIGKEIT IST DIE NEUE LUXUSPFLEGE

„Deep Hydration ist keine kurzfristige Lösung, sondern eine grundlegende Strategie für gesunde Haut“, fasst Dr. Geimer zusammen. „Wer jetzt in die richtige Pflege investiert, stärkt die Haut langfristig – und bewahrt ihren natürlichen Glow.“ Der Herbst ist also nicht nur eine Zeit des Wandels, sondern auch eine Einladung: um die eigene Hautpflege bewusster, reichhaltiger und nachhaltiger zu gestalten. Denn wahre Strahlkraft beginnt mit einer optimal hydratisierten Haut. ■



NUR BEI
M



Feuchtigkeitsboost

Das „Lab System ActiveCare Hyaluron Serum“ mit quer vernetzten 6-fach-Hyaluronsäuren sowie Niacinamid verleiht besonders feuchtigkeitsarmer Haut ein gepflegtes Hautgefühl und fördert gleichzeitig die Regeneration.



Nachtaktiv

Die „Natureo Overnight Inverse Cream“ von Annemarie Börlind entfaltet ihre Pflegekraft über Nacht. Einfach am Abend auf Gesicht, Hals und Dekolleté auftragen und am nächsten Morgen erfrischt aufwachen.



Für Anspruchsvolle

Die 22 Pflanzenextrakte und ausgewählten Aktivstoffe im „Double Serum“ von CLARINS stärken die Haut und unterstützen ihre natürlichen Funktionen. Gleichzeitig hilft die Formulierung, umweltbedingten Hautalterungszeichen entgegenzuwirken.

Hautschmeichler

Mit seiner zweiphasigen Formel versorgt das Gesichtswasser „Glow Replenishing Rice Milk“ von BEAUTY OF JOSEON die Haut mit Feuchtigkeit und hilft gleichzeitig, überschüssigen Talg zu reduzieren. Reis-Extrakt, Ceramide und Centella Asiatica unterstützen ein ausgeglichenes, ebenmässiges Hautbild.

DIESE WIRKSTOFFE MACHEN JETZT DEN UNTERSCHIED

Nicht jede Feuchtigkeitspflege ist gleich wirksam. Achten Sie gezielt auf Inhaltsstoffe, die tiefenwirksam hydratisieren und die Hautbarriere stärken:

» Hyaluronsäure

Der Klassiker unter den Feuchtigkeitsboostern. Sie kann ein Vielfaches ihres Eigengewichts an Wasser binden und sorgt für sofortige „Aufpolsterung“.

» Glycerin

Ein bewährter Feuchtigkeitsspender, der Wasser aus der Umgebung in die Haut zieht und dort speichert.

» Ceramide

Essenziell für eine intakte Hautbarriere. Sie helfen dabei, Feuchtigkeit in der Haut zu halten, und schützen vor äusseren Einflüssen.

» Niacinamid

Ein Multitalent: stärkt die Hautbarriere, wirkt entzündungshemmend und verbessert die Feuchtigkeitsbalance.

» Panthenol (Provitamin B5)

Beruhigt die Haut und unterstützt ihre Regeneration – ideal bei ersten Trockenheitsanzeichen.

Spezialpflege

Das „Lancaster 365 Skin Repair Liposomal Cellular Serum“ lässt sich sanft auf der Haut verteilen und sorgt morgens wie abends für einen feuchtigkeitsspendenden Anti-Aging-Effekt.

BOSS BOTTLED BEYOND FOR HER

DIE NEUE DUFTSIGNATUR

Mit BOSS BOTTLED BEYOND FOR HER eröffnet BOSS Parfums ein neues Kapitel der BOSS Weiblichkeit. Im Zentrum steht eine bisher einzigartige Komposition – ein neuer Duft aus Pfingstrose und Ahornsirup. Der Pfingstrosen-Akkord fängt die zartesten und strahlendsten Facetten der rosa Pfingstrose ein und verleiht dem Duft eine blütenartige Frische sowie Strahlkraft. Dem gegenüber steht der Ahornsirup-Akkord: reichhaltig, warm und von ambrierten Nuancen durchzogen, die für eine sinnlich-umhüllende Tiefe sorgen.

BOSS RECOGNIZE BOSS

Ganz im Sinne von **BOSS RECOGNIZE BOSS** steht Boss Bottled Beyond for Her für den Einklang von persönlichem Erfolg und gemeinsamer Stärke. Dabei hat sich Erfolg weiterentwickelt und definiert sich nicht mehr ausschließlich durch persönliche Leistung, sondern durch die Fähigkeit, andere auf dem eigenen Weg zu inspirieren und zu stärken. Dieser Duft feiert Frauen, die über sich hinauswachsen. Diese moderne, inklusive Sichtweise bildet den Kern der Philosophie BOSS RECOGNIZE BOSS.



HIGHTECH FÜR DIE SINNE

BOSS Bottled Beyond for Her wurde für Performance konzipiert und auf Langlebigkeit ausgerichtet – die Komposition basiert auf einer deutlich höheren Konzentration als die meisten Eau de Parfum. Auch die High-Tech-Formulierung sorgt für eine gesteigerte Haltbarkeit und intensiviert so das Dufterlebnis.



ÜBER DIE GRENZEN VON DESIGN HINAUS

Das Double-B-Monogramm wurde als Einzigartiger, veredelter Flakon gestaltet, der die moderne BOSS-Weiblichkeit neu interpretiert. Mit seinen skulpturalen und doch zarten Linien ist das neue Design ein elegantes Gegenstück zum schwarz-silberfarbenen Flakon des Herrendufts. Für den Damenduft wird ein moderner, intensiver Rosaton durch die Tiefe von Schwarz und die Strahlkraft von Gold veredelt.

BALD AUCH FÜR IHN:

BOSS BOTTLED BEYOND FOR HIM – EAU DE TOILETTE INTENSE

DER ERSTE FLORAL-LEDRIGE HERRENDUFT VON BOSS
AB DEM 28.09.2026 IN DEINER MÜLLER FILIALE ERHÄLTlich



DAS AMPULLEN-MATCH

Pflege mit Persönlichkeit

*Es gibt Tage, an denen die Haut jedes Gespräch verweigert. Sie wirkt müde, spannt oder sieht aus, als hätte sie beschlossen, heute nicht mitzuarbeiten. Genau für diese Momente haben Ampullen ihren festen Platz in der Beautywelt gefunden. **Hoch konzentriert, unkompliziert und oft die schnelle Antwort auf akute Hautbedürfnisse.***

DIE GLOW-JÄGERIN

Wenn fahler Teint keine Option ist, sind aufhellende Wirkstoffe wie Vitamin C eine gute Wahl. Sie schenken müde wirkender Haut neue Strahlkraft.

DIE KRISENMANAGERIN

Trockene Stellen, Spannungsgefühl oder ein Termin am Abend? Feuchtigkeitsspendende Ampullen mit Hyaluron sind die kosmetische Soforthilfe für Tage, an denen es schnell gehen muss.

DIE PURISTIN

Weniger Produkte, klare Wirkung. Wer Pflege unkompliziert mag, setzt auf ausgleichende Formulierungen, die Feuchtigkeit spenden und die Hautbarriere unterstützen.

DIE ANSPRUCHSVOLLE

Für manche ist Hautpflege ein kleiner Luxusmoment. Hier dürfen intensivere Formulierungen mit Straffungs- oder Pflegefokus ihren Platz haben.

DIE SENSIBLE

Wenn die Haut auf neue Produkte schnell gereizt reagiert, gilt Zurückhaltung. Beruhigende Pflege ist hier meist die klügere Wahl.

So unterschiedlich die Beautyroutinen auch sind: Die beste Ampulle ist deshalb selten die mit dem lautesten Versprechen. Sondern jene, die versteht, was Ihre Haut gerade braucht. ✕



Hier geht's direkt
zu unserem
Lifestyle-Blog



1. SANTAVERDE HYALURON DUO TREATMENT: Doppelte Wirkstoffpower für ebenmässige und sichtbar vitalere Haut. **2. DR. GRANDEL PROFESSIONAL COLLECTION AMPULLEN EPIGEN ADVANCED+:** Intensive Spezialpflege mit hochwirksamer Formulierung für Gesicht, Hals und Dekolleté. **3. DECLARÉ HYDRO BALANCE MOISTURE HYALURON AMPULLE:** Spendet tiefenwirksam Feuchtigkeit für glattere, praller wirkende Haut und lang anhaltende Pflege. **4. DECLARÉ AGE CONTROL CELLULAR ACTION AMPULLE:** Gezielte Wirkstoffimpulse mit Irisextrakt und Hyaluron beleben und schenken neue Energie.

DR. GRANDEL

EFFEKTIV.
WIRKSAM.
WOW!

Der Feuchtigkeits-
Booster
für jede Haut.




Feuchtigkeit
spendend


aufpolsternd


Fältchen
mildernd


sofort sichtbares
Ergebnis


made in Germany

Ampullen-Pionier seit 1957.

Entdecken Sie die Ampullen-Vielfalt von DR. GRANDEL in den Müller Naturshops und auf www.mueller.de/naturshop

*IHR GESCHENK: Ein Ampullen-Set gratis (3x3 ml) beim Kauf von 2 Ampullen-Sets. Wählen Sie aus der Ampoule Selection Ihre Lieblingsampullen. Solange Vorrat reicht. Aktion gültig vom 01.09.2026 bis 31.10.2026

we know your skin.

BLINK IN COLOR

Mehr als nur schwarz

Schwarze Mascara gilt seit jeher als Klassiker. Gerade deshalb wirkt ein Hauch von Farbe an den Wimpern heute so spannend. **Wir zeigen Ihnen, welche Nuance Ihre Augen strahlen lässt.**

Beauty bewegt sich seit einiger Zeit weg von makelloser Strenge hin zu mehr Persönlichkeit. Make-up soll nicht nur optimieren, sondern auch Spass machen. Bunte Mascara trifft genau diesen Nerv. Sie ist unkomplizierter als ein farbiger Lidschatten-Look, weniger präzisionsintensiv als grafischer Eyeliner und trotzdem sofort sichtbar. Gerade weil der Farbimpuls so klein ist, wirkt er modern statt überladen. Ein tiefes Blau, ein sattes Bordeaux oder ein dunkles Grün verändern einen Look subtil, aber spürbar.

AUGENFARBE

» Blaue Augen

» Grüne Augen

» Braune Augen

» Graue Augen

Besonders harmonisch

Kupfer, Rost, Bordeaux

Violett, Pflaume, Beerentöne

Blau, Petrol, Smaragd

Navy, Aubergine, Tannengrün

Natürlich gilt auch hier: Regeln sind eher Inspiration als Gesetz. Wer Lust auf knalliges Türkis hat, braucht keine farbtheoretische Erlaubnis. Gerade an Tagen, an denen klassisches Make-up langweilig erscheint, reicht manchmal genau dieser kleine Perspektivwechsel. Denn nicht jeder Beautytrend verlangt Perfektion. Manche wollen einfach nur Freude bringen. ✖



1. SHISEIDO CONTROLLED CHAOS MASCARA INK „EMERALD ENERGY“: Elegantes Smaragdgrün unterstreicht die natürliche Strahlkraft der Augen und zaubert eine moderne Frische. **2. L'ORÉAL PARIS LASH PARADISE MASCARA „LATTE BROWN“:** Pflegt die Wimpern mit Blumenöl und schenkt ihnen maximales Volumen. **3. MAKE UP FACTORY PANORAMA LASHES MASCARA „VELVET BORDEAUX“:** Verleiht den Wimpern einen eleganten, samtig tiefen Farbakzent. **4. KORRES DRAMA VOLUME MASCARA „BLUE“:** Kraftvolles Blau sorgt für sichtbar mehr Länge und einen intensiven Blick.



LA BOMBA

BE LOUD BE FREE

NEW

LA BOMBA & LA BOMBA INTENSA
THE NEW FRAGRANCE



CAROLINA HERRERA

MAKE UP FACTORY

professional
high end make up.

NUR BEI



EYES & BROWS TO WOW

Ein frischer Blick, definierte Brauen und Wimpern mit Wow-Effekt: Mehr braucht es diesen Herbst nicht für einen modernen Look. Die neue EYES & BROWS TO WOW Kollektion von Make up Factory kombiniert smarte Must-haves für perfekt betonte Augen. Von soften Lidschatten-Sticks und präzisen Brow Linern bis hin zu fixierenden Brow Gels und Mascara für extra Länge und Schwung. Die richtigen Produkte verleihen jedem Look im Handumdrehen mehr Ausdruck, Frische und einen Augenaufschlag, der garantiert im Gedächtnis bleibt.



AUGEN VORBEREITEN

STEP 1

Die SENSITIVE EYESHADOW BASE als Grundierung auf das Augenlid auftragen. Sie verlängert die Haltbarkeit des Lidschattens, verhindert das Absetzen in der Lidfalte und gleicht dank leichter Tönung Unebenheiten aus. So kommt der Lidschatten besser zur Geltung.

AUGEN MAKE UP KREIEREN

STEP 2

Den COOLING EYESHADOW STICK N°06 direkt auf das bewegliche Lid auftragen und mit dem Finger sanft verblenden. Die cremige Textur lässt sich mühelos verteilen und sorgt sofort für einen frischen, strahlenden Look. Die 24H LASH MASTER – TUBING MASCARA verleiht den Wimpern Volumen, Länge und Schwung.

NEW

24H LASH MASTER - TUBING MASCARA

Mascara mit extremem 24H-Halt: Wisch- und wasserfest mit Tubing-Technologie



AUGENBRAUEN DEFINIEREN

STEP 3

LÜCKENHAFTE BRAUEN

Mit der Fine Tip des 24H LIQUID TATTOO BROW LINERs feine, haarähnliche Striche zeichnen, um Lücken gezielt und natürlich aufzufüllen. Anschließend mit dem 24H BROW CONTROL FIXING GEL die Härchen für zusätzliche Definition in Form kämmen und fixieren.

FEINE BRAUEN

Mit der Multi Tip des 24H LIQUID TATTOO BROW LINERs ganz einfach mehrere feine Härchen gleichzeitig nachzeichnen und die Brauen optisch verdichten. Für ein besonders natürliches Ergebnis die eigenen Härchen mit dem 24H BROW CONTROL FIXING GEL in die gezeichneten Strukturen verblenden und fixieren.

VOLLE BRAUEN

Mit der Fine Tip des 24H LIQUID TATTOO BROW LINERs die Brauenform optimieren und kleine Unregelmäßigkeiten ausgleichen. Anschließend die Härchen mit dem 24H BROW CONTROL FIXING GEL in Form bringen und für zuverlässigen Halt, ohne zu verkleben fixieren.



NEW

24H LIQUID TATTOO BROW LINER

Augenbrauenstift mit 24H-Halt und doppelseitigem Präzisionsspitzen-System

NEW

24H BROW CONTROL FIXING GEL

Transparentes Augenbrauen Gel mit schnell trocknender Formel und starkem Halt

Dr. Hauschka



New Hydration redefined.



Effektiver als
Hyaluron*

Über 90% aktive
Inhaltsstoffe aus
12 Heilpflanzen

2-in-1-Wirkkomplex:
mehr Feuchtigkeit,
mehr Schutz

46 % mehr
Feuchtigkeit nach
30 Minuten*

*Vergleichsmessung an 20 Probandinnen mit einem handelsüblichen
Hyaluron-Serum über 2 Wochen bei täglich 2-maliger Anwendung.

riechen



**MANCHMAL REICHT SCHON
EIN EINZIGER DUFT, UM EINEN
GEWÖHNLICHEN MOMENT
IN ETWAS BESONDERES
ZU VERWANDELN**

TIEFE EMOTIONEN

Ob warme Vanille, frische Zitrusnoten, beruhigender Lavendel oder elegante Holzakkorde: **Jeder Duft erzählt seine eigene Geschichte und unterstreicht Persönlichkeit auf ganz individuelle Weise.** Gerade Parfums sind dabei weit mehr als ein Beautyaccessoire: Sie werden zu Erinnerungen, Stimmungen und manchmal sogar zu einem unsichtbaren Ausdruck dessen, wie wir uns fühlen möchten.



FRISCHE MIT WOHLFÜHLFAKTOR

Spritzige Zitrusnoten treffen im „Cashmere Kumquat Eau de Toilette“ von Korres auf sanfte, warme Nuancen und verschmelzen zu einem harmonischen Dufterlebnis. Leicht und elegant zugleich wird der Duft zu einem dezenten Begleiter für den Alltag.



BIO, VEGAN UND MINIMAL WASTE

Die „Karité-Seife Provence“ von Savon du Midi begeistert mit cremigem Schaum, pflegender Bio-Sheabutter und dem entspannenden Duft von Olive und Lavendel. Vegan, bio und minimalistisch verpackt – für bewusste Pflege mit südfranzösischem Flair. Nicht nur für die Hände, auch für den ganzen Körper geeignet.

A close-up photograph of a person's hands and arms. They are wearing a light beige, draped dress. Their right hand holds a small, clear glass perfume bottle with a silver-toned cap, spraying the liquid onto their left wrist. The left hand is held palm up, with fingers slightly curled. The background is a soft, out-of-focus light beige.

DUFTNEUHEITEN

Mehr Aura

*Es gibt Luxus, den man sieht. Und es gibt Luxus, den man spürt – kaum greifbar, fast flüchtig. Während Trends kommen und gehen, erlebt die Welt hochwertiger Parfums derzeit eine Rückbesinnung auf das Wesentliche: **pure Rohstoffe, klare Kompositionen und Düfte mit Charakter. Weniger laut, dafür deutlich raffinierter.***



FEMININ

Lancôme „Idôle Eau de Parfum“ ist ein Duft, der die Aura einer neuen Generation von Frauen einfängt. Eine Komposition, die für einen selbstbewussten und strahlenden Auftritt steht. Er entfaltet sich klar und zugleich kraftvoll mit einer Basis, die eine lang anhaltende und geheimnisvolle Tiefe schenkt.



ATMOSPHERISCH

Jil Sanders Parfum „Midnight Sun“ lässt seine Trägerin in die strahlenden Eindrücke eines nie endenden Tageslichts eintauchen. Der Extrakt aus goldener Vanille (*Vanilla planifolia*) verleiht dem Duft eine warme, wohlthuende Süsse und hüllt die Sinne in einen ambrierten, sinnlichen Vanilleduft.



ANMUTIG

Es ist die Essenz einer modernen Romanze, eingefangen im Flakon des Eau de Parfum „Love Story“ von Chloé. Der unvergessliche feminine Duft verkörpert freie Sinnlichkeit und besticht durch ein Aufeinandertreffen aus Stephanotis und Zedernholz.



KLAR

Das Eau de Parfum Intense „Pure Musc Blanc“ von Narciso Rodriguez strahlt vor intensiver Reinheit. Ein Sprühstoss ist wie eine kraftvolle Umarmung. Ausdrucksstark und zugleich intim enthüllt dieser Duft eine leuchtende Intensität, eingebettet in Sanftheit.

Die wahre Kunst exklusiver Parfums liegt nicht in maximaler Stärke, sondern in ihrer Wirkung. Ein feiner Duft muss keinen Raum dominieren, um präsent zu sein. Er entfaltet sich in Nuancen – nah an der Haut, elegant und intim. Gerade pure Duftöle und hoch konzentrierte Extrakte gewinnen deshalb an Bedeutung. Sie verzichten oft auf übermässige synthetische Verstärker und setzen stattdessen auf Reinheit und Präzision. Das macht sie nicht nur langlebiger, sondern auch individueller. Denn hochwertige Düfte reagieren mit der Hautchemie ihres Trägers. Dieselbe Komposition kann bei zwei Menschen völlig unterschiedlich wirken – und genau darin liegt ihre Magie.

Die neue Eleganz der Zurückhaltung

Moderne Düfte verzichten zunehmend auf plakative Inszenierung. Stattdessen dominieren minimalistische Flakons, reduzierte Kompositionen und eine fast stille Exklusivität. Kenner erkennen Qualität nicht an Lautstärke, sondern an Balance, Reinheit und handwerklicher Präzision. Ein aussergewöhnliches Parfum muss nicht erklären, wer man ist. Es hinterlässt lediglich einen Eindruck, den man nicht vergisst. Denn manche Formen von Luxus sieht man nicht – man erinnert sich an sie. ✕



NATÜRLICH ELEGANT

Das LACOSTE „Pour Femme Eau de Parfum“ ist eine Hommage an die natürliche Eleganz und Spontaneität. Der Duft transportiert das samtige „Je ne sais quoi“-Gefühl wie kaum ein zweiter und verführt mit einer pudrigen Tiefe.



LUMINESZIEREND

Burberrys neues Eau de Parfum Intense „Goddess Amber Vanilla“ erinnert an das dämmerige dunkelgoldene Leuchten eines Sonnenuntergangs, spiegelt eine intensivere, raffinierte Weiblichkeit wider und verkörpert innere Stärke, Selbstvertrauen und Selbstfindung.

Die Welt der Nischendüfte

Wer sich zum ersten Mal durch das Sortiment eines Nischenduft-Hauses schnuppert, erlebt oft eine kleine Irritation. Da duftet es nicht nach frischer Wäsche, Vanille oder dem vertrauten Bouquet klassischer Bestseller.

Stattdessen nach schwarzem Tee, trockenen Hölzern, Büchern oder kalten Steinwänden. *Nicht alles gefällt sofort. Und das ist durchaus beabsichtigt.*

Nischendüfte folgen einer anderen Idee als klassische Designerparfums. Sie entstehen meist in kleineren Parfumhäusern, die sich ganz auf Duft spezialisieren, statt ihn als Ergänzung zu Mode oder Kosmetik zu verstehen. Das Ergebnis sind häufig ungewöhnlichere Kompositionen, kleinere Kollektionen und ein deutlich geringerer Fokus auf Massentauglichkeit. Dass gerade diese Düfte so gefragt sind, passt erstaunlich gut in die Gegenwart. Während Luxus früher oft über Sichtbarkeit funktionierte, wächst heute das Interesse an Dingen, die subtiler kommunizieren. Ein Duft, den nicht jeder sofort erkennt, erzählt eine andere Geschichte als ein globaler Bestseller. Er wirkt persönlicher, oft auch eigenwilliger.

So finden Sie Ihren Nischenduft

Diejenigen, die zum ersten Mal in diese Welt eintauchen, machen oft denselben Fehler: zu schnell zu urteilen. Nischendüfte sind selten Liebe auf den ersten Sprühstoss. Parfum verändert sich. Was in den ersten Minuten auf der Haut landet, ist lediglich der Auftakt. Die eigentliche Entwicklung beginnt oft deutlich später. Wer nach dem ersten Sprühstoss entscheidet, verpasst im Zweifel genau den Teil, der einen Duft interessant macht.

FINESSE

Ein Duft wie ein stilvoller Auftritt: Florale Nuancen spielen im Eau de Parfum „Imperial“ von Gisada Luxury Collection mit feinen Gewürzen und verschmelzen mit warmen Holzakkorden zu einer ausdrucksstarken, luxuriösen Komposition.



Hilfreicher ist es, die Suche etwas strategischer anzugehen

Auf der Haut testen

Die Körperchemie verändert jeden Duft. Was bei einer Freundin faszinierend riecht, kann an Ihnen völlig anders wirken. Und: Teststreifen aus Papier sind praktisch, ersetzen aber keinen Hauttest.

In Duftfamilien denken

Frisch, pudrig, holzig oder würzig? Wer seine Vorlieben kennt, findet schneller Orientierung.

Nicht mehr als zwei oder drei Düfte auf einmal testen

Irgendwann streikt selbst die ambitionierteste Nase.

Zeit mitbringen

Manche Düfte erschliessen sich erst nach Stunden.

Ein erster Duftkompass

Für alle, die elegante Klassiker lieben: Iris, Moschus, Sandelholz

Für moderne Frische: Bergamotte, Tee, Kräuter, Meersalz

Für Charakter mit Tiefe: Leder, Oud, Gewürze, Rauch

Für weichere Kompositionen: Amber, Feige, Tonkabohne, sanfte Blütennoten

Nischendüfte sind nicht automatisch besser als klassische Parfums. Aber sie folgen oft einer anderen Idee. Weniger gefällige Perfektion, mehr Charakter. Vielleicht liegt genau darin ihr Reiz. Ein Duft, der nicht jedem gefallen will, wirkt oft gerade deshalb so besonders. ✖



Bilder: Adobe Stock, PR; Bilder können mit KI generiert sein



WÄRMEND

Nicht süß und verspielt, sondern tief, trocken und beinahe rau entfaltet sich im Eau de Parfum „Un bois vanille“ von Serge Lutens Collection Noire eine aussergewöhnlich intensive Duftkomposition zwischen dunklen Hölzern und warmer Sinnlichkeit.



OPULENT

Dunkle Harznoten treffen im Eau de Parfum „Oud“ von Gisada Luxury Collection auf sinnliche Gewürze und sanfte Süsse und entfalten eine schwere, fast hypnotische Duftsignatur mit luxuriösem Charakter.



DOLCE VITA

Zwischen Espresso, süssem Gebäck und floraler Opulenz entfaltet sich das Eau de Parfum „Passeggiata in Galleria Vittorio Emanuele II“ aus der „Le Vie di Milano“-Kollektion von Trussardi, das italienische Eleganz mit Sinnlichkeit verbindet und die Atmosphäre eines luxuriösen Nachmittags in Mailand einfängt.



Hier geht's direkt zu unserem **Lifestyle-Blog**

www.alkmene.de



ALLES KLAR FÜR MEINE HAUT.

Teebaumöl + Zink PCA
Natürliche Kraft mit Boost.
Denn doppelt wirkt besser.

Nachweislich bestätigte Wirksamkeit

deine **alkmene**[®]



fühlen



ZUCKERSÜSS

Scandys „Gloss Boss Juicy Lip Oil“ ist im Grunde ein Lippen-filler in einer Tube – Sonnenblumenöl pflegt die Lippen weich, während die seidige, leichte Textur sie voll, glänzend und fast zum Anbeissen macht.



ES SIND OFT DIE KLEINEN DINGE, DIE UNS DARAN ERINNERN, WIE WICHTIG ES IST, NICHT NUR ZU FUNKTIONIEREN

MEHR ALS EINE MOMENTAUFNAHME

*Fühlen bedeutet, sich selbst Aufmerksamkeit zu schenken, echte Emotionen zuzulassen und kleine Rituale bewusst zu geniessen. **Zwischen Pflege, Wohlbefinden und innerer Balance entstehen genau die Momente, in denen wir wieder bei uns selbst ankommen.***

SANFTE WOHLTAT

Das femme balance „Probiotic Intim Waschgel“ wurde für die sanfte Reinigung des äusseren Intimbereichs entwickelt. Die milde Formulierung reinigt schonend und verleiht ein angenehmes Gefühl.



SOFORTFRISCHE

Hyaluron und Aloe-Vera-Gel sorgen für intensive Hydration, glätten und polstern auf. Meeresalgen reduzieren Falten und verbessern die Festigkeit der Haut. Die „Tuchmaske hydrate & refresh“ von Niyok aus 100 % Pflanzenfaser ist ausserdem vegan, Cosmos-zertifiziert und in Deutschland hergestellt.



ZEIT FÜR DEN EIGENEN TAKT

Leben im EINKLANG

Das Leben gegen Uhr und Termindruck kann schnell ermüden. Dabei trägt unser Körper längst einen eigenen Takt in sich – und der ist erstaunlich präzise auf unser Umfeld abgestimmt. Im Herbst lohnt es sich, besonders genau hinzuhören, um Selbstoptimierung durch Einklang zu ersetzen.

Eigentlich hat die Natur es ganz gut eingerichtet: Unser Körper funktioniert im Einklang mit unserem Umfeld. Egal, ob Schlaf, Hunger, Konzentration, Temperatur, Verdauung oder unsere Stimmung – unsere Bedürfnisse folgen Rhythmen, die sich vor allem an Licht und Dunkelheit orientieren. Morgens braucht der Organismus helle Signale für Aktivität, abends eher leicht gedimmte für die Ruhe. So einfach das klingt, unser Alltag sieht oft anders aus. Wir beginnen den Tag im Halbdunkel, verbringen Stunden vor gleissend hellen Bildschirmen, essen zwischen zwei Terminen und machen die Nacht mit künstlichem Licht wieder hell.

DER RICHTIGE MOMENT

Selbstverständlich ist nicht jeder Mensch zur gleichen Zeit wach, aufgeräumt und uneingeschränkt leistungsfähig. Während die einen schon im Morgengrauen die erste Joggingrunde drehen, kommen andere erst deutlich später in Gang – die meisten liegen (bzw. erwachen) irgendwo dazwischen. Trotzdem behandeln wir den Tag oft wie eine Art gerade Linie, die im Wesentlichen auf den Grundpfeilern „Funktionieren“, „Lieferrn“ und „Weitermachen“ aufbaut. Nur dass unser Energiehaushalt das selten so brav mitmacht. Energie steigt und fällt. Sie braucht Pausen, Licht, Nahrung und Bewegung. Und manchmal sogar den absoluten reizbefreiten Stillstand.

Wer möchte, kann das jeden Tag in der Natur beobachten. Wenn Blumen morgens ihre hängenden Köpfe in Richtung Sonne richten, ihren Energiehaushalt regulieren und über die festen Wurzeln im Boden auch von unten Energie zum Durchhalten ziehen, bevor sie sich mit dem Untergehen der Sonne wieder in den Ruhemodus begeben. Analog funktionieren auch wir Menschen. Unser Morgen muss nicht mit gesenktem Blick auf das Handy beginnen. Ein kurzes Hinausgehen, ein helles Fenster, ein Frühstück im Sitzen können uns mehr sortieren und aufrichten als der dritte Kaffee vor dem Google-Kalender. Und analog dazu ist der Abend dann nicht der Mülleimer des Tages, in den alles fallen darf, was vorher nicht mehr in den Tag gepasst hat. Unser Abend entscheidet mit darüber, wie gut die Nacht wird. Wer den Kopf im künstlichen (Sonnen-)Licht weiter planen und grübeln und die Finger scrollen lässt, fordert den eigenen Rhythmus heraus. Denn unser Körper möchte längst herunterfahren: mit weniger Licht, weniger Tempo und keinen To-dos.

„ALLES IM UNIVERSUM HAT EINEN RHYTHMUS. ALLES TANZT“

**Maya Angelou, US-amerikanische
Schriftstellerin, 1928–2014**

MIT DEN JAHRESZEITEN

Wer sich mit dieser Erkenntnis schwertut, sollte insbesondere im Herbst in sich hineinfühlen. Denn jetzt wird besonders gut spürbar, wie wir auf äussere Taktgeber reagieren. Nicht nur die Tage werden langsam kürzer, auch das Licht verändert sich. Und mit der sinkenden Temperatur verlagert sich unser Leben wieder automatisch nach innen. Wer das als Verlust empfindet, hat noch nichts verstanden. Denn diese Veränderung ist zugleich eine Einladung an uns, auch unseren Rhythmus neu

zu justieren. Nach dem Sommer mit seinen langen Abenden, den vielen Ausnahmen und den in jeder Hinsicht offenen Strukturen darf jetzt wieder mehr (innere) Ordnung entstehen. Das darf man ruhig auch als Herausforderung verstehen: Tageslicht wird

kostbar, also muss es aktiv gesucht werden. Bewegung fällt möglicherweise etwas schwerer – und tut gerade deshalb besonders gut. Und wenn es unruhig und kühl ist, geben uns warme Mahlzeiten und wärmende Rituale die Energie, die wir für die etwas dunklere Extrameile vielleicht benötigen. Und es tut auch überhaupt nicht weh, wenn wir unseren inneren Hauptcomputer gemeinsam mit dem Tageslicht schlafen schicken. Zum entspannten Relaxen reicht die Restwärme allemal.

Ein so verstandener Einklang mit sich selbst und mit der Natur ist kein grosses Lebenskonzept, sondern Selbstfürsorge in kleinen Schritten. Mit Entscheidungen, die den Körper nicht dauernd übergehen. Mit Pausen, die unseren Energiehaushalt regulieren helfen. Mit Routinen, die uns nicht einengen. Und mit einer Musik, die Ton in Ton mit dem Takt unseres Lebens im Hintergrund läuft. Hören Sie genau hin! Denn diese Musik spielt nur für Sie. Wer würde da nicht zu tanzen beginnen wollen ...? ■

Tanzen Sie mit sich!

Ihr Leben, Ihr Takt. Lassen Sie sich vom Herbst zu einem Tänzchen inspirieren und teilen Sie Ihren Tanz mit dem Universum unter dem Hashtag **#müllerlifestyle** mit uns, indem Sie uns markieren. Mit etwas Glück teilen wir Ihren Post in der Story auf unserer offiziellen Instagram-Seite **@mueller_drogeriemarkt**

KOMPROMISSLOS SCHÖN

NATURAL NEWS

*High Performance ohne synthetische Kompromisse – **die Neuheiten aus der Naturkosmetik überraschen uns immer wieder** mit innovativen Alternativen zu klassischen Wirkstoffen, smarten Refill-Systemen, Glas statt Plastik oder klimaneutralen Herstellungsprozessen. Vorhang auf!*



Bilder: Adobe Stock, PR; Bilder können mit KI generiert sein



Wohlfühlmomente

Lavendel ist für seine wohl-
tuende, entspannende Wirkung
bekannt. Das „Entspannende
Pflege-Öl“ von Weleda schenkt
wohltuende Momente, die Sie
ganz bewusst kreieren können,
und verleiht ein gepflegtes
Hautgefühl. Die Komposition
mit dem Duft von echtem La-
vender eignet sich ausgezeich-
net für eine ausgleichende
Massage am Abend.



Von Ceramiden geküsst

Das neue „Ceramide Lip
Treatment“ von i+m vereint
nährende Ceramide und
tiefenwirksames Hyaluron zu
einer intensiven Pflege. Es
hält die Lippen geschmeidig,
bewahrt sie vor dem Aus-
trocknen und schenkt ihnen
gleichzeitig ein natürliches
Glossy-Finish.



Black Beauty

Die „Luxury Black Soap“
von NESTI DANTE ist eine
feste Seife, die für ein an-
genehmes Gefühl auf der
Haut sorgt. Ihre Formu-
lierung mit pflanzlicher Ak-
tivkohle reinigt den Körper
sanft. Angereichert mit
Sheabutter verzichtet sie
ganz auf synthetische Ten-
side und duftet herrlich
opulent nach Patschuli.



Goodbye Stress

Das „Vitality Boost Revitalising
Facial Oil“ von Tautropfen
vereint leistungsstarke Natur-
wirkstoffe zu einer modernen
High Performance für gestresste
Haut. Der Teint freut sich binnen
kürzester Zeit über einen ge-
sunden Glow, neue Energie und
Erholung. Grund dafür sind der
Mikroalgenextrakt, Ginseng
und Samphiraöl.

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen in der Schweiz und überwiegend online unter www.mueller.ch erhältlich

ANNEMARIE BÖRLIND

SCIENCE OF NATURE

DIE LONGEVITY KRAFTFORMEL

AUS DEM NATURLABOR. SCHWARZWALD.

BIS ZU 8 JAHRE JÜNGER AUSSEHENDE HAUT.
KLINISCH BESTÄTIGT.¹

DIE NR. 1 NATURKOSMETIK
IN DER PARFÜMERIE UND IM REFORMHAUS.²



¹ Wirkstoffstudie: Hautalter im Zusammenhang mit der Faltenantiefe, Referenzdatensatz von über 300 Frauen
² Nr. 1 nach Umsatz 2025 in DE. Quellen: Circana (Parfümerie) und Biovista (Reformwarenhandel)

DIE GROOMINGTYPEN

Erdverbunden – aber mit Wirkung!



*Er braucht keinen grossen Auftritt, keinen in zehn Unterabteilungen gegliederten Badezimmerschrank und auch kein Produkt, dessen Wirkweise man nur mit abgeschlossenem Biologiestudium versteht. Gerade im Herbst, wenn die Haut rauer, die Luft trockener und der Alltag wieder dichter wird, **setzt der Geerdete auf Natural Basics, die nicht zu viel versprechen, aber verlässlich etwas tun:** reinigen, schützen, nähren und beruhigen.*

Bilder: Adobe Stock, PR; Bilder können mit KI generiert sein

SEIN MINDSET

Eines darf man nicht tun: den Geerdeten mit dem Conscious Cleaner zu verwechseln. Denn während der eine Pflege gern auch als Statement für Nachhaltigkeit, Inhaltsstoffe und Haltung versteht, kommt der Geerdete von einer ganz anderen Seite: Er sucht Natürlichkeit nicht aus Prinzip, sondern aus Instinkt. Er mag klare Texturen, dezente Düfte, wenige Schritte und Produkte, die sich nach Waldspaziergang, frischer Luft und ehrlicher Handarbeit anfühlen dürfen. Das heisst nicht, dass er etwas gegen moderne Wirkstoffe hat. Nur, dass er kein Drama braucht. Seine Pflege soll funktionieren, sich gut anfühlen und zu seinem Leben passen. Weshalb sie besonders im Herbst auch etwas wärmer, reichhaltiger und robuster werden darf.

SEINE PFLEGE

Im Zentrum seiner Pflege steht eine einfache Routine mit Substanz. Morgens eine milde Reinigung, die nicht all das einfach wegschrubbt, was die Haut eigentlich schützen soll. Danach eine Creme, die Feuchtigkeit spendet und die Hautbarriere stärkt: gern mit beruhigenden, bodennahen Inhaltsstoffen wie Hafer, Aloe Vera, Panthenol, Sheabutter oder pflanzlichen Ölen. Wenn er einen Bart trägt, arbeitet der Geerdete mit ein paar Tropfen Öl oder Balm gegen Trockenheit und störrische Herbstborsten. Wer rasiert, greift zu einer Pflege, die die Haut nicht zusätzlich reizt. Abends kommt er bewusst mit weniger aus: Gesicht reinigen, eincremen, fertig. Der Geerdete weiss, dass gute Pflege nicht zwingend aus zehn Schritten besteht. Seine Hände und Lippen bekommen im Herbst allerdings einen Sonderstatus. Denn spätestens wenn Kälte, Wind und Heizungsluft zusammenspielen, zeigt sich, wer hier vorgesorgt hat.

SEINE ESSENTIALS

- **Milde Gesichtsreinigung:** reinigt, ohne die Haut gleich auf „Novemberwind“ zu stellen.
- **Robuste Feuchtigkeitspflege:** spendet Feuchtigkeit und stärkt die Hautbarriere.
- **Bartöl oder After-Shave-Balm:** ob mit oder ohne Bart, Hauptsache beruhigend, pflegend und ohne Duftwolke.
- **Hand- und Lippenpflege:** die kleinen Herbststretter gegen Heizungsluft, Kälte und Co.
- **Dezenter Holzduft:** Vetiver, Zeder, Salbei oder Moos – präsent, aber entspannt. ■



BARTKONTROLLE

Gepflegt und geformt statt struppig und wild: „Blackspice Beard Control“ von ManCave sorgt mit Sheabutter und Koffein für leichter kämmbares und gepflegtes Barthaar.



WOHLTUEND

Schafgarbeextrakt gilt als besonders antioxidantienreich und ist deshalb ideal, um die Haut nach der Rasur zu beruhigen. Das macht den „Athenian Grooming After-shave-Balm“ von Korres nicht nur wohltuend, sondern auch besonders erfrischend.



PFLEGE UND SCHUTZ

Sie sollte in keiner Routine fehlen: Die „Feuchtigkeitscreme“ von Weleda for Men zieht sofort ein und hält die Haut unter anderem mit Sesam- und Jojobaöl geschmeidig.



ALLESKÖNNER

Spart Zeit, Geld und Nerven: Das Duschgel „3 in 1 Body Wash“ von Benecos for Men only sorgt mit zahlreichen Bioextrakten und speziellem Pflegekomplex für eine unkomplizierte Körper-, Gesichts- und Haarpflegerroutine in nur einem Schritt.

TOOLS, TOOLS, TOOLS

Alles für die Haare



*Haartrockner, Lockenstab oder Glätteisen – wenn es um unsere Haare geht, hat der Markt so einiges an (technischen) Helferchen zu bieten. **Doch welche Tools sind für welche Haarlänge eigentlich besonders gut geeignet?** Wir klären auf.*

Bilder: Adobe Stock, PR; Bilder können mit KI generiert sein



Föhnfrisch

Mit dem „invisibobble Blow-out Secret“-Set gelingt der Blow-out-Style ganz ohne Föhn(hitze). Dafür mit umso mehr Tragekomfort und einem salonähnlichen Föhneffekt mit schwungvollem Volumen.



Lockenmacher

Das sechsteilige Parsa-Set „Beauty Mikrofaser Papilotten“ formt ohne Hitzeeinwirkung und damit auf besonders sanfte Weise und über Nacht schwungvolle Locken- und Wellen-Looks ins Haar. Die Papilotten sind damit die perfekte Alternative zum Styling mit Lockenstab oder Glätteisen.

Volumengeber

Die „Rundbürste mit Wildschweinborsten klein“ von Faller aus gedämpftem Buchenholz sorgt aufgrund ihrer Borsten für mehr Volumen und natürlichen Glanz nach dem Föhnen.



Kurze Haare und Pony

- Kleine Rundbürste für Volumen und einen Ansatzlift
- Schmales Glätteisen für definierte Spitzen
- Für wellige, lässige Styles ist ein Mini-Lockenstab eine gute Wahl
- Feiner Kamm, um die Haare zu entwirren und durch leichtes Toupieren am Ansatz für mehr Volumen zu sorgen

Mittellange Haare

- Airstyler für das perfekte Föhnen mit nur einem Gerät und ohne Hitzeschäden
- Glätteisen für akkurate Styles oder leichte Wellen
- Lockenstab für Locken und Wellen-Looks
- Papilotten und Heatless-Curling-Sets zaubern über Nacht und ganz ohne Hitzeeinwirkung schöne Locken

Lange Haare

- Grosse Rundbürste für Extra-Volumen am Ansatz sowie mehr Form und Glanz im Haar beim Trocknen
- Multistyler mit verschiedenen Aufsätzen für schnelle und schonende Styles
- Lockenstab und Glätteisen für den grossen Auftritt
- Heatless-Curling-Sets und Lockenwickler für Styles ohne bzw. mit wenig Hitzeeinwirkung, dafür aber mit mehr Zeitaufwand



Formgeber

Wellen über Nacht? Mit dem „Lockenstyler ohne Hitze“-Set von BODY&SOUL nichts leichter als das. Einfach Haare eindrehen, fixieren und warten. Fertig ist der ultimative Locken-Look.

Beim morgendlichen Föhnen stellen wir uns nahezu täglich die Frage: Geht das nicht noch besser und vor allem schneller? Na klar! Mit den richtigen Geräten ist alles möglich. Entscheidend ist nämlich die Wahl der passenden Tools – stimmig mit der eigenen Haarlänge und -struktur und natürlich auch mit dem eigenen Stylingwunsch. Sozusagen die ganz persönliche Produktmatrix. Wenn Sie wissen wollen, wie Sie diese am besten für sich zusammenstellen, dann lesen Sie unbedingt weiter. Denn Sie sind nur noch wenige Zeilen davon entfernt, zukünftig morgens wertvolle Minuten und Nerven zu sparen.

Neben der Haarlänge ist bei der Wahl der persönlichen Tool-ausstattung auch immer die Haarstruktur entscheidend. Bei lockigem Haar ist ein Haartrockner mit Diffuseraufsatz beispielsweise ideal, denn dieser trocknet das Haar schonend und lässt den Look natürlich wirken. Zudem empfehlen sich für lockige Haare eher breitzinkige Kämme, um die Haare zu entwirren. Mit einem Lockenstab lassen sich einzelne Locken schliesslich noch gezielter herausarbeiten, was besonders edel wirkt.

Bei feinem Haar sollten Sie vor allem darauf achten, dass sich Geräte mit Hitzeeinwirkung auch kühler stellen lassen, um die Haarstruktur zu schonen.

Bei dickem Haar ist hingegen die Power der Geräte entscheidend, denn die sorgt für ein schnelleres Stylingergebnis.

Und ganz egal, mit welchen Tools Sie am Ende am liebsten arbeiten: Verwenden Sie bei Hitzeeinwirkung immer einen Hitzeschutz, um die Haarstruktur bestmöglich zu schonen und die Styles zu fixieren. ■

WENIGER TABU, MEHR FRISCHE

Intimpflege

Intimpflege ist eines dieser Themen, über das viele Bescheid wissen wollen, aber nur wenige offen sprechen. Dabei gehört sie genauso selbstverständlich zu unserer täglichen Routine wie Hautpflege oder Styling.

Zeit also, das Tabu abzulegen und neu zu denken: als Teil von Wohlbefinden, Selbstbewusstsein und moderner Selfcare.

Der wichtigste Punkt vorneweg: Weniger ist hierbei oft mehr. Der Intimbereich ist sensibel und reguliert sich grösstenteils selbst. Aggressive Produkte oder übertriebene Pflege können das natürliche Gleichgewicht sogar stören. Was wirklich zählt, ist ein bewusster Umgang mit dem eigenen Körper – und das Verständnis dafür, was er braucht und was nicht.

Die neue Generation der Intimpflege

Lange Zeit war Intimpflege entweder ein medizinisches Thema oder komplett von Unsicherheit geprägt. Heute verändert sich das Bild: Sanfte Formulierungen, minimalistische Inhaltsstoffe und ein Fokus auf Hautverträglichkeit stehen im Mittelpunkt.

Moderne Produkte setzen auf:

- Milde Reinigung statt starke Duftstoffe
 - pH-neutrale oder angepasste Formulierungen
 - Beruhigende, pflegende Inhaltsstoffe
- Das Ziel ist nicht „mehr Sauberkeit“, sondern ein angenehmes, natürliches Frischegefühl.

Intimpflege als Selfcare-Moment

Richtig verstanden kann Intimpflege sogar ein kleiner Moment der Achtsamkeit sein. Kein Muss, kein Stress – sondern ein bewusster Teil der eigenen Routine. Ein kurzer Check-in mit sich selbst: Wie fühle ich mich heute? Was tut mir gut? Das klingt simpel, macht aber einen echten Unterschied. Intimpflege braucht keine

**„FRISCHE BEGINNT
MIT WISSEN“**



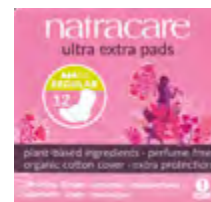
ZARTE PFLEGE

Das „Frauenleben Muskatellersalbei Intimes Pflegeöl“ von farfalla ist für die tägliche Pflege des sensiblen Intimbereichs konzipiert. Ob nach der Intimirasur, bei Irritationen oder für mehr Selbstliebe: Bio-Muskatellersalbei, Jojoba-, Granatapfelkern- und Jojobafrüchtlingsöle sorgen für Wohlbefinden.



SEIFENFREI SANFT

Das „Intim Wasch-Gel“ von Bioturm reinigt den sensiblen äusseren Intimbereich auf ganz besonders milde Weise und ist auf den natürlichen pH-Wert der Intimflora abgestimmt. Die Komposition aus Lacto-Intensiv-Wirkkomplex und einem hohen Milchsäureanteil beeinträchtigt das Gleichgewicht nicht.



ZUVERLÄSSIGER SCHUTZ

Die „Ultra Extra Pads Regular“ von natracare bieten einen zuverlässigen Schutz während der Menstruation. Dank ihrer durchdachten Konzeption aus natürlichen Materialien eignen sie sich für ein angenehmes Tragegefühl.

komplizierten Regeln. Was sie braucht, ist ein entspannter, informierter Umgang, weniger Tabu, mehr Wissen. Und vor allem: mehr Vertrauen in den eigenen Körper. Denn echte Frische beginnt nicht im Badezimmerregal, sondern im eigenen Gefühl von Wohlbefinden. ✕

NATÜRLICH GUT

Das „Velvet-Protection Oil“ von Weleda mit Granatapfelöl und Vitamin E wurde in Zusammenarbeit mit Dr. Sheila de Liz extra für den sensiblen Intimbereich entwickelt, lindert trockenheitsbedingte Spannungsgefühle und ist mikrobiomfreundlich.



WAS WIRKLICH SINNVOLL IST – UND WAS NICHT

Sinnvoll:

- » Sanfte Reinigung mit Wasser oder milden Produkten
- » Atmungsaktive Unterwäsche
- » Ein Gefühl für den eigenen Körper entwickeln

Weniger sinnvoll:

- » Stark parfümierte Produkte
- » Übertriebene Reinigung mehrmals täglich
- » Der Versuch, „perfekt“ oder geruchlos zu sein



STIMMT ES EIGENTLICH, DASS ...

Beautymythen im Check

Die Welt der Schönheit ist voller hartnäckiger Mythen, die sich seit Jahren – wenn nicht Jahrzehnten – halten. Manche klingen logisch, andere eher wie urbane Legenden. **Zeit für einen ehrlichen Faktencheck mit einem Augenzwinkern.**

Mythos 1

„Wachsen Beinhaare schneller nach, wenn man sie rasiert?“

Die kurze Antwort: Nein

Rasieren hat keinen Einfluss auf die Wachstumsrate oder die Haarstruktur. Der Irrglaube entsteht, weil nach dem Rasieren die Haarspitzen stumpf sind – nicht mehr weich zulaufend wie bei natürlich gewachsenen Haaren.

Fakt: Die Haarwurzel bleibt unberührt. Und genau dort wird entschieden, wie schnell und wie dick ein Haar wächst.

Mythos 2

„Häufiges Haarewaschen lässt die Haare schneller nachfetten“

Klingt plausibel, stimmt aber so nicht

Die Talgproduktion der Kopfhaut wird hormonell gesteuert, nicht durch die Anzahl der Haarwäschen. Was allerdings passieren kann: Aggressive Shampoos reizen die Kopfhaut, wodurch sie sich trocken anfühlt. Das kann subjektiv den Eindruck verstärken, dass das Haar schneller nachfettet.

Fakt: Wer milde, auf den Haartyp abgestimmte Produkte verwendet, kann seine Haare problemlos öfter waschen – ohne „Nachfett-Strafe“.

Mythos 3

„Reisst man ein graues Haar aus, wachsen zehn nach“

Ein Klassiker – und komplett falsch

Aus einer Haarwurzel wachsen ein bis drei Haare, mehr dazu kommen aber nicht. Punkt. Was jedoch stimmt: Wenn man ein graues Haar entdeckt, sind meist bereits weitere in der Umgebung vorhanden – nur fallen sie noch nicht so auf.

Fakt: Zupfen beschleunigt den Ergrauungsprozess nicht, kann aber die Haarwurzel schädigen. Also lieber zur Schere greifen, färben oder entspannt bleiben.

NUR BEI



Feuchtigkeitskick

Smart gespart mit Eigenmarke: Die „Hydrogel Augenpads Stay Hydrated“ von CV, angereichert mit Aloe Vera und einer 5-fach-Hyaluron-Formel, erfrischen die zarte Haut um die Augenpartie.



Geheimtipp

Das „30 sek Trocken Shampoo Pure Frische“ von Guhl sorgt in Windeseile für ein frischeres Gefühl, verzögert die nächste Haarwäsche und hinterlässt vor allem keinen lästigen Staubfilm am Ansatz.



Schummelhilfe

Auch wenn sich Poren nicht zusammenziehen können, optisch verkleinern können wir sie schon. Mit dem „3 in 1 Blur Skin Primer“ von HYPOAllergenic ist das kein Problem. Er zaubert das Hautbild ebenmässig und glatt.



Hier geht's direkt zu unserem Lifestyle-Blog



IHRE HAUT INTERESSIERT
SICH NICHT FÜR MYTHEN,
**SONDERN FÜR DAS,
WAS WIRKLICH WIRKT**

Natürlich unterstützend

Die „Shape Caffeine-Maté Cellulite Cream“ von Mádara unterstützt die Hautpflege an Hüfte, Oberschenkeln, Bauch und Oberarmen. Besonders wenn sie vor dem Training aufgetragen wird, kann sie dabei helfen, das Erscheinungsbild der Haut zu verbessern.

Mythos 4

„Teure Produkte wirken automatisch besser“

Nein, auch wenn es viele gern glauben würden

Der Preis eines Produkts hängt oft von Marketing, Verpackung und Markenimage ab. Natürlich gibt es hochwertige Formulierungen im High-End-Bereich, aber auch viele günstige Produkte enthalten hervorragende Wirkstoffe.

Fakt: Entscheidend ist die Formulierung, nicht das Preisschild.

Mythos 5

„Fettige Haut braucht keine Feuchtigkeit“

Gefährlicher Irrtum

Auch fettige Haut kann dehydriert sein. Wird sie nicht ausreichend mit Feuchtigkeit versorgt, kann sie sogar noch mehr Talg produzieren, um das Defizit auszugleichen.

Fakt: Feuchtigkeit (Hydration) und Fett (Lipide) sind zwei völlig unterschiedliche Dinge – und beide müssen in Balance sein.

Mythos 6

„Poren kann man öffnen und schliessen“

Ein weitverbreitetes Missverständnis

Poren haben keine Muskeln – sie können sich also nicht aktiv öffnen oder schliessen. Was Wärme (z. B. Dampf) allerdings bewirkt: Sie kann Talg verflüssigen, wodurch Poren kurzfristig grösser erscheinen. Kälte kann sie optisch „zusammenziehen“.

Fakt: Die tatsächliche Porengrösse ist genetisch bedingt. ✖

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen in der Schweiz und überwiegend online unter www.mueller.ch erhältlich



I am
Mercedes

For Fierce Women

The new fragrance by
Mercedes-Benz

PERFEKTE NÄGEL – OHNE UV

Gut gelackt

Beauty wird zunehmend individueller. **Wir möchten hochwertige Ergebnisse erzielen, gleichzeitig aber Zeit sparen und ihre Routinen selbst bestimmen.** Genau deshalb gewinnen DIY-Beautylösungen immer mehr an Bedeutung. Und genau da setzen die neuen Lack-Technologien an und bauen auf spezielle Gel-Effekt- oder Longwear-Formeln, die ganz ohne UV-Licht auskommen und dennoch mit intensivem Glanz, starker Haltbarkeit und schnellem Trocknen überzeugen. **Das bedeutet: kein zusätzliches Gerät, keine komplizierte Anwendung und keine langen Studiotermine mehr.**

Für eine haltbare Maniküre daheim kommt es längst nicht mehr nur auf die Farbe an. Entscheidend ist das Zusammenspiel mehrerer Produkte. Das Geheimnis liegt im System:

- Ein glättender Base Coat
- Ein hochpigmentierter Farblack
- Ein widerstandsfähiger Top Coat mit Gel-Effekt

Viele moderne Top Coats sorgen inzwischen für diesen typischen „Frisch aus dem Studio“-Glanz und versiegeln die Farbe besonders langlebig. Manche Formulierungen reagieren zusätzlich mit natürlichem Tageslicht oder Luftkontakt und härten dadurch optimal aus – ganz ohne Lampe.

Vorbereitung bleibt der Schlüssel

Auch zu Hause gilt: Die perfekte Maniküre beginnt mit guter Vorbereitung. Gepflegte Nagelhaut, saubere Nägel und eine fettfreie Oberfläche sorgen dafür, dass der Lack deutlich besser hält. Ein weiterer Trend: pflegende Nail-Care-Produkte, die die Nägel gleichzeitig stärken. Nagelöle, Keratinseren oder Calciumpflegen werden inzwischen ganz selbstverständlich Teil moderner Home-Maniküren. ✖



- 1. MANHATTAN COSMETICS SUPER GEL NAIL POLISH GLAZED-LOOK „GLAZED SUGAR“:** Bis zu 14 Tage Halt und ein glänzendes Finish.
- 2. MANHATTAN COSMETICS SUPER GEL TOP COAT:** Kein UV-Licht notwendig, sondern nur Tageslicht.
- 3. ANNY GEL POWER NAIL POLISH „THRILLED“:** Sattes Braun für die perfekte Herbstmaniküre.
- 4. ANNY INFINITE SHINE TOP COAT:** Verleiht den Nägeln ein brillantes Gel-Glanz-Finish.
- 5. ESSIE GEL COUTURE NAGELLACK „BODICE GODDESS“:** Intensive Deckkraft mit einem lang anhaltenden Effekt.
- 6. ESSIE GEL COUTURE TOP COAT TRANSPARENT:** Sorgt für einen langen Halt von bis zu 15 Tagen.

Pures Retinol und Astaxanthin.
Fördern Zellerneuerung
und antioxidativen Schutz
über Nacht.

NEU



100 % bestätigen:
Straffe und regenerierte Haut*

90 % bestätigen:
Ebenmässiges Hautbild*

86 % bestätigen:
Sichtbar reduzierte Falten*

pro
derm

Hochdosierte Anti-Ageing-
Intensivpflege gegen die sichtbaren
Anzeichen der Hautalterung.

Die innovative Kombination aus 0,3% purem Retinol und Astaxanthin vereint zwei hochwirksame Wirkstoffe für maximale Anti-Ageing Power bei optimaler Hautverträglichkeit. Für sichtbar glattere, strahlendere und jugendlichere Haut in einem Schritt.



ANTI-RUTSCH-SOCKEN

Gib Gummi!

Sie sorgen für besseren Halt und erleben dank des Pilates- und Reformer-Hypes (Pilates am Gerät) gerade ihr grosses Revival seit Kindheitstagen: Anti-Rutsch- oder auch Grip-Socken. Also Socken und Söckchen mit einer genoppten Sohle aus Gummi, die für eine bessere Bodenhaftung sorgen.

Anti-Rutsch-Socken sind ein Klassiker in der Kindergarderobe, weil sie einfach kuschelig sind, gleichzeitig die Füsse warm halten und dafür sorgen, dass die Kleinen nicht ausrutschen. Nun erleben die praktischen Modelle ihren zweiten grossen Auftritt: als Accessoire für unseren Lieblingssport oder auch einfach für zu Hause – und zwar für uns Erwachsene. Warum genau die praktischen Socken mit der Gummisohle für Gross und Klein gerade so beliebt sind? Weil diese Fakten einfach dafür sprechen:

- Besserer Halt und Stabilität (z. B. bei Balance-Übungen)
- Keine kalten Füsse
- Hygienischer als Barfusslaufen (daheim und im Sportstudio)
- Absolutes Fashion-Piece für den Trendsport der letzten Jahre ✖



Sterntaler

So schön kann praktisch sein: Die „Hudson Home-pad“-Socken aus besonders weichem Material sorgen dank ihrer sternförmigen Gumminoppen an den Fusssohlen für rutschfeste Wohlfühlmomente.



Sportsfreunde

Die „Hudson Homepads“ aus weicher, atmungsaktiver Baumwolle und mit rutschfester Sohle sind die idealen Partner für den Sport und fürs Zuhause.



Rosa Lieblinge

Die „Home-Socken mit ABS“ von Move Up sorgen nicht nur beim Pilates- oder Barre-Training für echte Ballerina-Vibes, sondern geben uns immer ausreichend Halt. Das Modell ist auch in weiteren Farben erhältlich.



TRENDTIPP

FÜR BESTÄNDIGKEIT

Kein Trendtipp im eigentlichen Sinne, dafür ein wertvoller Tipp für noch längere Freude am Produkt: Damit die Socken lange so viel Grip wie zu Beginn haben, sollten Sie Anti-Rutsch-Socken besser immer bei niedrigeren Temperaturen waschen und lufttrocknen lassen.

Von Anfang an

Früh übt sich: Mit den „Anti-Rutsch-Socken“ von Tommy Hilfiger im praktischen Doppelpack bleiben selbst die kleinsten Füsschen warm, während die Gumminoppen für mehr Sicherheit bei den ersten Krabbel- und Gehversuchen sorgen.



Skin^Mable
BY CV



Recharge your skin!

- Hochwirksame Inhaltsstoffe für jede Hautsituation
- Versorgt die Haut mit dem, was sie braucht, ohne zu belasten



Erhältlich in autorisierten Müller-Filialen und im Onlineshop, solange der Vorrat reicht.
Müller Handels GmbH & Co. KG, Albstraße 92, 89081 Ulm.
Eine Übersicht unserer Filialen und Sortimente finden Sie unter www.mueller.ch

DAS LEBEN GLÄNZT

Alltagshelden

Es gibt diese Tage, die völlig unspektakulär beginnen – und dann plötzlich alles verändern.

*Ein spontaner Roadtrip. Ein unerwartetes Wiedersehen. Ein Date nach Feierabend.
Ein Herbststurm, der uns mit Regengüssen überrascht. Oder einfach dieser Moment,
in dem man morgens in den Spiegel schaut und denkt: Heute wird anders.*



Das Leben liebt Bewegung. Es bleibt nie lange an einem Ort. Es ist laut und leise, chaotisch und wunderschön, manchmal völlig durchgeplant und dann wieder voller Überraschungen. Genau darin liegt seine Besonderheit: Kein Tag fühlt sich exakt an wie der davor. Und vielleicht brauchen wir gerade deshalb Orte, die uns begleiten, egal, was kommt.

Der Drogeriemarkt ist längst mehr als ein Ort für Shampoo und Zahnpasta. Er ist eine kleine Alltagszentrale für alles, was das Leben spontan von uns verlangt. Zwischen Hautpflege, Snacks, Haarbürsten, Duftkerzen, Vitaminen und Lippenstiften steckt darin nämlich etwas viel Grösseres: die beruhigende Gewissheit, für das echte Leben vorbereitet zu sein. Denn das echte Leben hält sich selten an Pläne. Besonders in den Monaten September und Oktober spürt man diese Veränderung intensiv. Der Sommer verabschiedet sich langsam, die Luft wird kühler, das Licht weicher. Wir sortieren uns neu, wechseln nicht nur unsere Kleidung, sondern oft auch unsere Stimmung. Zwischen Neuanfang und Gemütlichkeit entsteht diese besondere Jahreszeit, in der man sich selbst wieder etwas mehr Aufmerksamkeit schenken möchte. ✖



GRUSELIG GRANDIOS!

Die Halloween-Kollektion von accessories kombiniert auffälligen Modeschmuck und dekorative Haaraccessoires mit detailreichen Spinnenmotiven und eleganter Spitze. Perfekt, um jedem Halloween-Look eine geheimnisvolle und stilvolle Note zu verleihen.



LAB SYSTEM

Ihre Haut, Ihre Routine, Ihre Linie

Tägliche Hautpflege zu Ende gedacht

JETZT NEU!



VIELLEICHT IST GENAU DAS DIE EIGENTLICHE
SCHÖNHEIT DES ALLTAGS: DASS WIR NIE
GENAU WISSEN, WAS MORGEN PASSIERT.

**ABER TROTZDEM JEDEN TAG NEU
ENTSCHEIDEN KÖNNEN, WIE WIR UNS
DABEI FÜHLEN MÖCHTEN.**



PERFEKTES FINISH

Das „Powder Puff Duo“ von Parsa Beauty ermöglicht ein ebenmässiges Auftragen von losem oder kompaktem Puder. Die weiche Oberfläche nimmt das Produkt optimal auf und gibt es gleichmässig wieder ab – ohne Flecken!



AUGENBLICK MAL!

Die „2000 Calorie Long Lash Era Chocolate Mascara“ von Max Factor zaubert den perfekten Augenaufschlag und sorgt mit optimaler Farb- abgabe für den ultimativen Wow- Effekt! Die innovative Volumenformel verleiht bis zu dreimal mehr Fülle.



SCHMOLLMUND

Mit dem „2000 Calorie Lip Shader“ in „Midnight Roast“ von Max Factor werden die Lippen perfekt konturiert und betont. Der heraus- drehbare Lipliner verleiht eine intensive Farbe, ist wischfest, lang anhaltend und einfach in der Hand- habung.

Bilder: PR; Bilder können mit KI generiert sein



UNTERWEGS MIT ENTSPANNTEN MUSKELN. FÜR GANZ NEUE ZIELE.



Mehr Bewegung erhöht den Magnesiumverbrauch bzw. -bedarf

- Die Muskulatur verbraucht bei jeder einzelnen Bewegung Magnesium
- Durch sportliche Aktivität verliert der Körper neben Flüssigkeit auch Magnesium durchs Schwitzen
- Daher ist es wichtig, den entstandenen Flüssigkeits- und Magnesiumverlust nach dem Sport auszugleichen



Schnell



Hochdosiert



1x täglich



Vegan

**Der fruchtige Klassiker:
extra stark und extra schnell**

Diasporal®. Für dein Leben in Bewegung.

diasporal.ch

*Magnesium unterstützt eine normale Muskelfunktion. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung.



CREMIG UND UNWIDERSTEHLICH

Das „Strawberry Matcha Duschgel“ von Terra Naturi reinigt sanft mit Bio-Grünteextrakt, Bio-Apfelsaft und pflanzlichen Tensiden, verwöhnt die Haut und hinterlässt ein angenehm weiches Hautgefühl. Der fruchtig-frische Duft nach Matcha und Erdbeere sorgt für ein belebendes Duserlebnis.



GLANZSTÜCK

Intensive, glossy Farbe mit Water-Shine Finish und ohne zu kleben: Der „High Shine Slip Stick“ in „Penny Brown“ von Manhattan ist butterart und spendet obendrein bis zu zwölf Stunden intensive Feuchtigkeit.



EISEN. DAS GUT SCHMECKT

Wenn Sie sich müde und erschöpft fühlen, ist es Zeit, die leckeren veganen „Eisensticks“ von AndreaFer zu entdecken. Praktisch für unterwegs und eine einfache Ergänzung, um den Alltag mit Eisen zu unterstützen.

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen in der Schweiz und überwiegend online unter www.mueller.ch erhältlich

Macht Narben weniger sichtbar.

NEU

Das Silikon-Narbenpflaster mit einzigartiger InvisiCo®-Technologie.

- +** Beugt vor.
Trägt zur Prävention von pathologischen Narben bei.
- +** Unterstützt.
Hilft, das Aussehen der Narbe zu verbessern.
- +** Deckt ab.
Wasserfest, mit hohem Sonnenschutz.
Repositionierbar und wiederholt applizierbar.



HARTMANN





HOCH DOSIERTES VITAMIN D

Besonders wenn die Tage kürzer werden, ist das „Sonnenvitamin“ wichtig. „Vitamin D3 1.000 I.E.“ von Salus ist ein hochdosiertes veganes Vitamin D3 aus pflanzlichen Flechten, das nicht nur das Immunsystem, sondern auch Knochen und Muskeln unterstützt.



HYBRID-PFLEGE

Der „Glycolic Acid 7% Exfoliating Toner“ von The Ordinary ist ein wasserbasierter Peeling-Toner mit 7 % Glykolsäure, einer Alpha-Hydroxysäure (AHA), die die Haut exfoliert. Der Toner glättet die Hautstruktur sichtbar und sorgt bei regelmässiger Anwendung für einen ebenmässigeren und strahlenderen Teint. Sagen Sie Lebewohl zu Linien und Fältchen!



KLARE SACHE

Das „Gesichtstonikum klärend“ von DR. HAUSCHKA ist eine stärkende Basispflege, die speziell für unreine, grossporige und fettige Haut konzipiert ist. Es regt die Eigenkräfte der Haut auf sanfte Weise an und sorgt für einen rosigen Teint mit lebendiger Ausstrahlung.

KEINE AUSREDEN

Der „Gimme Shade Daily SPF50“ Sonnenschutz von Scandy gehört ab jetzt zu unserer täglichen Routine. Die Formel ist natürlich, die Textur weich und die Lotion haftet so gut wie ein Primer, der das Make-up besser halten lässt. Gute Laune, perfekter Schutz (ganzjährig!) und ein tropisch-süsser Ananas-Duft: Viel Spass!



entdecken

DIM PARIS



SCHÖNE ZÄHNE. SCHÖNE TUBE

Zugegeben, Design hat in der Zahnpflege nicht die höchste Priorität, aber es macht trotzdem Spass, wenn die Badablage hübsch aussieht.

Die „Whitening Mint Zahncreme“ von Marvis sorgt für eine gründliche Reinigung der Zähne und hinterlässt ein lang anhaltendes Frischegefühl



NACHHALTIG GEPUTZT

Innovativ, schön und smart: Die „Humble Brush Bambuszahnbürste medium“ ist eine Wechselkopfzahnbürste für die tägliche Zahnpflege. Der Griff besteht aus 100 % biologisch abbaubarem, nachhaltigem Bambus, während die hochwertigen Nylonfasern für die beste Reinigung sorgen.



PERFEKT FÜR UNTERWEGS

Die „EXTRA® PROFESSIONAL White Kaugummi“ von Wrigley`s sorgen nicht nur für frischen Atem zwischendurch, sondern helfen auch, Zahnverfärbungen zu entfernen und das natürliche Weiss der Zähne zu erhalten.



KUNTERBUNTER KLASSIKER

Ob Schreiben oder Zeichnen, mit den „Finelinern point 88“ von Stabilo in 20 Farben bleibt kein Projekt farblos. In der praktischen Big Point Box sind die Stifte auch noch praktisch zu transportieren.



SCHREIBSPASS

So niedlich wurde garantiert noch nie geschrieben: Mit dem „Animal Pen! Füller Koala“ von Eberhard Faber schreiben sich fantasievolle Aufsätze fast ganz von allein. Für Rechts- und Linkshänder geeignet.



ERHÄLTlich* BEI

Müller

Bewusst entscheiden

Ob sanfte Pflege für sensible Haut, trendige Beauty-Highlights, natürliche Inhaltsstoffe oder praktische Alltagshelfer: **Eigenmarken machen Qualität zugänglich. Sie geben Raum zum Ausprobieren – ohne Kompromisse beim Anspruch.**

Vielheit bedeutet hier nicht Beliebigkeit. Jede Linie erzählt ihre eigene Geschichte. Mal reduziert und funktional, mal verspielt und farbenfroh, mal bewusst nachhaltig gedacht. Kundinnen und Kunden finden nicht die eine Lösung, sondern ihre Lösung.

Trendgespür trifft Alltagstauglichkeit

Eigenmarken reagieren schnell. Neue Texturen, angesagte Inhaltsstoffe, innovative Formate – was auf Social Media gehypt wird, findet seinen Weg ins Regal. Und bleibt dabei erschwinglich. Gerade im Beauty- und Lifestyle-Bereich entsteht so ein spannender Mix aus Inspiration und Verlässlichkeit. Man kann Neues testen, ganz ohne Risiko. Man kann sich kleine Luxusmomente gönnen, ohne das Budget zu sprengen. Unsere Eigenmarken geben hier Orientierung und bieten Alternativen, die oft überraschen. ✖



PORZELLANTEINT

Glass Skin ist der Megatrend aus Südkorea und steht für einen prallen, ebenmässigen und strahlenden Teint, der so glatt und durchscheinend wirkt wie poliertes Glas. Die neue „Glass Skin Collagen Hydrogel Maske“ von CV bringt Sie diesem Traum ein Stück näher.



DOPPELT GUT

Die „Doppelseitige Körperbürste“ von BODY&SOUL vereint Pflege und Massage. Weiche Silikonborsten reinigen die Haut schonend. Die Massagenoppen können durch sanfte kreisende Bewegungen die Durchblutung fördern.

FÜR JEDEN ANSPRUCH DIE PASSENDE ANTWORT



BUON APPETITO

Das „Bio Primo Bioland Mehl Pizza Typ 00“ mit hohem Proteingehalt sorgt für perfekte Elastizität, damit der Pizzateig dünn ausgezogen werden kann, ohne dabei zu reißen. Für Amore auf dem Blech.



NATURKRAFT

Die „Aloe Vera Moisture Boost Ampulle“ von Terra Naturi ist mit wertvollen Feuchtigkeitsspendern formuliert und verleiht der Haut bis zu 24 Stunden lang intensive Feuchtigkeit.

DENIM



Pflege mit Stil



**Pflege, für den
modernen
Mann.**

Stilvoll, frisch,
unverzichtbar



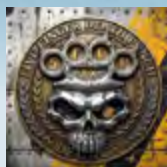
Die Film- und Musikempfehlungen der Ausgabe

Ausführliche Besprechungen zu allen vorgestellten Artikeln und weitere Highlights finden Sie regelmässig aktualisiert online im Lifestyle-Blog www.mueller.ch/erleben

CD und Vinyl



ANNETT LOUISAN
„Sehnsucht“
(Edel)
Jetzt bei Müller



FIVE FINGER DEATH PUNCH
„Legacy“
(Open)
VÖ: 18.09.



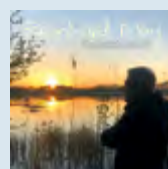
MATTHIAS REIM
„Flashback“
(Sony)
VÖ: 18.09.



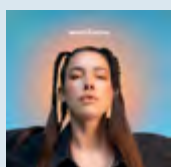
ROGER TAYLOR
„Violence Insane in a Beautiful World“
(Sony)
VÖ: 18.09.



WOLFGANG PETRY
„Ein Leben lang“
(Sony)
VÖ: 25.09.



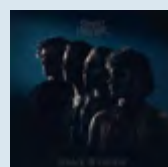
REINHARD MEY
„Schatzhauser“
(Universal)
VÖ: 25.09.



FRIDA GOLD
„I am Sonnenaufgang“
(Edel)
VÖ: 02.10.



PETER MAFFAY & JOHANNES OERDING
„Nashville“
(Sony)
VÖ: 02.10.



GRETA VAN FLEET
„Palace For The People“
(Universal)
VÖ: 09.10.

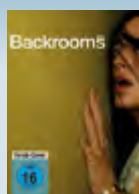


Hier geht's direkt zu unserem Lifestyle-Blog

DVD und Blu-Ray-Disc



IN THE GREY
(Leonine)
Jetzt bei Müller



BACKROOMS
(Leonine)
VÖ: 25.09.



DISCLOSURE DAY – DER TAG DER WAHRHEIT
(Universal/Plaion)
VÖ: 17.09.



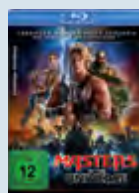
SUPERGIRL
(Warner/Plaion)
VÖ: 24.09.



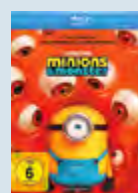
SCARY MOVIE 6
(Paramount/Leonine)
VÖ: 25.09.



THE MANDALORIAN & GROGU
(Disney/Leonine)
VÖ: 02.10.



MASTERS OF THE UNIVERSE
(Warner/Plaion)
VÖ: 22.10.



MINIONS & MONSTER
(Universal/Plaion)
VÖ: vorauss. im Oktober bei Müller

erleben



„PAROLE EMIL!“

KÄSTNERS SPÜRNASEN

*Wir wissen gar nicht, worauf wir uns mehr freuen sollen: auf den frischen Wind, den Regisseur David Dietl und zahlreiche Jungschauspieler für diese Neuadaption des Kästner-Klassikers versprechen? Oder auf „Discounter“-Hausdetektiv Merlin Sandmeyer, der hier als schurkischer Max Grundeis brillieren darf? Eines dürfte klar sein: Die aufregende Detektivjagd quer durch Berlin macht aus „**Emil und die Detektive**“ (Warner, ab 24.09. im Kino) ein absolut zeitgemässes Grosstadtabenteuer.*



Emil und die Detektive (EuroVideo)

Unfassbar, dass auch das Remake mit Jürgen Vogel als Max Grundeis schon wieder 25 Jahre auf dem Buckel hat. Sehenswert!



Die drei ??? Detektiv-Koffer (Kosmos)

Hier ist alles drin, was Nachwuchsdetektive und -detektivinnen für eine Spurensuche wie bei den Profis benötigen.

NEUHEITEN

POPKULTUR

Der WM-Sommer geht zu Ende, der Winter von GTA ist im Anmarsch. Zumindest fühlt sich der Releasetermin des vielleicht grössten Computerspiels aller Zeiten so an, nachdem eben mal drei Fussballweltmeisterschaften (Russland, Katar, USA) zwischen Teil fünf und dem sehnlich erwarteten Nachfolger liegen. **Aber Pop und Kultur können mehr als nur zu Hip-Hop-Beats durch US-Strassen cruisen. Römer vermöbeln zum Beispiel, ein „Geiles Leben“ haben oder dramatische Survivalkämpfe im Kino durchexerzieren.** Man sieht: Auch ohne Ball wird das Jahr 2026 nicht langweilig – mit Ball (EA Sports lässt grüssen!) aber auch nicht.

BACK FOR GOOD

Nach mehr als zehn Jahren Entwicklungszeit soll es im November (aber ganz sicher sind wir uns da nie) endlich so weit sein: Mit „**GTA VI**“ (Rockstar Games, ab 12.11. bei Müller – spielbar ab 19.11.) erblickt der regulär achte Hauptteil der legendären „Gangsta's Paradise“-Spielereihe das Licht der Welt. Und nur unsere Erwartungen sind wahrscheinlich noch grösser als die offene Spielwelt, die es hier zu erleben gilt. Im Mittelpunkt: das „Bonnie und Clyde“-Pärchen Lucia und Jason, die in Vice City und dem umgebenden Bundesstaat Leonida für eine gemeinsame Zukunft kämpfen. Sieht fantastisch aus und spielt sich für ein erwachsenes Publikum hoffentlich auch so.



HIGH FIVE ... Die unbeugsamen Asterix-Top-5 der Lifestyle-Redaktion



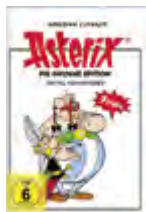
ASTERIX & OBELIX IM REICH DER MITTE (LEONINE)

Gelungene Realverfilmung mit unzähligen Anspielungen (jetzt bei Müller).



ASTERIX: DIE ODYSSEE (TONIES)

Supersüsser Idefix, supercooles Hörspiel (jetzt bei Müller).



DIE GROSSE ASTERIX EDITION (STUDIOCANAL/PLAION)

Sieben auf einen Streich: die frühen Trickfilmabenteuer, inklusive Dialektfassungen (jetzt bei Müller).



ASTERIX: WILDSCHWEINJAGD (PLAYMOBIL)

Ein echter Lizenzhammer: Die Ga..., die Ga-Ga... bei Playmobil (jetzt bei Müller).



ASTERIX UND DAS GEHEIMNIS DES ZAUBER- TRANKS (LEONINE)

Direkter Vorgänger des aktuellen Nubien-Abenteuers. Spassig (jetzt bei Müller)!

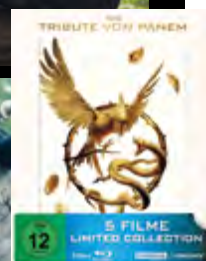


DIE SPINNEN, DIE GALLIER!

Warum nicht mal umgekehrt? Statt sich auf einen bestehenden „Asterix“-Comic zu berufen wie zahlreiche der animierten und realverfilmten Vorgänger, basiert „Asterix und das Königreich Nubien“ (Leonine, ab 03.12. im Kino) ausnahmsweise auf einem Originalstoff, der immerhin auf eine Grundidee des legendären Goscinny zurückgehen soll. Nach „Asterix im Land der Götter“ und „Asterix und das Geheimnis des Zaubers“ handelt es sich bereits um den dritten computeranimierten Trickfilmsspass, der eine Besonderheit mit sich bringen wird: einen Comic, der auf dem Film basiert.

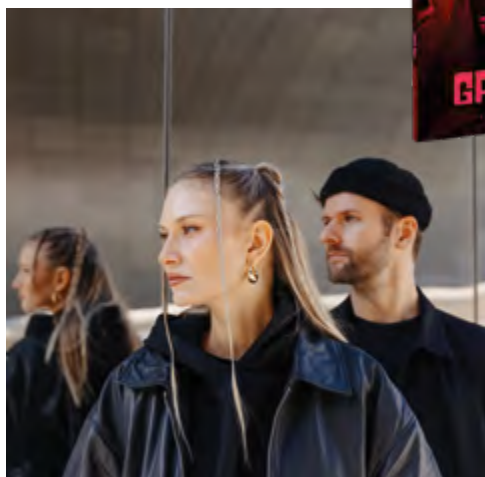
BEI TAGESANBRUCH

Fans der unfassbar erfolgreichen „Die Tribute von Panem“-Saga dürfen frohlocken. Denn nur rund ein- einhalb Jahre nach Erscheinen des zweiten Prequel-Bands „Der Tag bricht an“ schafft es die Verfilmung unter der Leitung von Stammregisseur Francis Lawrence schon in die Kinos. Jungstar Joseph Zada schlüpft an der Seite von McKenna Grace in die Rolle von Haymitch Abernathy, der es in den 50. Hunger- spielen mit Ralph Fiennes als Coriolanus Snow zu tun bekommt. Prominenter geht es auf dem Capitol zu: Hier kann man unter anderem Elle Fanning, Kieran Culkin, Glenn Close und Maya Hawke erleben. **Am 19. November startet „Sunrise on the Reaping“ (Leonine) in unseren Kinos.** Zur Vorbereitung empfehlen wir noch einmal die „**5 Filme Limited Collection**“ (StudioCanal/Plaion, jetzt bei Müller).



GEILES LEBEN

„Erst mal heiraten“ haben sich Carolin Niemczyk und Daniel Grunenberg 2024 wohl gedacht und haben, statt ein neues Album zu veröffentlichen, erst einmal Ehejahre gesammelt. „Licht & Schatten“, immerhin bereits 2018 erschienen und bis auf Platz 5 der Albumcharts gestiegen, blieb lange das letzte Album von **Glasperlenspiel**. Jetzt aber vermissen sie ihr „Geiles Leben“ als Musiker offenbar doch. Denn auf „Dein Hoodie“, ihrer zeitgemässen Comeback-Single, folgt nun mit „**GPS 26**“ (Universal, ab 23.10. bei Müller) endlich Album Nummer fünf. Smarter Elektropop mit Attitüde, von dem wir gar nicht gewusst haben, wir sehr er uns gefehlt hat. Bis jetzt.



STOP! MOTION!!

Aardman, Schafe und der Sieg der Knete

Mit „**Shaun das Schaf – Spuk im Kürbisfeld**“ melden sich die Stop-Motion-Genies aus den Aardman Studios mit einem neuen Animationsmeisterwerk zurück. **Hier kann man die Handarbeit fast noch riechen. Oder zumindest die Knete.**



Stop-Motion, das funktioniert wie Daumenkino. Nur dass für jedes Bild eine Figur oder ein Objekt minimal bewegt und dann fotografiert wird. 24 Bilder für eine „Shaun“-Sekunde. Daran hat sich wenig geändert, seit Pioniere wie Ray Harryhausen in der ersten Hälfte des letzten Jahrhunderts Monster wie King Kong oder etwas später die Skelette für „Jason und die Argonauten“ (1963) in Bewegung versetzten.

Auch in Europa fand diese Technik Nachahmer. Viele erinnern sich mit Sicherheit gern an Friedrich und Friedrich zurück, die beiden knuffigen Knetmännchen, die gemeinsam mit Luzie in „Luzie, der Schrecken der Strasse“ die frühen 1980er unsicher machten. Und dann kamen ja auch schon langsam die Aardman Studios dazu bzw. „Wallace & Gromit“-Schöpfer Nick Park, der ab 1985 dazustieß und nicht nur den Weg für US-amerika-

nische Stop-Motion-Spektakel wie „The Nightmare Before Christmas“ oder „Coraline“ bahnte, sondern auch das kleine britische Studio auf die Oscar-Land-

karte hievte. Schon 1989 gab es für „Creature Comforts“ den ersten animierten Kurzfilm-Oscar. Es folgten Auszeichnungen für „Wallace & Gromit – Die Techno-Hose“ (1993), „Wallace & Gromit – Unter Schafen“ (hier hatte Shaun 1995 seinen ersten Gastauftritt!) und „Wallace & Gromit – Auf der Jagd nach dem Riesenkaninchen“ (2005).

„Shaun das Schaf“ hat nach seinem Debüt bei Wallace & Gromit von 2007 an seine eigene Serie erhalten, die mit weit mehr als 150 Folgen längst zum von Eltern geliebten Klassiker im Kinderprogramm gehört. Mit „Shaun das Schaf – Der Film“ und „Shaun das Schaf – Der Film: Ufo-Alarm“ wurde 2015 und 2019 dann endlich die Kinoleinwand erobert. Die langen Pausen kommen nicht

kreativ

**ROHMATERIAL**

So ein Friedrich oder ein Schaf ist schnell geknetet: Mit der „Plastilin-Knete Winner“ von Eberhard Faber werden auch Sie zum Knetfiguren-Champion.

**FIGURENZAUBER**

Natürlich darf der Held einer der berühmtesten Halloween- und Stop-Motion-Filme nicht fehlen: „Jack Skellington“ von Funko POP! Disney fürs Regal.

**LICHT IM DUNKEL**

Keine Angst vor Gespenstern braucht man zu haben, wenn man „Shaun das Schaf“ an seiner Seite hat. Das dimmbare „LED-Nachtlicht“ von MegaLight läuft über Akkubetrieb, ist dimmbar und verfügt über sieben unterschiedliche Lichtfarben.

von ungefähr, denn in Spitzenzeiten arbeiten zuletzt bis zu 30 Animator:innen daran, gerade mal zwei Minuten Film animiert zu bekommen. Und der dritte Film rund um Shaun bringt es pünktlich zu Halloween immerhin auf 91 Minuten.

„**Shaun das Schaf – Spuk im Kürbisfeld**“ (StudioCanal, ab 01.10. im Kino) entpuppt sich, ähnlich übrigens wie seinerzeit das „Riesenkaninchen“, als allerbeste Halloween-Kost für die ganze Familie. Mit viel Mäh und wenig Muh (dafür viel Müh) arbeiten sich die Macher hier an ein paar der grossen Gruselklassiker ab – irgendwo zwischen „Mad Scientist“- und Werwolf-Grusel. Und brauchen da wie gewohnt nicht mal viele Worte für. Nur viele Hände und Finger. Die ihre Abdrücke – eine Art Markenzeichen bei Aardman – gerne auch mal auf den Figuren hinterlassen. ✕



Hier geht's direkt
zu unserem
Lifestyle-Blog



BEZAUBERND ANDERS

HEX-HEX!

Halloween, die Zweite: **Auch die Hexenzunft darf sich über ein Revival freuen.** Mit Bibi, zwei bezaubernden Schwestern und dem neuesten Disney-Animationshit wird es im Herbst gleich dreimal magisch in unseren Kinos.

Den Anfang macht eine alte Bekannte: Denn mit „**Bibi Blocksberg – Die total verhexte Zeitreise**“ (Leonine, ab 24.09. im Kino) meldet sich ein Liebling unserer Kinder zurück. Nachdem die Hörspiel-Ikone Anfang der 2000er bereits zweimal im Kino hexen durfte, kehrte sie 2025 in Gestalt von Darstellerin Nala Langenbach für „Das grosse Hexentreffen“ zurück, das jetzt endlich seine Fortsetzung feiern darf. Nach einem verpassten Schulpraktikum muss Bibi hier für zwei Wochen als Museumsaufseherin ran und gleich dabei zusehen, wie eine wertvolle Spieluhr geklaut wird. Zusammen mit Marita und Florian geht sie auf die Jagd – und die führt sogar weit in der Zeit zurück.



Weit in die Zeit zurück muss man auch bei den „Zauberhaften Schwestern“ denken. Vor knapp 30 Jahren begeisterten Nicole Kidman und Sandra Bullock als magisch begabte Owens-Schwwestern. Und weil Retro gerade so in ist (wie zuletzt nicht nur „Der Teufel trägt Prada 2“ gezeigt hat), gibt es auch hier ein zeitgemässes Sequel. Das geht bereits eine Woche vor Bibi ins Rennen um die Zuschauergunst. **Ab dem 10. September** wird „**Practical Magic 2 – Zauberschwester**“ (Warner) im Kino für grosse Emotionen sorgen, wenn der uralte Familienfluch auch von Owens-Tochter Sally Besitz ergreift.

Kurz vor Weihnachten mischt schliesslich auch noch Disney mit – ebenfalls mit einer weiblichen Protagonistin. In „**Wie verhext**“ (Disney, ab 26.11. im Kino) muss eine schüchterne Teenagerin erkennen, dass ihre Schrullen in Wirklichkeit magische Fähigkeiten sind. Gemeinsam mit ihrer Mutter stürzt sie sich in eine magische Welt voller Abenteuer. Bleibt uns eigentlich nur eines zu sagen: Hex-hex! ✖



Kneipp

DERMA SPEZIALPFLEGE

Beruhigend. Pflegend.
Parfümfrei.

BALANCE FÜR DEINE HAUT

Die Derma Spezialpflege-Serie
pflegt sehr trockene Haut
intensiv mit schützendem
Nachtkerzenöl.

Auch bei
Neurodermitis.



DANKBAR FÜR ALLES

Gentleman

Seine frühen „Silly Walks“ haben Spuren hinterlassen in Deutschland. Seit über 30 Jahren wandelt Tilmann Otto alias Gentleman zwischen den Welten jamaikanischer Reggae- und deutscher Hip-Hop- und Popmusik. „Gratitude“ ist ein dankbarer Blick zurück nach vorn.

Warum sollte es deutschen Reggae-Musikern anders ergehen als ihren deutschsprachigen Hip-Hop-Kollegen? Eben! Wer sich in den 1980ern früh für Rapkultur aus Deutschland engagierte, wurde meist ebenso belächelt, wie jemand, der sich Anfang der 1990er im Reggae wiederentdeckte. Wie Tilmann Otto, der schon mit 18 Jahren erstmals jamaikanische Luft und Musik schnupperte und sich im Anschluss in deutschen Soundsystemen wie Pow Pow Movement und Silly Walks Discotheque stark machte. Spätestens die Bekanntschaft mit Max Herre und seinem Freundeskreis sowie der gemeinsame Song „Tabula Rasa“ markierten Ende der 1990er dann einen Wendepunkt: Reggae aus Deutschland wirkte nicht mehr deplatziert, er öffnete Räume. Und zwar nicht nur in der Heimat, sondern schnell auch international.

Der Rest ist Geschichte: In den vergangenen zwei Dekaden ist aus Gentleman einer der prägendsten deutschen Künstler seiner Zeit geworden. Alben wie „Confidence“ (2004) und „Diversity“ (2010) gingen auf Platz 1 der Charts, rund 20 seiner Singles in die Top 100 und nationale (Kool Savas, Udo Lindenberg, Die Toten Hosen) wie internationale Stars (Shaggy, Pink, Aloe Blacc oder Sean Paul) gaben sich für Features das Mik in die Hand. Erstes „MTV Unplugged“-Album eines Reggae-Künstlers überhaupt? Ebenfalls check!

Spätestens 2017 eröffnete ihm die Teilnahme bei „Sing meinen Song“ noch einmal neue Zuhörer und musikalische Freundschaften unter anderem zu Mark Forster und Michael Patrick Kelly. Der sich als Gast auf „Wildfire“ für ein früheres Gentleman-Feature revanchiert und längst nicht der einzige Gast auf **„Gratitude“ (Warner Music, jetzt bei Müller)** bleibt. Neben Nico Santos melden sich auch internationale Szenegrößen wie



GENTLEMAN – LIVE

29.10.2026	BREMEN Pier 2
30.10.2026	HAMBURG Inselpark Arena
31.10.2026	LEIPZIG Haus Auensee
02.11.2026	BERLIN Columbiahalle
03.11.2026	BIELEFELD Lokschuppen
04.11.2026	NÜRNBERG Löwensaal
06.11.2026	BRAUNSCHWEIG Schön & Frölich
07.11.2026	WIESBADEN Schlachthof
08.11.2026	OBERHAUSEN Turbinenhalle
11.11.2026	MÜNCHEN Tonhalle
12.11.2026	KÖLN Palladium
14.11.2026	STUTTGART Wagenhallen
15.11.2026	WÜRZBURG Posthalle

Queen Omega und Capleton zu Wort und machen Gentlemans Rückkehr zu seinen sehr viel ursprünglicheren Reggae-Roots zu einem Ereignis, bei dem laut Otto vor allem eines mitschwingt: „Meine sehr persönliche Dankbarkeit und das Bewusstmachen von Vergänglichkeit.“ Nachzuhören im Oktober und November auf den Bühnen der Republik (und darüber hinaus). ■

Bilder: Jennifer Toebben, Christina Gotz, PR; Bilder können mit KI generiert sein

FREUNDE FÜRS LEBEN

Peter Maffay & Johannes Oerding

Da haben sich echt zwei gefunden: Hier die Deutschrock-Legende Peter Maffay, dort der rund 30 Jahre jüngere Singer-Songwriter Johannes Oerding, ein musikalischer Vater und dessen Ziehsohn quasi, die schon länger gemeinsame Sache machen, als es dieses Album suggerieren möchte. Denn neu an „**Nashville**“ (**Sony, ab 02.10. bei Müller**) ist lediglich die Tatsache, dass nun beide Namen als Künstler auf dem Cover prangen – der von Maffay und der Oerdings. Denn schon 2018 stand Letzterer im Vorprogramm für Maffays „MTV Unplugged“-Tour auf der Bühne, im Jahr darauf in den Credits von dessen Album „Jetzt!“. Für „So weit“ (2021) war Oerding dann schon an jedem der Songs in der Entstehung beteiligt. Trotzdem ist erst jetzt endlich auch ganz offiziell zusammengewachsen, was zusammengehört: relativ jung (Oerding) und etwas älter (Maffay), Songwriter-Pop (Oerding) und Rock (Maffay), Hut und Lederjacke, Deutschland und die USA. Denn auch hier liegen die musikalischen Wurzeln der beiden Musiker,

die auf „Nashville“ generationenübergreifend das feiern, was sie in ihren jeweiligen Zielgruppen zu absoluten Superstars hat werden lassen. Ein Album, das nicht nur zwischen Deutschland und den USA, Rock und Pop, gestern und heute Brücken schlägt, sondern auch zwischen zwei Musikern, aus denen längst schon beste Freunde geworden sind. **x**



Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen in der Schweiz und überwiegend online unter www.mueller.ch erhältlich



NEU!

fresher than ever – cuter than ever

entdecke jetzt die neuen b.fresh 250 ml duschen
in deinem Müller store

vanilla
orchid



pink
grapefruit



mighty
mango



ocean
fresssh



b.fresh™
körperpflege. neu definiert.

SPEED STATT MACHT

Star Wars: GALACTIC RACER

*Der Traum vieler Nachwuchs-Padawane wird endlich wahr:
Mit „Star Wars: Galactic Racer“ dürfen wir endlich **die abgefahrensten
Space-Vehikel** über die Planetenoberflächen des Outer Rim steuern.
Anschnallen nicht vergessen!*



Das Imperium ist (vorerst) geschlagen, die Geschwindigkeit kehrt zurück. Zumindest in den unendlichen Weiten des gesetzlosen Outer Rim, wo Spiel, Sport, Spass und illegale Wetten aufblühen, während andernorts die Republik um ihre Wiedererrichtung kämpft. Dass daraus eine Art nicht sanktionierte intergalaktische Formel-1-Liga entsteht, ist zwar erzählerisch nicht gerade die Neuerfindung des Rades, bürgt aber für ein actionreiches Spielprinzip, bei dem statt Macht, Laserschwertern und Blastern endlich das zählt, was bereits Anakin und Luke Skywalker ausgezeichnet hat: die Fähigkeiten im Umgang mit Weltraumboliden jeder Art.

Ob im Rahmen einer handlungsgetriebenen Kampagne oder in aufregenden PvP-Rennen: Hier helfen Skills mehr als esoterische Kräfte. Und nur wer über die nötige Geschicklichkeit und das richtige Durchhaltevermögen verfügt, steigt in der Galaktischen Liga unaufhaltsam nach oben. Zur Verfügung stehen uns dafür verschiedene Repulsorlift-Gefährte, die alle über ihre eigene Physik verfügen und an denen wir in bester Ani-Manier herum-schrauben und weiterentwickeln dürfen. Wodurch wir uns und unserem Gefährt nicht nur eine eigene Note verleihen, sondern gegebenenfalls sogar unschätzbare Wettbewerbsvorteile.

Ob im Skim Speeder, auf dem legendären Speeder Bike, im Landspeeder oder im Podracer, auf Planeten wie Tatooine, Lantaana, Jakku, Ando Prime oder Sentinel One: Die Herausforderungen und Gegebenheiten sind so zahlreich wie vielseitig. Und wer als Spieler oder Spielerin erst einmal dem Rausch der intergalaktischen Geschwindigkeit erlegen ist – präsentiert übrigens in bestechend realistisch wirkender Grafik –, wird den Steuerknüppel bzw. den Controller für „**Star Wars: Galactic Racer**“ (PS5, Xbox Series X, ab 06.10. bei Müller) nicht so schnell wieder aus der Hand geben. Selten haben wir es in Bezug auf ein „Star Wars“-Spiel so überzeugt von uns geben können: Weniger Macht macht auch Spass. Und wie! ✖

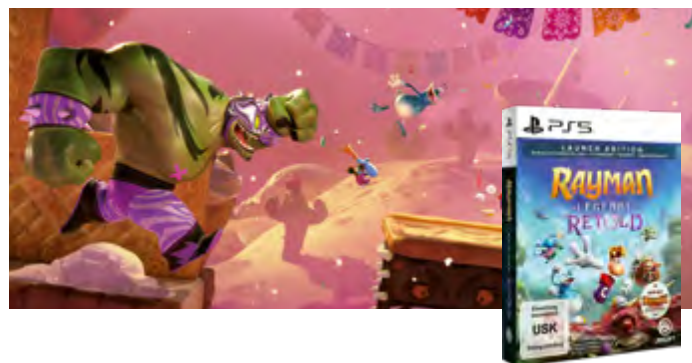
Bilder: PR; Bilder können mit KI generiert sein

NOCH LEGENDÄRER!

Rayman Legends Retold

Was Nintendo sein kleiner Klemptner samt Entourage und Sony sein knuffiger Astro Bot, das ist Ubisoft sein Rayman – eine Jump-and-Run-Ikone, die im letzten Jahr bereits ihren 30. Geburtstag feiern durfte. So richtig legendär werden durfte der knuffige Held wahrscheinlich 2013 mit „Rayman Legends“, das es im Verbund mit bis zu vier Spielerinnen und Spielern erlaubte, irrwitzig gestaltete Level zu bewältigen und sagenhafte Welten zu besuchen. Supercharmant war der „Rayman Origins“-Nachfolger schon damals. Aber so gut ausgesehen wie in der jetzt für PS5, Xbox Series X|S, Nintendo Switch 2 und PC erscheinenden „**Rayman Legends Retold**“-Edition (Ubisoft, ab 01.10. bei Müller) hat er wahrscheinlich noch nie. Neben eindrucksvoller 3D-Grafik, vollständig vertonten Zwischensequenzen und einer komplett neuen Story begeistern vor allem erweiterte Gameplay-Funktionen (haptisches Feedback, zusätzliche Komfortfunktionen), ein überarbeitetes Leveldesign, actionreiche Drachenritte und

vier komplett neue Musiklevel. Ausserdem ist die Lichtung der Träume immersiver als je zuvor und der Soundtrack um neue Kompositionen erweitert worden. Und als wäre das nicht genug, erhalten Rayman-Fans ausserdem noch den Vorgänger „Rayman Origins“ in seiner erweiterten Fassung dazu. Wie sagte ein gewisser Barney in einer ikonischen TV-Serie so schön? „Legen – wait for it! – dary!“ ✖



Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen in der Schweiz und überwiegend online unter www.mueller.ch erhältlich

PERNATON®

Bereit für den nächsten Schritt?

Bleib in Bewegung. Mit der Kraft der Natur.

GANZHEITLICHE UNTERSTÜTZUNG FÜR GELENKE
UND MUSKELN: INNERLICH & ÄUSSERLICH.

**PERNATON
GANZ NEU
GEDACHT:**

verbesserte Rezepturen &
neues Verpackungsdesign



Entwickelt &
hergestellt in der Schweiz

NEU

SENSODYNE

2 NUANCEN WEISSERE ZÄHNE*

**+24h
SCHUTZ VOR
SCHMERZEMPFLINDLICHKEIT****



Tägliche Zahnpasta

* Durch Entfernung oberflächlicher Verfärbungen, bei 2x täglicher Anwendung, nach 8 Wochen.

** Bei 2x täglichem Zähneputzen, nach 2-4 Wochen Anwendung.

*** Fastana, Markumfrage mit 300 Personen, in der Schweiz, Februar 2026.

Haleon Schweiz AG, Risch.
NP-CH-SENSO-26-00001 20260130



99% DER SENSODYNE-NUTZER WÜRDEN ES WEITEREMPFEHLEN.***

schmecken



WIR FEIERN DAS BESONDERE GEFÜHL: BEWUSST GENIESSEN, GEMEINSAM ESSEN UND DIE VIELFALT DER SAISON ENTDECKEN

DIE GENUSS-HOCHSAISON

Wenn die Tage goldener werden und der Herbst langsam Einzug hält, beginnt eine Zeit voller Wärme, Genuss und Dankbarkeit. **Erntedank erinnert uns daran, wie viel Gutes uns die Natur schenkt** – frisches Obst, buntes Gemüse, duftendes Brot und all die kleinen Köstlichkeiten, die Menschen seit Generationen miteinander teilen.



NATÜRLICH SÜSS

Die schonend getrockneten „Kaki ganze Scheiben“ von Farmer's Snack überzeugen mit ihrer natürlichen Süsse und dem aromatischen Geschmack. Ob als Snack zwischendurch, im Müsli oder als Topping für Joghurt: die Superfrucht bringt eine exotische Note in den Alltag.



DREIMAL GUT

Ein kleiner Snack nach dem Sport oder unterwegs tut immer gut. Die „Minis“ von Huober in der wiederverschliessbaren 75-g-Tüte sind dafür perfekt. Sie passen in einen Cupholder und schlüpfen in jede Tasche. „Chili“, „Pizza“ oder „Classic“, die Knusperbrezeln sind für jeden Geschmack zu haben: to go, regional, bio und jederzeit griffbereit.

KNACKIG, SAFTIG, SÜSS

Superstar Apfel

*Es gibt Dinge, die nehmen wir für selbstverständlich. Weil sie immer da waren, weil sie zu leicht zugänglich sind. **Dabei sind sie oft unterschätzt.** Bestes Beispiel: der Apfel. Wir durften uns mit einer Koryphäe unter den Apfelkennern unterhalten.*



Der Apfel ist kein lautes Obst. Er schreit nicht nach Aufmerksamkeit wie exotische Superfoods aus Übersee, er glänzt nicht mit trendigen Namen oder seltenen Herkunftsländern. Er liegt einfach da. In Obstschalen, auf Wochenmärkten, in Kinderrucksäcken, auf Küchentischen. Verlässlich. Still. Fast selbstverständlich. Und genau darin liegt vielleicht sein grösstes Problem: Der Apfel ist so alltäglich geworden, dass wir vergessen haben, wie aussergewöhnlich er eigentlich ist.

Ruhmreiche Frucht

Kaum eine Frucht ist so tief in unserer Kultur verwurzelt wie der Apfel. Schon in alten Mythen spielte er eine Rolle – als Symbol für Erkenntnis, Verführung oder Unsterblichkeit. Seine

eigentliche Herkunft reicht bis nach Zentralasien zurück, genauer gesagt in die Region des heutigen Kasachstan. Dort wachsen bis heute wilde Apfelwälder, die als Ursprung vieler heutiger Sorten gelten. Von dort aus trat der Apfel seine Reise um die Welt an: über Handelswege, durch Klostergärten, über Bauernhöfe und schliesslich in nahezu jeden Haushalt Europas.

Vielfalt schmecken

Heute existieren weltweit Tausende Sorten: süss, säuerlich, knackig, mehlig, aromatisch oder fast blumig im Geschmack. Und genau diese Vielfalt macht den Apfel so besonders. Ein Boskop erzählt eine andere Geschichte als ein Pink Lady oder ein Elstar. Manche Äpfel schmecken nach Herbstregen und Kindheit, andere nach frischer Säure und klaren Wintermorgen. Der

Profiwerkzeug

Mit dem „Apfelteiler Gourmet“ von WMF gelingen gleichmässig grosse, perfekte Apfelschnitze im Handumdrehen.



Michaela Hafner, Apfelbäuerin, Genussbotschafterin und Apfelsommelière

APFEL-FAKTEN

- » Weltweit gibt es schätzungsweise mehr als 30 000 verschiedene Apfelsorten.
- » In Deutschland allein sind rund 2000 verschiedene Apfelsorten bekannt.
- » Der grösste jährliche Ertrag mit fast 50% stammt aus China, gefolgt von den USA.
- » Ihren Ursprung hat die Frucht im Tien-Shan-Gebirge in Kasachstan.



Apfel ist keine Einheitsfrucht. Er ist Charakterobst. „Ein Apfel ist mehr als nur eine Frucht. Er ist ein Kunstwerk der Natur, das es zu entdecken gilt. Jeder Biss offenbart eine neue Facette seines Charakters. Als Apfelsommelière ist es meine Aufgabe, diese Geschichten zu erzählen“, sagt Michaela Hafner, Apfelsommelière aus Südtirol. Wein-, Käse- oder Biersommeliers und -sommelières kennt man schon seit Jahren. Die Apfelsommeliers und -sommelières aus Südtirol sind hingegen weltweit die ersten und einzigen ihrer Art. Und wir haben uns die Möglichkeit natürlich nicht entgehen lassen, die inspirierende Michaela Hafner kennenzulernen. „Unter seiner oft unscheinbaren Schale steckt erstaunlich viel Kraft“, erklärt sie uns. Äpfel enthalten Vitamin C, Kalium, sekundäre Pflanzenstoffe und vor allem Ballaststoffe, besonders das berühmte Pektin. Dieses unterstützt die Verdauung, kann den Cholesterinspiegel positiv beeinflussen und sorgt für ein lang anhaltendes Sättigungsgefühl.



Unterschätzter Alleskönner

Der Apfel funktioniert roh ebenso gut wie gekocht, gebacken oder karamellisiert. Er kann süß sein oder herzhaft. Er passt in einen Apfelstrudel genauso wie in moderne Bowls, Salate oder Chutneys. Er wird zu Saft, Most, Mus, Essig oder Dessert verarbeitet. Kaum eine andere Frucht bewegt sich so selbstverständlich zwischen Landhausküche und Sternerestaurant.

Die wahre Stärke

Leonardo da Vinci sagte: „Einfachheit ist die höchste Form der Raffinesse.“ Der Apfel muss niemandem etwas beweisen. Während Lebensmitteltrends kommen und gehen, bleibt er. Regional, zugänglich, vertraut – und dennoch voller Überraschungen. Wer einmal in einen frisch gepflückten Apfel gebissen hat, direkt vom Baum, versteht plötzlich, warum diese Frucht seit Jahrhunderten Menschen begleitet. Dieses Knacken. Die Süsse. Die leichte Säure. Der Duft von Wiese und Herbstluft. Übrigens: Michaela Hafners Lieblingsapfel ist der Fuji, weil er so schön süß ist.

Michaela Hafners Foodpairing-Tipps

- Käse (gerne kräftige Sorten wie Gorgonzola oder Parmesan) mit den Apfelsorten Golden Delicious, Gala oder RedPop®
- Speck mit der Sorte Giga
- Frischkäse mit der Sorte Cosmic Crisp
- Bunte Salate mit der Sorte Granny Smith



Hier geht's direkt zu unserem Lifestyle-Blog

Fruchtsnack
Die „Bio Apfel Chips“ von Alnatura sind entweder ein Snack für zwischendurch oder eine köstliche Ergänzung für Müslis und Desserts.



DER APFEL ALS SYMBOL

- » **Sündenfall & Versuchung:** Der sprichwörtliche „Apfel vom Baum der Erkenntnis“ im Alten Testament steht für Evas Versuchung und den Sündenfall, oft dargestellt in Kunst und Literatur.
- » **Liebe & Fruchtbarkeit:** In der Antike Attribut von Liebesgöttinnen, symbolisiert der Apfel Weiblichkeit, Verführung und Fruchtbarkeit.
- » **Macht & Herrschaft:** Der Reichsapfel ist ein klassisches Symbol für weltliche Macht und Herrschaft.
- » **Gesundheit & Natur:** Als gesunde Frucht ist er Sinnbild für Vitalität, oft in Redewendungen wie „An apple a day keeps the doctor away“.
- » **Kunst & Mythologie:** Bekannte Motive sind der Zankapfel der Eris (Mythologie), der Apfel in Schneewittchen (Gift) oder der Apfel, der zu Isaac Newtons Entdeckung der Schwerkraft geführt haben soll.



Erster Apfelkontakt

Für die Kleinsten muss es die beste Qualität sein. Der Bio-Früchtebrei „Äpfel mit Bananen“ von HiPP ist eine köstliche Mahlzeit für Babys ab dem fünften Monat.



Vielseitig

Der „BioLand Apfel Essig“ von Bio Primo ist eine naturtrübe Spezialität, die vielseitig in der Küche eingesetzt werden kann: zum Verfeinern von Salaten, Saucen oder auch zum Einlegen von Gemüse.

WELEDA
NATURAL SCIENCE

NEU

WELEDA

**EXO
BOOST**

YOUTH POWER

**NIGHT REPAIR
ELIXIR**

YOUTH POWER FÜR DEINE HAUT.
JEDE NACHT.

EXO BOOST NIGHT REPAIR ELIXIR

INNOVATION EXOSOMES PEPTIDES TECHNOLOGY

5x

**WIRKUNG
ÜBER
NACHT**

1. Repair-Effekt
2. Reduzierte Schlaf-Falten
3. Glattere Haut
4. Aufgepolsterte Haut
5. Frischer Glow

Goldenes Öl

*Der Mythos „Low Fat“, also wenig bis gar keine Nahrungsfette aufzunehmen, um fit und gesund zu bleiben, hält sich noch immer wacker. Dabei ist schon längst bestätigt, **dass der Mensch für ein gesundes Leben Fette benötigt. Welche das sind und wie viele es sein sollten?** Wir geben einen Rundumblick.*

Nahrungsfette sind für uns Menschen essenziell. Allein schon deshalb, um die wichtigen und essenziellen Vitamine E, D, K und A aufzunehmen. Aber auch die Hormonproduktion und der Zellaufbau sind von Fetten abhängig, weshalb wir für ein gesundes Leben keinesfalls auf Nahrungsfette verzichten sollten. Allerdings kommt es wie immer auf die richtige Menge und vor allem auf die Qualität an. Denn hierbei gibt es grosse Unterschiede. Welche Fette und Öle besonders gut für uns und unsere Gesundheit sind und welche man für einen gesunden Lebensstil möglichst minimieren oder gar meiden sollte, erfahren Sie hier.

1. Gesättigte Fettsäuren

Kommen vor allem in tierischen Produkten wie Butter, Sahne, fettem Fleisch, aber auch in Kokos- und Palmöl vor und können bei übermässigem Verzehr das sogenannte LDL-Cholesterin erhöhen, also den Cholesterinwert, den man lieber niedrig halten sollte. Deshalb empfiehlt es sich, Produkte mit gesättigten Fettsäuren eher in Massen zu konsumieren.

2. Ungesättigte Fettsäuren

Bei den ungesättigten Fettsäuren unterscheidet man noch einmal zwischen einfach und mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Einfache finden sich verstärkt in Olivenöl, Rapsöl, Avocados oder Nüssen. Diese Fettsäuren können sich positiv auf die Herzgesundheit auswirken und den kritischen Cholesterinwert (LDL) senken. Deshalb sollte in einer gesunden Ernährung besonders zu Produkten mit ungesättigten Fettsäuren gegriffen werden. Zu den sogenannten mehrfach ungesättigten Fettsäuren gehören unter anderem Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren. Erstere findet man vor allem in fettreichem Seefisch wie Lachs oder Makrele, aber auch in Walnüssen. Zu Letzteren zählen Öle wie Sonnenblumen- oder Maiskeimöl.



Bilder: Unsplash/Skyler Ewing, PR; Bilder können mit KI generiert sein

Beide Fettsäuren sind für das Gehirn wichtig, für die Entzündungsregulation, aber auch für unsere Herzgesundheit. Bedeutsam ist dabei aber das richtige Verhältnis von Omega-3- und Omega-6-Ölen. Es sollte bei rund 1:5 liegen. Realistisch ist momentan eher ein Verhältnis von 1:10 oder sogar 1:20.

3. Transfette

Sie entstehen meist bei der industriellen Verarbeitung von Lebensmitteln, beispielsweise bei der Härtung von Fetten. Sie finden sich also in Backwaren oder in klassischem Fast Food. Und wie die Herkunft schon vermuten lässt, sind Transfette wenig förderlich für unsere Gesundheit. Sie werden sogar verstärkt mit Herzkrankheiten in Verbindung gebracht. Deshalb sollte man eine Zufuhr so gut es geht minimieren.

Kurz gesagt: Fett ist nicht gleich Fett. Wenn es ums Thema Gesundheit geht, ist also weniger die Menge entscheidend als vielmehr, um welches Fett es sich am Ende handelt. Ungesättigte Fettsäuren fördern die Gesundheit, während Transfette und zu viele gesättigte Fette das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen erhöhen können. ❌



Omega-3-Lieferant

Die „Walnusskerne“ von Seeberger schmecken pur, im Salat oder im Müsli und liefern gleichzeitig jede Menge guter Omega-3-Fette.



Passgenau

Mit diesem praktischen „Basic Essig- & Ölsprüher“ von WMF gelingt das Würzen von Gerichten – dank perfekter Dosierung – auf den Punkt.

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen in der Schweiz und überwiegend online unter www.mueller.ch erhältlich



HIER KOMMT GUTES ZUSAMMEN

Müller und Bioland:
Die Partnerschaft für
natürlichen Genuss



Erhältlich in autorisierten Müller-Filialen und im Onlineshop, solange der Vorrat reicht.
Müller Handels GmbH & Co. KG, Albstadt 92, 89081 Ulm.
Eine Übersicht unserer Filialen und Sortimente finden Sie unter www.mueller.ch

Neu



Erlebe deinen Glow-Up Moment

Die neue Wellness-Range
von Dove: **Serum Duschgel**,
Serum Duschschaum
und **Serum Peeling**



leben



**OFT SIND ES NICHT DIE
PERFEKTEN MOMENTE,
DIE IN ERINNERUNG BLEIBEN,
SONDERN DIE EHRlichen**

DAS LEBEN VERLÄUFT SELTEN GERADEAUS

*Es überrascht uns, fordert uns heraus, schenkt uns Glücksmomente und manchmal unerwartete Neuanfänge. Zwischen Alltag, Träumen, Begegnungen und kleinen Auszeiten entstehen genau die Geschichten, die uns prägen und verbinden. Hier geht es um all die bunten Facetten dazwischen: **um Inspiration, Wohlfühl, Veränderungen, besondere Augenblicke und die kleinen Dinge, die den Alltag schöner machen.** Mal leise und nachdenklich, mal leicht und voller Energie – aber immer nah am echten Leben.*

Lang anhaltend

Melvita „L'Or Végétal Crème Hydra-Perfectrice Corps Bio“ ist eine feuchtigkeitsspendende Körperpflege mit samtiger Textur, die trockener Haut sofort ein angenehmes Gefühl verleiht. Ihre perfektionierende Formel stärkt die Haut und verfeinert gleichzeitig das Hautbild.



Zeit zum Durchatmen

Mit aromatischem Grüntee und ausgewählten Kräutern lädt „Eine Tasse Stärke“ von Müller's Teestube zu einer genussvollen Pause ein. Die lose Bio-Teemischung entfaltet ihr volles Aroma beim Aufgessen und kann ganz nach Geschmack dosiert werden.

KLEINE SÄTZE, GROSSE WIRKUNG

Nett sein

*In einer Welt, die immer schneller, lauter und komplexer wird, liegt eine besondere Kraft in der Einfachheit. **Wer bewusst spricht, lebt oft leichter.** Warum einfache Worte unser Leben leichter, schöner und sogar ein bisschen magischer machen können.*



Manchmal sind es nicht die grossen Gesten, die unser Leben verändern. Es sind die kleinen, leisen Sätze im Alltag – kaum ausgesprochen, aber mit erstaunlicher Wirkung. Worte, die Türen öffnen, Spannungen lösen oder einfach ein gutes Gefühl hinterlassen. Und das Beste daran: Sie kosten nichts, brauchen kaum Zeit und wirken oft sofort.

Die unterschätzte Magie des Alltäglichen

Danke. Bitte. Ich verstehe dich. Lass mich kurz nachdenken. Klingt banal? Vielleicht. Aber genau diese Sätze entscheiden darüber, wie wir wahrgenommen werden – und wie wir uns selbst fühlen. Sie schaffen Verbindung, zeigen Respekt und geben uns gleichzeitig Struktur im Alltag. Ein ehrlich gemeintes Danke kann mehr bewirken als ein grosses Geschenk. Und ein ruhiges „Ich melde mich später“ verhindert Missverständnisse, bevor sie entstehen.

Mehr Leichtigkeit durch Klarheit

Viele von uns neigen dazu, Dinge unnötig kompliziert zu machen, besonders in der Kommunikation. Dabei sind klare, einfache Aussagen oft die grösste Erleichterung. Statt: „Ich weiss nicht, ob das jetzt passt, aber vielleicht könnten wir irgendwann ...“ einfach: „Hast du morgen Zeit?“ Das spart Energie – auf beiden Seiten.

Die kleinen Sätze sind längst da, wir müssen sie nur öfter benutzen. Und vielleicht ist genau das der einfachste Weg zu einem leichteren, schöneren Alltag. ✖

Bilder: iStock, PR; Bilder können mit KI generiert sein

KLEINE FORMULIERUNGEN, DIE ÜBERRASCHEND VIEL BEWIRKEN

Sätze, die den Alltag sofort verändern:

„Ich kümmere mich darum“

» vermittelt Verlässlichkeit
und nimmt Druck raus.

„Das schaffe ich heute nicht mehr“

» setzt gesunde Grenzen,
ohne schlechtes Gewissen.

„Wie geht es dir wirklich?“

» öffnet echte Gespräche.

„Gute Idee!“

» stärkt andere und verbessert automatisch
die Stimmung.

1



2



3



4



5



1. BOLTZE VASE LONDI: Noch schöner wird sie nur mit frischen Blumen. **2. AUFSTELLER „100 LIEBE WÜNSCHE VON MIR FÜR DICH“:** Komplimente und Worte, die bleiben – ob im Regal oder auf dem Schreibtisch. **3. HEIDEL LIEBESBOTSCHAFTEN:** Schokoladentäfelchen, bei denen jede eine herzliche Nachricht überbringt und den Moment versüsst. **4. STEIFF ANHÄNGER FYNN TEDDYBÄR LOVE:** An Schultasche oder Autoschlüssel ist der Anhänger ein liebevoller Glücksbringer, der sich dank des Karabiners ganz einfach befestigen lässt. **5. PRIMAVERA ALLES LIEBE KÖRPERÖL:** Pfllegt und schenkt Harmonie mit Bio Rose und Bio Mandarine.



Mein kleiner
Glücksmoment.
UNENDLICH ZARTSCHMELZEND.



Kreiert von den Lindt Maitres Chocolatiers.
Liebe und Leidenschaft für Chocolate seit 1845.

Zahnpflege 2.0

Zweimal täglich Zähneputzen gehört für die meisten längst selbstverständlich zur Routine.

Doch Zahnpflege ist deutlich mehr als Zahnbürste und Zahnpasta allein.

Denn ein wirklich frisches Mundgefühl und langfristige Zahngesundheit entstehen oft erst durch die kleinen Extras, die im Alltag leicht unterschätzt werden.



Gerade Zwischenräume, Zahnfleisch und Zunge sind Bereiche, die beim normalen Putzen häufig nicht vollständig erreicht werden. Genau hier kommen ergänzende Helfer ins Spiel, die die tägliche Mundhygiene sinnvoll erweitern – unkompliziert, effektiv und oft mit sofort spürbarem Frischeeffekt.

Zahnseide

Auch die beste Zahnbürste gelangt nicht überallhin. Besonders zwischen den Zähnen können sich Essensreste und Beläge festsetzen. Zahnseide hilft dabei, diese schwer erreichbaren Stellen gründlich zu reinigen, und kann so Karies und Zahnfleischproblemen vorbeugen. Je nach Vorliebe gibt es gewachste, ungewachste oder besonders sanfte Varianten für empfindliches Zahnfleisch. Wer die Anwendung zunächst ungewohnt findet, kann mit Zahnseide-Sticks starten, die den Einstieg oft erleichtern.

Interdentalbürsten und Interdentalsticks

Vor allem bei grösseren Zahnzwischenräumen, Brücken oder Zahnspangen sind Interdentalbürsten eine sinnvolle Ergänzung. Die kleinen Bürstchen reinigen gezielt dort, wo normale Borsten nicht ausreichen. Interdentalsticks aus flexiblem Material gelten als besonders praktisch für unterwegs und eignen sich ideal für die schnelle Reinigung nach dem Essen. Viele Menschen integrieren sie inzwischen ganz selbstverständlich in ihre Handtasche oder ins Büro-Kit.

Mundspülung

Mundspülungen sorgen nicht nur für frischen Atem, sondern können je nach Inhaltsstoffen auch die Mundflora unterstützen. Varianten mit Fluorid stärken zusätzlich den Zahnschmelz, während alkoholfreie Produkte oft als besonders angenehm empfunden werden. Wichtig ist dabei: Die Mundspülung ersetzt nicht das Putzen, sondern ergänzt die tägliche Pflege sinnvoll.

Zungenreiniger

Die Zunge wird bei der Mundpflege häufig vergessen – dabei können sich gerade dort Bakterien und Beläge ansammeln, die Mundgeruch begünstigen. Zungenreiniger helfen dabei, diese Ablagerungen sanft zu entfernen, und sorgen oft unmittelbar für ein frischeres Mundgefühl. Bereits wenige Sekunden täglich können einen spürbaren Unterschied machen. ✕

Ursprünglich

Das „Miswak Zahnpflegeholz“ von unicorn® ist eine traditionelle Alternative zur herkömmlichen Zahnbürste. Das Wurzelholz des Salvadora-per-sica-Baums wird seit Jahrtausenden für die natürliche Zahnreinigung und ohne zusätzliche Zahncreme verwendet.



Hier geht's direkt
zu unserem
Lifestyle-Blog



Natürliche Stärkung für das Zahnfleisch

Auszüge aus der Ratanhia-wurzel straffen das Mund-gewebe und helfen so, Irritationen vorzubeugen. Die „Ratanhia-Zahncreme“ von Weleda sorgt für eine gründ-liche Reinigung und lang anhaltend frischen Atem.



Detailarbeit

Die Handzahnbürsten „CS 5460 ultra soft“ von Curaprox ermöglicht mit ihren 5460 dicht angeordneten Curen®-Filamenten eine besonders sanfte und zugleich gründ-liche Zahnreinigung.

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen in der Schweiz und überwiegend online unter www.mueller.ch erhältlich

ricare®
selfcare redefined

NEU

3-PHASEN-TECHNOLOGIE
Zeitlich abgestimmte
Freisetzung von
Nährstoffen.



PERIOD

ricare® Period Comfort²
Natürliches Periodenpflaster
bei Regelschmerzen.

**NATÜRLICHE
WIRKSTOFF-
PFLASTER**
mit langanhaltendem Effekt.



MENOPAUSE

ricare® Menopause Support¹
Speziell entwickelt für körper-liche und mentale Energie in den Wechseljahren.



SLEEP

ricare® Sleep & Morning Energy¹
Unterstützt eine erholsame Nacht und einen energievollen Start in den Tag.



SLEEP

ricare® Sleep Well²
Natürliches Schlafpflaster für leichteres Einschlafen und eine erholsame Nacht.



HEAD

ricare® Head Relief²
Natürliches Kühlpflaster bei Kopfschmerzen und Fieber.

¹ Nahrungsergänzungsmittel

² Medizinprodukt

SO GELINGT DER STRESSFREIE START IN DEN SCHULMORGEN

.. Wer hat eigentlich die ZNÜNIDOSE?

*Erst aufstehen, dann anziehen, schliesslich ausrasten?
In vielen Familien wird die morgendliche Schulroutine zum echten
Stresstest. **Wir bringen Ruhe ins System.***



Bilder: Adobe Stock, PR; Bilder können mit KI generiert sein

Als in die morgendliche Schulroutine geworfener Elternteil darf man sich zum Start in den Tag schon mal fühlen wie eine Mischung aus Verkehrsleitzentrale, Logistikzentrum und Einsatzleitung bei einem Massenevent: Kind 1 hat den Sportbeutel immer noch nicht gepackt, Kind 2 will partout nur noch das Kleid tragen, das völlig verschmutzt in der Wäsche liegt, Mama oder Papa haben die erste Pausenbrotrunde versehentlich in Kaffee getränkt und überhaupt: Die Znünibox ist auch schon wieder weg. Der gemeinsame familiäre Start in den Schultag ist kein normaler Morgen, er gleicht einem Systemtest. Für unsere Nerven, für die (noch nicht vollends implementierten) Routinen, für die Familienkultur insgesamt. Und nicht zuletzt für die Fähigkeit der meisten Kinder, exakt dann in den Trödelmodus zu schalten, wenn die Uhr schon auf kurz vor zu spät steht.

Routinen statt Laufenlassen

Machen wir uns nichts vor: Komplett abstellen lässt sich das morgendliche Chaos wahrscheinlich nie. Weil zwischen vergessenen Hausaufgaben, verpasstem Bus oder leerer Zahnpastatube immer gerade genug Platz für die eine Extra-Überraschung ist. Aber es muss auch nicht an jedem Morgen so aussehen wie beim 100-Meter-Lauf der Orientierungslosen (danke, Monty Python). Zumindest dann nicht, wenn man die richtigen Stell-schrauben im System ein wenig anzieht.

Zum Beispiel, indem man statt auf pädagogische Ermahnungs-lyrik auf schulmeisterliche Reihenfolge setzt: aufstehen, Bad, anziehen, Frühstück, Zähne putzen, Schuhe, Tasche. Kinderleicht zu merken und am besten nicht weiter verhandelbar. Ja, Kinder lieben (und brauchen) Freiheit. Aber nicht morgens um 7.16 Uhr. Wer um diese Uhrzeit nicht schon grössere Entscheidungen treffen muss, hat mehr Power für das, was anschliessend sicher noch schief läuft. Und irgendwas ist ja immer.

Guter Abend, besserer Morgen

Ausserdem sollte man den Nachwuchs ruhig ein wenig einbinden. Klar geht es schneller, wenn wir selbst die Trinkflasche einpacken, den Turnbeutel suchen und unserem Kind in die Jacke helfen. Aber Eltern sind keine persönlichen Assistenten und so ein Schulumorgen ist idealerweise das beste Trainings-gelände für Erziehung in Sachen Selbstständigkeit. Wer seine sieben (oder acht) Sachen selbst zusammensuchen muss, merkt früher oder später auch, ob etwas fehlt. Hoffentlich. Und der Ruf nach der Znünibox darf ausnahmsweise ausbleiben.

pierre cardin
PARIS



**WILD
AUF LEO**

Pierre Cardin Schirme
für stilvolle Regentage

— NEU BEI MÜLLER —



EASYMATIC STOCKSCHIRM AUF-/ZU AUTOMATIK

Ganz entscheidend für das Funktionieren des Morgens ist aber der Abend: Klamotten rauslegen (und noch mal mit den Kids checken, ob diese auch der modischen Laune entsprechen), Ranzen packen, gegebenenfalls das Sportzeug suchen und Znünidose sowie Trinkflasche vielleicht jetzt schon bereitstellen und nicht erst zwischen dem Müsli und der zweiten Socke. So banal es klingt: Der entspannte Schulmorgen beginnt nicht um 6.30 Uhr, sondern schon am Vorabend um 19.30 Uhr.

Gut ist das neue Perfekt

Sicherlich, perfekt wird das alles trotzdem nie laufen – und wenn doch: Lassen Sie uns an Ihrem Geheimrezept teilhaben! Weil der Turnbeutel halt doch mal in der Schule liegen geblieben ist, die Nase etwas zu lange läuft und auch wir Erwachsenen das Talent dazu haben, eher öfter als seltener einen schlechten Morgen zu erwischen. Die gute Nachricht: Ein guter Morgen muss gar nicht perfekt sein. Es reicht vollkommen, wenn er „nur“ ordentlich und ohne grössere Staatskrise auskommt. Und wenn die Kinder trotzdem Morgen für Morgen lernen, mitzugehen statt sich nur anschieben zu lassen. ✖



Bilder: Adobe Stock, PR; Bilder können mit KI generiert sein



ELEFANTÖS

Wer da nicht gleich freiwillig zum Zähneputzen antritt, ist selbst schuld: Mit dem „Mundbecher Elefant“ von Soapland wird die Mundhygiene zum Vergnügen.



TÖRÖÖÖ-HYGIENE

Der passende „Zahnbürstekoöcher Elefant“ von Soapland sorgt auch unterwegs dafür, dass Zähne (und Zahnbürste) sauber bleiben.

DIE 5 SCHULMORGEN-HACKS

- 1. Abends ist das neue Morgens:** bereitlegen statt suchen
- 2. Ablauf schlägt Appell:** Reihenfolge und Rhythmus statt Diskussionen
- 3. Selbst ist das Kind:** Zuständigkeiten auch für den Nachwuchs
- 4. Klarheit statt Wut:** deutlich sagen statt sehr laut schimpfen
- 5. Fehler passieren:** Vergessene Znünidosen sind ärgerlich – aber keine Katastrophe!



FRUCHTBOMBE

Ob im Müsli oder als Pausensnack: der „Kiddys Bio Frucht-Snack Gefriergetrocknete Erdbeeren & Äpfel“ von Beauty Baby für den Vitamin-kick zwischendurch.



GUTE LAUNE

So erkennt man den Papa schon vor dem Frühstück. Die „Boxershorts Super Dad“ von Happy Socks senden farbenfrohe Signale.



GROSSE PAUSE

Sie darf hier natürlich nicht fehlen: Die „Brotzeitdose mit herausnehmbarem Einsatz“ von Scooli gibt es mit verschiedenen Motiven (hier: Paw Patrol). Am besten, man hat immer noch eine in Reserve.



MIA BELLA
Sweets with Love



Bild generiert mit KI

FRUCHTIG-SÜSSE GENUSSMOMENTE FÜR GENIESSER

- Ganze, gefriergetrocknete Früchte für ein intensives Fruchterlebnis.
- Umhüllt von einer feinen Schicht aus zarter Schokolade.
- Die perfekte Komposition für alle, die das Zusammenspiel von Frucht und Schokolade schätzen.

Erhältlich in autorisierten Müller-Filialen und im Onlineshop, **solange der Vorrat reicht**. Müller Handels GmbH & Co. KG, Albstraße 92, 89081 Ulm. Eine Übersicht unserer Filialen und Sortimente finden Sie unter www.mueller.ch



ZEIGT HER EURE SCHUHE!

Glanzstücke

Ein perfekter Look endet nicht am Saum der Hose – er beginnt dort.

Schuhe sind mehr als ein Accessoire, sie sind Haltung, Detailverliebtheit und leiser Luxus zugleich.

Wer in hochwertige Lederschuhe investiert, sollte ihnen auch die Aufmerksamkeit schenken, die sie verdienen.

Leder ist ein Naturprodukt. Es atmet, arbeitet und entwickelt mit der Zeit eine ganz eigene Patina. Doch ohne die richtige Pflege wird selbst das beste Kalbsleder spröde, verliert seinen Glanz und schliesslich auch seinen Charakter. Genau hier setzt die Kunst der Schuhpflege an: Sie konserviert nicht nur, sie veredelt.

DIE ESSENTIALS DER LEDERPFLEGE

Reiniger sind der oft unterschätzte erste Schritt.

Bevor Pflegeprodukte wirken können, müssen Staub, Schmutz und alte Rückstände entfernt werden. Sanfte Lederreiniger lösen diese, ohne das Material auszutrocknen.

Schuhcreme ist das Fundament jeder Pflegeroutine.

Sie nährt das Leder, hält es geschmeidig und frischt die Farbe auf. Hochwertige Cremes enthalten natürliche Wachse und Öle, die tief ins Material eindringen. Wichtig: Die Creme immer farblich passend wählen oder bewusst mit neutralen Varianten arbeiten.

Poliertücher bringen den finalen Glanz.

Ob klassisches Baumwolltuch oder feines Mikrofasertuch, entscheidend ist die Technik. In kleinen kreisenden Bewegungen entsteht die berühmte Hochglanzpatina, die besonders bei Business-Schuhen geschätzt wird.

Imprägnierspray schützt vor äusseren Einflüssen.

Gerade in der kühleren, feuchteren Jahreszeit ist es unverzichtbar. Es legt sich wie ein unsichtbarer Film über das Leder und verhindert das Eindringen von Wasser und Schmutz.

Wildlederbürsten sind Spezialisten für empfindliche Oberflächen.

Velours- und Nubukleder benötigen eine andere Behandlung als Glattleder. Mit sanften Bürstenstrichen wird die typische



Generalist

Das Erdal „Protect Lederfett“ bietet eine umfassende Pflege für alle robusten und strapazierfähigen Glattleder. Es eignet sich ausgezeichnet, um das Material vor äusseren Einflüssen zu bewahren und ist besonders für Arbeits-, Wander- oder Fussballschuhe geeignet.



Zuverlässig

Der Blink „Imprägnierschaum“ schützt eine Vielzahl von Materialien. Die gezielte Anwendung als Schaum ermöglicht eine präzise und gleichmässige Imprägnierung von Textilien oder Leder.

Struktur wieder aufgerichtet und Verschmutzungen werden schonend entfernt.

Ritual statt Routine

Schuhpflege ist kein lästiger Pflichttermin, sie ist ein Ritual. Ein Moment der Entschleunigung in einer schnellen Welt. Wer sich die Zeit nimmt, seine Schuhe bewusst zu pflegen, entwickelt nicht nur ein Gespür für Materialien, sondern auch für Stil. ■



**GEPFLEGTE SCHUHE ERZÄHLEN
VON **STILBEWUSSTSEIN,**
SORGFALT UND EINEM
VERSTÄNDNIS FÜR QUALITÄT**



Wetterschutz

Der hochwirksame und zuverlässige „Wasch-Imprägnierer“ von martec lässt Nässe, Schmutz und Salzrändern keine Chance, sondern bietet den optimalen Schutz für Ihre Lieblingsstücke.



Lederliebe

Die „Vepolin® Lederpflege farblos für glattes Leder“ reinigt, pflegt und bewahrt die Geschmeidigkeit des Materials. Sie frischt den Glanz auf und eignet sich nicht nur für Schuhe und Taschen, sondern auch für Möbel oder andere Lederprodukte.



Blitzblank

Die „Feuchten Schuhpflegetücher“ von Blink reinigen Glatt- und Kunststoffleder im Handumdrehen und sorgen für ein gepflegtes Erscheinungsbild. Dank des handlichen Formats eignen sie sich ideal für unterwegs und können auch für Taschen, Autositze oder Ledersofas verwendet werden.

Dürfen Hunde Katzenfutter fressen?

*Kaum ist der Futternapf der Katze unbeaufsichtigt, scheint für manche Hunde die Versuchung gross. Was für den Vierbeiner nach einem besonderen Leckerbissen aussieht, ist ernährungsphysiologisch allerdings eine andere Geschichte. **Denn was Katzen brauchen, unterscheidet sich deutlich von dem, was für Hunde sinnvoll ist.***

Die gute Nachricht zuerst: Wenn ein gesunder Hund gelegentlich ein paar Bissen Katzenfutter stibitzt, ist das in der Regel kein Grund zur Sorge. Problematisch wird es erst dann, wenn aus dem kleinen Diebstahl eine feste Gewohnheit wird.

Warum der fremde Napf so spannend ist

Hunde orientieren sich stark über ihren Geruchssinn und Katzenfutter spielt genau damit. Gerade Nassfutter verströmt oft ein intensives Aroma, das für Hunde besonders reizvoll ist. Hinzu kommt eine Zusammensetzung, die deutlich reichhaltiger ausfällt als bei klassischem Hundefutter. Katzen sind in ihrer Ernährung stärker auf tierische Bestandteile angewiesen und müssen bestimmte Nährstoffe wie Taurin über das Futter aufnehmen. Ihr Futter enthält deshalb häufig mehr Eiweiss und Fett, oft in einer Konzentration, die für Hunde schlicht zu üppig ist. Dass sich Katzen im Gegenzug am Hundenapf bedienen, kommt übrigens deutlich seltener vor. Katzen gelten beim Futter meist als wählerischer und weniger experimentierfreudig. Zudem ist Hundefutter für sie oft schlicht weniger interessant, weil Geruch und Zusammensetzung nicht ihrem Beuteschema entsprechen.

Was passiert, wenn Hunde regelmässig Katzenfutter fressen?

Ein einmaliger Ausflug zum Katzennapf bleibt meist folgenlos. Anders sieht es aus, wenn Hunde sich regelmässig am fremden Napf bedienen. Der höhere Energie- und Fettgehalt kann den



Organismus auf Dauer belasten. Auch Katzen-Trockenfutter ist dabei keine sinnvolle Alternative. Zwar fehlt hier die saftige Konsistenz von Nassfutter, die Nährstoffzusammensetzung sorgt jedoch für dieselbe Grundproblematik: Sie wurde für Katzen entwickelt, nicht für Hunde.

Mögliche Folgen können sein:

- Magenverstimmungen
- Durchfall
- Erbrechen
- Unerwünschte Gewichtszunahme
- Belastung der Bauchspeicheldrüse
- Verdauungsprobleme durch die ungewohnte Zusammensetzung



Vorsicht! Besonders empfindlich reagieren häufig:

- Ältere Hunde
- Übergewichtige Tiere
- Hunde mit Magen-Darm-Problemen
- Hunde mit Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse
- Tiere mit Nierenproblemen

Neugier am Futternapf gehört im Mehrtierhaushalt fast schon zum Alltag. Solange es bei gelegentlichen Kostproben bleibt, ist das meist harmlos. Hunde riskieren durch Katzenfutter vor allem Verdauungsprobleme und Übergewicht. Katzen dagegen können durch das dauerhafte Fressen von Hundefutter Nährstoffmängel entwickeln. Wer vermeiden möchte, dass aus Neugier Routine wird, stellt die Futternäpfe am besten so auf, dass jeder Vierbeiner ungestört bei seinem eigenen Menü bleiben kann. Das verhindert nicht nur Futternäpfe, sondern sorgt auch dafür, dass jedes Tier nur die Nährstoffe bekommt, die es wirklich braucht. ❌

1. MJAMJAM KATZENNASSFUTTER QUETSCHIE ZARTE ENTE UND GEFLÜGEL AN MÖHRCHEN: Die saftige Mahlzeit mit hohem Fleischanteil versorgt ausgewachsene Katzen ausgewogen und ist gut bekömmlich. **2. APPLAWS THUNFISCHFILET MIT GARNELEN IN BRÜHE:** Natürliche Zutaten ohne künstliche Zusätze; die glutenfreie Rezeptur eignet sich besonders für sensible Katzen. **3. PRO LIFE WILDERNESS HUNDETROCKENFUTTER SOFT SENIOR TRUTHAHN MIT LACHS:** Ohne Konservierungs-, Farb- und Aromastoffe überzeugt es besonders sensible und ältere Vierbeiner. **4. DOKAS SNACK KAUSTANGE MIT HÜHNERBRUSTFILET:** Herzhaftes Fleisch und eine feste Konsistenz bieten Hunden lang anhaltenden Genuss beim Kauen.

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen in der Schweiz und überwiegend online unter www.mueller.ch erhältlich



STRAHLEND SAUBER – NATÜRLICH SCHONEND!

Das hochkonzentrierte Blink Öko Vollwaschmittel entfernt Flecken kraftvoll schon ab 20°C und schützt Ihre Wäsche vor Vergrauung – für ein strahlendes Weiß. Die flecklösende Formel basiert auf 79 % natürlichen Inhaltsstoffen, ganz ohne Farbstoffe. Hautverträglichkeit dermatologisch bestätigt. Nachhaltig und umweltfreundlich, ausgezeichnet mit EU-Ecolabel und Blauer Engel.



Erhältlich in autorisierten Müller-Filialen und im Onlineshop, **solange der Vorrat reicht**. Müller Handels GmbH & Co. KG, Albstraße 92, 89081 Ulm. Eine Übersicht unserer Filialen und Sortimente finden Sie unter www.mueller.ch

RÄTSEL

Hier können Sie gewinnen

Manchmal gibt es nichts Schöneres und Wertvolleres, als den sprichwörtlichen Stecker im Alltag zu ziehen. Was im gewohnten Umfeld oft schlichtweg unmöglich ist, kann unser Geheimtipp im Handumdrehen gewährleisten. **Das Mountain Hideaway Birgkar ist der vielleicht schönste exklusive Rückzugsort am Hochkönig** und schenkt schon bei der Ankunft die lang ersehnte Ruhe. **Wir verlosen drei Nächte an diesem Happy Place für Sie und Ihre Familie.**

So einfach geht's: Tragen Sie das Lösungswort auf www.mueller.ch/gewinnspiele ein und schicken Sie das Formular online* bis zum 12. November 2026 ab. Viel Glück!



vordringlich	↘	asia-tischer Halbesel	↘	Fluss zur Aller (Oberharz)	keine Bedeutung beimessen	↘	Ver-samm-lung, Tagung	↘	ital. Stadt in der Toskana	Früchte	↘	Abk.: Med. Fachan-gestellter	Specht-vogel, Pfeffer-fresser	↘	Lau-scher, Mithörer	Oper von Weber	↘	Güte, Nach-sicht
süd-amerika-nischer Strauch	→	↘	9	↘	franzö-sisch: ja	→			häufig, mehr-fach	↘		↘	Form des Sauer-stoffs	→				Raben-vogel
hügelig, holprig	→						Konstruk-teur	→						2	Kurort	→		
→					niederl. Namens-teil	→			berufen, nomi-nieren		sich auf etwas zu-bewegen		Glaubens-bekenn-tis	→			6	
Renn-beginn	schon			elektro-nische Anlage, Computer	Vorder-asiat		sizilia-nischer Vulkan	→				7	Telefo-nat bei Gefahr		kleines hirsch-artiges Waldtier	→		
Gebirgs-gruppe (Rätische Alpen)	↘			↘		↘	Schiff Noahs		eng-lische Prin-zessin	→					Halbton über a (Musik)	→	Art, Gattung (Kunst, Medien)	
→	5			erziehe-rische Härte	→						Apfel-sine	→						
amerik. Schau-spieler (Richard)		chem. Element, Seltenerdmetall	→			früherer dt. Städte-bund	jeder ohne Aus-nahme		Kopf-be-deckung	→		4	Dauer-bezug (Kurz-wort)	↘	Handy-Zusatz-programm (Kzw.)		Klang, Laut	
→				eng-lisches Bier		internationales Not-signal	↘				auf-fallend schnell	→						
teer-artige Masse		durch die Nase sprechen	→						8	gewalt-sames Weg-nehmen	→				je, für (latei-nisch)	→		
→			1				Flachs, Faser-pflanze	→				necken, ver-spotten	→					
Figur bei Shake-speare		Disziplin beim Gewicht-heben	→															

* Lösungen, die auf anderem Wege eingehen, können bei der Auslosung leider nicht berücksichtigt werden.



DREI ÜBERNACHTUNGEN MIT IHRER FAMILIE IM EINZIGARTIGEN MOUNTAIN HIDEAWAY BIRGKAR

Auf 1400 Meter Seehöhe, in sonniger Alleinlage am Hochkönig, liegt ein Rückzugsort, der Privatsphäre und Naturverbundenheit auf besondere Weise vereint: authentisch, naturnah und mitten in den Bergen. Nur sechs exklusive Chalet-Suiten bieten hier ein Höchstmass an Privatsphäre – jede mit eigenem Garten, privater Aussensauna und einem Hot-Pot, gefüllt mit 39 Grad warmem Wasser, der zum Verweilen unter dem Sternenhimmel einlädt.

Sanfte Wiesen, dichte Wälder und romantische Wildbäche – das Hideaway bietet eine Kulisse, die spürbar entschleunigt. Wander- und Spazierwege starten unmittelbar am Birgkar und sind ideal für aktive Tage in der Natur. Im Winter bietet das Birgkar Ski-in und Ski-out, zudem beginnen Langlaufloipen und Tourenpfade direkt vor der Chalet-Tür.

Ob als Familie oder Paar – das Birgkar am Hochkönig ist ein Rückzugsort für gemeinsame Zeit, die lange nachwirkt. Wir verlosen drei Nächte für zwei Erwachsene und zwei Kinder, inklusive Frühstück und kostenlosen Fahrten mit den Hochkönig Bergbahnen.



**SEPTEMBER
OKTOBER**

Horoskop

WIDDER

21.03.–20.04.

Nutzen Sie die Zeit für sich, indem Sie öfter durchatmen! Sie brauchen nicht vorwärtszustürmen und zu kämpfen, um stark zu sein, sondern Sie gewinnen, indem Sie weicher werden. Lassen Sie es zu, ganz Sie selbst zu sein.

STIER

21.04.–20.05.

Achten Sie darauf, bei sich zu sein. Je besser Sie sich auf sich verlassen können, desto besser können Sie in sich ruhen, auch wenn die Welt um Sie herum verrückt spielt. Erwarten Sie dabei nicht nur Ehrlichkeit, sondern leben Sie sie auch!

ZWILLINGE

21.05.–21.06.

Was möchten Sie erreichen? Es ist wichtig, dass Sie wissen, was Sie tun. Dann besteht nicht die Gefahr, dass Sie sich verlieren. Es tut Ihnen gut, wenn Sie auf Ihr Nervensystem achten und es nicht überfordern. In der Stille spüren Sie sich – nehmen Sie Ihre Gefühle ernst.

KREBS

22.06.–22.07.

Ihre Sensibilität ist eine Kompetenz, die Sie weiterbringt, wenn Sie ehrlich agieren. Sie brauchen nicht so zu tun, als ob, oder einfach zu akzeptieren, was für Sie nicht (mehr) stimmt. Vertrauen Sie Ihren eigenen Grenzen und handeln Sie so, dass es sich für Sie gut anfühlt.

LÖWE

23.07.–23.08.

Sie sehnen sich nicht (mehr) so stark nach Bewunderung, sondern wünschen sich einen ehrlichen Austausch. Sie fühlen sich gut und im Einklang mit sich selbst, wenn Sie spüren, dass Verbindungen und Engagements ehrlich sind.



*In jeder Ausgabe blickt die
Dipl.-psych. Astrologin
Elvira Kindlimann für uns
exklusiv in die Sterne:
www.sterneninfo.ch*

SKORPION

24.10.–22.11.

Wenn Sie ehrlich sind und dadurch auch unbequeme Wahrheiten erkennen, ist es wichtig, dass Sie konsequent sind. Verlassen Sie sich auf Ihre Intuition, die Ihnen sagt, wann es Zeit zum Loslassen ist und wann Sie Verantwortung übernehmen dürfen.

SCHÜTZE

23.11.–22.12.

Es geht jetzt darum, dass Sie etwas Sinnvolles tun möchten und auch gerne die Verantwortung für Ihr Wirken übernehmen. Ein ehrlicher Austausch ist dabei unabdingbar und bringt Sie näher zu sich selbst. Ihr Mut und das Vertrauen in Ihr Inneres wachsen.

STEINBOCK

23.12.–20.01.

Sie haben erkannt, dass das Leben ein Prozess ist. Und jede Lebensphase beinhaltet Chancen. Sie haben jetzt die Chance zu erkennen, was wirklich zählt. Wann fühlen Sie sich lebendig? Wann sind Sie ganz Sie selbst? Machen Sie Platz für Echtes!

WASSERMANN

21.01.–18.02.

Wahre Nähe ist eine Folge von Resonanz und Echtheit. Und genau das wünschen Sie sich jetzt: echte Nähe. Sie möchten Ihre Originalität leben können und stellen fest, dass Sie dafür nicht zu kämpfen brauchen, wenn Sie sich authentisch zeigen.

WAAGE

24.09.–23.10.

Sie realisieren, dass Harmonie um jeden Preis kein erstrebenswertes Ziel ist. Vielmehr möchten Sie einen ehrlichen Austausch und stehen zu sich und Ihrer Meinung. Es mag Sie verwundern, dass Sie mit Ihrer Position nicht anecken, sondern sich Respekt verschaffen.

FISCHE

19.02.–20.03.

Es ist leicht gesagt und eigentlich auch leicht zu leben: authentisch. Wir vergessen es nur oft und glauben, dies oder jenes sagen oder tun zu müssen. Jetzt können Sie ganz bewusst ehrlich mit sich und anderen sein und erleben, dass Sie damit mehr Erfolg haben als je zuvor.

RAUSCH

Bei allgemeinen Kopfhautproblemen.
Für eine ausgeglichene Kopfhaut.



-47%
Juckreiz

Die Spezial-Linie mit Weidenrinde hilft bei allgemeinen Kopfhautproblemen wie Juckreiz und Rötungen und bekämpft die Ursache von fettigen Schuppen.



Swiss Herbal Cosmetics
since 1890



lifestyle

Herausgeber

Müller Handels GmbH & Co. KG
Albstrasse 92, D-89081 Ulm-Jungingen

V. i. S. d. P.

Erwin Müller

Koordination/Anzeigenbetreuung

Müller Handels GmbH & Co. KG

Projektverantwortung Müller

Carina Kastler, Sandra Lohrmann

Agentur

c&p creative project GmbH
c/o DesignOffices | Macherei München
Weihenstephaner Strasse 12, D-81673 München

Chefredaktion

Tina Heindel

Art-Direktion

Tina Hanisch

Mitarbeiter dieser Ausgabe

Christopher Büchele, Laura Czichon,
Nevena Davidian, Jutta Friedrich, Katharina Kirchner
(stv. Chefredaktion), Tom Mittelwerk, Cécile Möhring,
Caroline Schnesebeek, Roxana Stark

Druck

Evers-Druck GmbH
Ernst-Günter-Albers-Strasse 13, D-25704 Meldorf

Haftungsausschluss

Alle Angaben wurden sorgfältig recherchiert und zusammengestellt.
Für Richtigkeit und Vollständigkeit übernehmen Herausgeber und
Agentur keine Gewähr. Die Verfügbarkeit der gezeigten Produkte
ist länderspezifisch. In Anzeigen abgebildete Produkte sind nicht in
allen Ländern verfügbar. Einige in diesem Magazin abgedruckte Bilder
können mithilfe von künstlicher Intelligenz (KI) generiert worden sein.

DIE NÄCHSTE AUSGABE DER LIFESTYLE ERSCHEINT MITTE NOVEMBER 2026

SPAREN IST PURE APPSICHT

Jetzt sparen mit der Müller App!

Die  App für alle.

SO GEHT'S:

1. Herunterladen
2. Registrieren
3. QR Code an der Kasse
scannen und sparen



Scan mich!

- Viele lohnende
Rabattaktionen
- CHF 10 beim ersten
Einkauf ab CHF 30
geschenkt!*
- Und vieles mehr!

*Erhalten Sie nach ihrem 1. Einkauf ab CHF 30, bei dem die Müller App an der Kasse gescannt wird, einmalig 1000 Müller Blüten im Wert von CHF 10 auf Ihr Blütenkonto.

STYLISCH, SMART – UND ULTRASAUBER.

CURAPROX



JETZT IN
DEINER
MÜLLER FILIALE
ERHÄLTlich

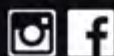


CURAPROX HYDROSONIC BLACK IS WHITE

Zahnpflege auf dem nächsten Level: Die Hydrosonic Black is White von Curaprox vereint hochwertige Technik, elegantes Design und effektive Reinigung – mit bis zu 84'000 sanften Bürstenbewegungen pro Minute, drei Reinigungsstufen und einem innovativen Whitening-Bürstenkopf. Dank hydrodynamischem Effekt reinigt sie gründlich – mit bis zu 2 Wochen Akkulaufzeit und Travel-Case perfekt für unterwegs.



Jetzt anmelden,
nichts verpassen!



curaprox.ch

SWISS PREMIUM
ORAL CARE



BOSS

BOSS RECOGNIZE BOSS

BOTTLED BEYOND

THE NEW PEONY-MAPLE SYRUP
FRAGRANCE

