



6 25 lifestyle

NOVEMBER
DEZEMBER

IHR WOHLFÜHL-MAGAZIN

GRATIS



Zeit für Stille

Ein Plädoyer
für wertvolle
Seelenmomente



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



Perfekter Schwung für einen ausdrucksstarken Blick – ohne verkleben: mit der „**Magic Finish Lash Lift Mascara**“ von M. Asam.



Geheimwaffe für kurze Fresh-ups: die festlich gestaltete Limited Edition der beliebten „**Anti-Aging Augenpads Gold**“ von Annemarie Börlind.



Augen zu und zurück in die 2000er – mit dem Duft, der das Jahrzehnt wie kein zweiter geprägt hat: „**Gucci Rush Eau de Toilette**“.



Tauchen Sie ein in die digitale Müller-Welt unter www.mueller.ch



EIN WINTER WIE EIN VERSPRECHEN

Der wahre Luxus des Winters? Zeit, Nähe und ein bisschen Inspiration. Wenn die Tage kurz sind und die Welt draussen in Frost getaucht ist, beginnt eine besondere Zeit – eine Zeit, die uns dazu einlädt, langsamer zu werden. Und dabei intensiver zu fühlen. Diesem Gefühl verschreiben wir unsere Titelgeschichte „Zeit für Stille“ (ab Seite 28). Denn der Winter ist mehr als Kälte: Er ist Rückzug und Reflexion, Glanz und Geborgenheit.

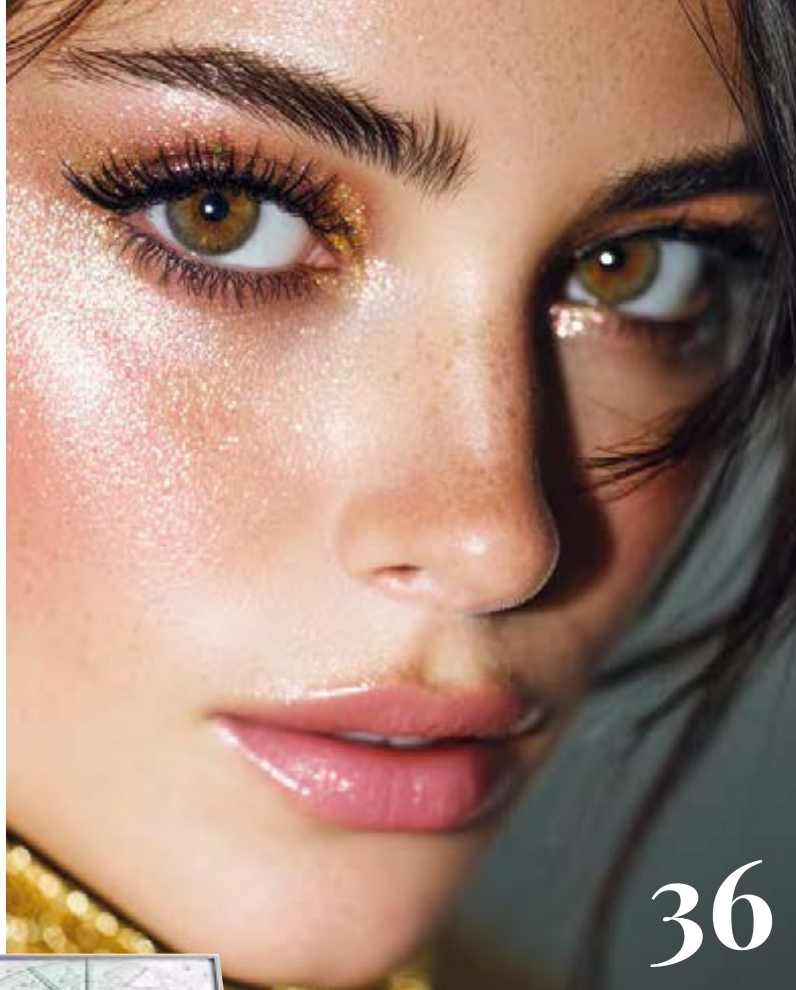
In dieser Ausgabe widmen wir uns neben der platzschaffenden Stille aber auch den Trends und absoluten Neuheiten aus Beauty, Lifestyle, Unterhaltung und Haltung. Lesen Sie, was die Zukunft der Beauty bringt (ab Seite 10), wie Sie im Handumdrehen Glamour ins Make-up zaubern (ab Seite 36), welche Strumpftrends jetzt warm und cool sind (ab Seite 42), wie eine kleine Hexe seit 45 Jahren Kinderaugen zum Strahlen bringt (Seite 53), warum vegan backen nicht nur möglich, sondern auch köstlich ist (ab Seite 66) und wie Sie mit nur fünf Minuten Zeit in hektischen Momenten wieder zur Ruhe kommen (ab Seite 82).

Erleben Sie die Vorweihnachtszeit in ihrer schönsten Form: als eine Saison voller Stil, Wärme, leiser Magie und lauter Freude.

Bleiben Sie inspiriert! Und vor allem: Bleiben Sie sich selbst ganz nah!

Wir wünschen Ihnen und Ihren Liebsten frohe Weihnachten.

Ihre Lifestyle-Redaktion



Seite

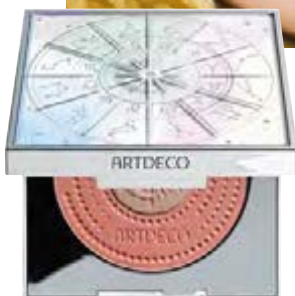
riechen

- 21** ZWISCHEN ERINNERUNG UND VERFÜHRUNG
- 22** DUFTGEHEIMNISSE FÜR DEN WINTER
Traumhafte Neuheiten
- 24** DER DUFTCHECK
Tipps fürs Leben

Seite

fühlen

- 27** SAMT FÜR DIE SEELE
- 28** LEISE IST (WIEDER) DAS NEUE LAUT
Zeit für Stille
- 30** UNTER STROM
Fliegende Haare
- 32** SCHÖNHEIT IM EINKLANG
Natürlich
- 34** GESICHTSPFLEGE
Typsache
- 36** GLAMOUR-MAKE-UP
Sternstunden
- 38** WINTERHAUT BRAUCHT MEHR
Körpermilch
- 40** ABENTEUER AUGENPFLEGE
Der Herr der (Augen-)Ringe
- 42** SCHÖNE BEINE
Warm, wärmer, Winterstrumpfhosen



Seite

faszinieren

- 7** WENN SCHÖNHEIT ZUM STATEMENT WIRD
- 8** ZEITGEIST
Faszinierende Entdeckungen
- 10** WENN WISSENSCHAFT SCHÖNHEIT NEU DEFINIERT
The Future of Beauty
- 14** SCHÖN IM SCHLAF
Nachtschicht
- 16** EINE GROSSE SACHE
Big Brows

37



24



30



40

LET'S GET SOCIAL!

- @mueller_deutschland
 @mueller.schwiiz
 @mueller_de

Seite

leben



- 73** ZWISCHEN KERZENLICHT UND NEUANFANG
74 MEGATREND HANDLETTERING
 Schönschrift
78 ES WERDE LICHT ...
 Smartes Licht für ein gesundes Ich
80 ZARTE HAUT, GROSSER SCHUTZ
 Babypflege
82 WENN FÜNF MINUTEN PAUSE REICHEN MÜSSEN
 Kleine Pausen, grosse Wirkung
84 WARUM TIERE UNS GUTTUN
 Freunde fürs Leben

Seite

erleben

- 53** HEX, HEX!
 45 Jahre „Bibi Blocksberg“
54 NEUHEITEN
 Popkultur
56 „FIRE AND ASH“: JAMES CAMERONS „AVATAR“-WELTEN
 Rückkehr nach Pandora
58 SERIE: WUNDERBARE JAHRE
 Die fantastischen 00er
60 EIN KLEINES BISSCHEN ADELE
 Ina Müller
61 RÜCKKEHR DER CHORKNABEN
 Kraftklub
61 STÜRMISCHE ZEITEN
 Santiano
62 FUSSBALL IST UNSER LEBEN ...
 EA SPORTS FC 26
62 MERRY SWITCH-MAS!
 Pokémon-Legenden Z-A

68



standards

- 3** Editorial
4 Inhalt
44 Entdecken
86 Rätsel & Verlosung
88 Horoskop
90 Impressum



Produkte mit diesem Symbol erhalten Sie exklusiv bei Müller.

Seite

schmecken

- 65** EISKALT DRAUSSEN, HEISS BEGEHRT DRINNEN
66 GANZ OHNE
 In der Weihnachtsbäckerei
70 WENN MILCH PROBLEME MACHT
 Laktose oder Milcheiweiss?



66

Aktiviere Deinen Glow.

Sofortiges Strahlen. Langanhaltende Feuchtigkeit. Klinisch erwiesen.

Neu

mit
5% Milchsäure
+ Hyaluronsäure
+ Vitamin C



Sicher für
sensible Haut.

CLINIQUE

faszinieren



**LUXUS BEGINNT DORT,
WO PFLEGE AUF
PERSÖNLICHKEIT TRIFFT**

WENN SCHÖNHEIT ZUM STATEMENT WIRD

*In der Welt von High-End-Care und Couture-Make-up geht es nicht nur um Produkte, sondern um Visionen. Diese Saison feiern wir Schönheit in ihrer spektakulärsten Form: **mit ikonischen Texturen, luxuriöser Pflege und Looks, die Grenzen sprengen. Faszinierend. Unvergesslich. Pur.***



VERFÜHRERISCH

Guccis „Guilty Absolu de Parfum pour Homme“ ist eine intensiv holzig-ambrierte Assemblage für ihn. Der Rumakkord in der Herznote sorgt für ein wunderbar warmes Aroma, gemischt mit Orangenblüten-Absolue und gewürzt mit einem feinen roten Chiliakkord.



ANMUTIG

„Guilty Absolu de Parfum pour Femme“ von Gucci ist ein intensiv blumig-ambrierter Duft für die Frau. Der dunkle Kaffee-Amaretto-Akkord in der Herznote sorgt für ein gebranntes Aroma, gemischt mit Tonkabohnen-Absolue und akzentuiert durch einen Blauregenakkord.

zeitgeist



*Die aufregendsten Entdeckungen
und Trends der Saison*

„Everything matters“ – „Alles ist wichtig“, schrieb Susan Sontag, die grosse New Yorker Intellektuelle, bereits als 16-Jährige in ihr Tagebuch. Für die brillante Essayistin, Schriftstellerin und Kulturbesessene war es gleichermaßen wichtig zu lesen, zu schreiben, zu schauen, zu handeln, zu leben. Die Ausstellung im Literaturhaus München stellt diese Ikone philosophischen Denkens im 20. Jahrhundert in fünf Stationen vor und inszeniert eine Zeitreise an ihren Lebensort New York und zu ihren Lebensmenschen. Ein eigenes Urteil zu haben, die Wirkung von Kunst zuzulassen, sich selbst ein Bild zu machen, an die Orte des Geschehens zu reisen – Susan Sontags Unabhängigkeit, sowohl ästhetisch wie politisch, war ihr leidenschaftliches Credo.

MODE, KUNST und DESIGN



AUSSERGEWÖHNLICH

Die hochpigmentierten, seidigen Texturen der „Plush Crush Face Palette“ von Naj-Oleari lassen sich mühelos verblenden und sorgen für einen perfekten Teint.

DEFINITION VON „TRAUMHAFT“

Mit der Herbst-Winter-Kollektion 2025/2026 von Zimmermann erleben wir eine vielleicht nie dagewesene düstere und zugleich melancholische Eleganz. Der Dark-Boho-Trend, auch gesehen bei Dior und Alexander McQueen, ist an Klasse und Zartheit nicht zu übertreffen.



GLOW UP!

Der Kompaktpuder „Everlift Luminizer“ von Dolce&Gabbana Beauty verleiht jedem Hautton sofort einen sanften Glow. Angereichert mit wertvollen Ölen, sorgt er im Handumdrehen für ein straffes und makellooses Hautbild. Er schmeichelt jedem Hautton und lässt den Teint sofort fantastisch strahlen – und das bis zu 16 Stunden lang.



COOLER BLICK

Die „Hyaluron Augen Pads“ von Apricot sorgen nicht nur für geschmeidigere Haut, sichtbar reduzierte Falten und ein verbessertes Hautbild. Die Pads im exklusiven Müller-Orange suchen in Sachen Nachhaltigkeit ihresgleichen: Sie können 30 Mal wiederverwendet werden.

Chloé

THE NEW PARFUM



WENN WISSENSCHAFT SCHÖNHEIT NEU DEFINIERT

The Future of Beauty

*Von Wirkstoffkosmetik bis Longevity –
diese fünf Megatrends prägen
die Zukunft der Schönheitsindustrie.*

1. Wirkstoffkosmetik und Doctor Brands: Medizin trifft Ästhetik

Immer mehr Beautyliebhaber wollen mehr als nur Duft und Textur. Sie wollen Wirkung. Hier setzen sogenannte Doctor Brands an: Hautpflege, entwickelt mit medizinischem Know-how, hochkonzentrierten Wirkstoffen und klinisch belegter Wirksamkeit.

Diese Marken setzen gezielt auf Inhaltsstoffe wie Retinol, Peptide oder – neu im Fokus – N-Acetylcystein (NAC), ein starkes Antioxidans mit zellschützender Wirkung. Diese klinisch inspirierten Marken bieten nicht nur Produkte, sondern ganze Hautkonzepte, die eine Brücke schlagen zwischen Dermatologie und Luxus.

2. Biotechnologie: Beauty aus dem Labor

Biotechnologie ist mehr als ein Trend, sie ist ein Paradigmenwechsel. In spezialisierten Laboren werden heute Wirkstoffe entwickelt, die hautidentisch, nachhaltig und hochwirksam sind. Fermentierte Hyaluronsäure, pflanzenbasierter Kollagenersatz, Mikroorganismen zur Wirkstoffgewinnung: Die Formel der Zukunft ist smart.

Ein besonders vielversprechender Bereich sind Exosomen, winzige Zellbotenstoffe, die derzeit als neues Gold der regenerativen Hautpflege gelten – insbesondere in Asien.

3. Lichttherapie und Tech Devices: Die Hautpflege wird intelligent

Was einst Hollywood-Stars vorbehalten war, ist heute Teil der täglichen Pflegeroutine: LED-Masken, Radiofrequenzgeräte und mehr. Rotes Licht gegen Falten, blaues gegen Akne, infrarotes zur Zellregeneration – die Lichttherapie erlebt ein goldenes Zeitalter.

Dank smarter Beautygadgets können Sie Ihre Hautpflege datenbasiert, zielgenau und professionell gestalten, zu Hause, jederzeit. Der technologische Vorsprung wird zum neuen Luxus.



Hightech-Wunder

Die „Silk'n LED Face Mask 100“ ist der neueste Weg, um die Haut von innen heraus zu verbessern. Die 4-in-1-Maske arbeitet mit rotem, blauem, gelbem und violetttem LED-Licht, um verschiedene Hautanwendungen zu ermöglichen.



KI-Beauty

Der „Microcurrent Facelifter 6 in 1“ von Geske in Grau analysiert mithilfe modernster KI-Technologie die Haut und widmet sich feinen Linien, Hautstraffung, Skin Glow und Massage.



Durstlöscher

Stillen Sie mit dem „Scandy Drippin'Dew Hydrating Serum“ dank einer hydratisierenden Mischung aus Birkenwasser und Glycerin sowie barrierestärkendem Heidelbeersamenöl den Durst Ihrer Haut und freuen Sie sich auf einen frischen Duft von würzigem Ingwer sowie den Hauch einer ultra prickelnden Cola.





Die Zukunft ist funktional, forschungsbasiert – und faszinierend schön

Die Schönheitsindustrie ist an einem Wendepunkt: Wissenschaft, Technologie und ganzheitliche Gesundheit definieren ein neues Ideal – nicht jung, sondern vital. Die Schönheit von morgen ist so individuell wie datenbasiert. Und vor allem hochwirksam. ✖

Patentiert

Der „Face Vinegar“ von Gallinée, angereichert mit Hibiskus-Apfelessig, spendet intensive Feuchtigkeit, verfeinert das Erscheinungsbild von Poren und schenkt ein geglättetes und ebenmäßigeres Hautbild.



4. Longevity und OTC (over-the-counter = rezeptfrei erhältlich): Schönheit beginnt in der Zelle

Die Zukunft der Hautpflege beginnt unter der Haut, genauer gesagt in der Zelle. Immer mehr Marken verschreiben sich dem ganzheitlichen Ansatz der Longevity, also der Verlängerung gesunder Hautfunktionen.

Wirkstoffe wie Resveratrol, ursprünglich aus der Altersforschung bekannt, halten Einzug in Cremes und Seren. Gleichzeitig erleben Beautysupplements einen Boom: Kollagenpulver, Pflanzenextrakte und probiotische Kapseln versprechen Schönheit von innen.

5. Clean Beauty 2.0: nachhaltig und wirksam

Clean Beauty war gestern – heute heisst es: Eco Effective Beauty. Wir fordern nicht nur Transparenz, sondern auch Wirksamkeit und Nachhaltigkeit. Biotechnologie spielt hier ebenfalls eine Schlüsselrolle: Mikroben ersetzen erdölbasierte Stoffe, Pilzverpackungen lösen Plastik ab und das Mikrobiom der Haut wird endlich ernst genommen.

Die Herausforderung der Zukunft: Die Balance zwischen Ethik, Wirkung und Ästhetik – genau hier liegt das Innovationspotenzial für moderne Luxusmarken.



Inspirierend

Die „Inspire Shower Cream Granatapfel“ von Weleda inspiriert dank ihres natürlichen Dufts von Orange, Davana und Vanille sofort die Sinne, die Fantasie und die Kreativität.

Wirkstoffwunder



Zweifachpower

Das „Pro-Retinol Booster-Duo-Serum“ von Novexpert sorgt mit zwei hochkonzentrierten Formeln in nur einem Produkt für intensiv regenerierende Nachtpflege mit Anti-Aging-Effekt.



Die rotierende **CV CLEAN SKIN Gesichtsbürste** ist der optimale Beauty-Helfer für eine porentiefe Reinigung und einen strahlend schönen Teint. Make-Up-Rückstände werden mühelos und sanft entfernt.



mueller.ch
ONLINESHOP

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



SCHÖN IM SCHLAF

Nachtschicht

Wer schön sein will, muss nicht leiden. Manchmal reicht es, einfach zu schlafen. **Overnight-Masken, auch Schlafmasken genannt, sind wahre Beautybooster** für die Nacht. Während wir träumen, arbeiten sie intensiv an unserer Haut – ganz ohne zusätzlichen Aufwand.



Im Gegensatz zu herkömmlichen Masken, die nach zehn bis 20 Minuten abgewaschen werden, bleiben Nachtmasken über mehrere Stunden auf der Haut und ziehen komplett ein. Ihre Formulierung ist meist besonders reichhaltig und enthält hoch konzentrierte Wirkstoffe wie Hyaluronsäure, Niacinamid, Ceramide oder pflanzliche Öle. Diese unterstützen die Regeneration, fördern die Feuchtigkeitsbindung und beruhigen gereizte Haut. ✖



Hier geht's direkt zu unserem Lifestyle-Blog:
www.mueller.ch/faszinieren

- 1. JUVENA JUVENANCE LIFTING ANTI-WRINKLE NIGHT CREAM:** Diese Creme hilft dabei, die Haut spürbar und fester aussehen zu lassen und damit Linien und Falten über Nacht zu mildern. **3. SHISEIDO VITAL PERFECTION OVERNIGHT FIRMING TREATMENT:** Die Gesichtsschmierung verhilft Ihrer Haut innerhalb einer Woche zu einem strafferen und ebenmäßigeren Aussehen. **4. SANS SOUCIS SPECIAL ACTIVE NACHTPFLEGE EXTRA REICHHALTIG:** Die Creme unterstützt und pflegt trockene, sehr fettarme Haut während der nächtlichen Regenerationsphase und sorgt so für ein strahlendes Hautbild.



HACKETT

L O N D O N

THE NEW EAU DE PARFUM



EINE GROSSE SACHE

Big Brows

Lily Collins, Kaia Gerber oder Zendaya: Vergessen Sie dünn gezupfte Linien und streng geformte Bögen. **Die Augenbraue hat sich emanzipiert.** Heute darf sie wieder Charakter zeigen. Der Trend heisst: Big Brows. **Buschig, natürlich, voller Ausdruck.** Essenziell ist hier allerdings: dabei stets gepflegt.



1. BLICKFANG: Das „Beauty Elixir Eyelash & Brow Serum“ von San Soucis nährt und stärkt die Wimpern und Brauen und fördert so bei regelmässiger Anwendung das natürliche Wachstum der Haare. **2. FORM & FARBE:** Das transparente „Eye Brow Fixing Gel“ von MAKE UP FACTORY formt und definiert die Augenbrauen perfekt und verleiht ihnen dank des Bürstchens ein natürliches, volles Aussehen. **3. MULTITALENT:** Der „Estée Lauder BrowPerfect 3D All-in-One Styler“ in „Brunette“ sorgt im Handumdrehen für perfekt gestylte Brauen – und das bis zu 24 Stunden lang. **4. VERDICHTEND:** Dichtere sowie vollere Wimpern und Augenbrauen – und das ganz ohne Hormone – werden mit dem „Artdeco Lash & Brow Wonder Serum“ ab sofort Wirklichkeit. **5. PRÄZISE STRICHFÜHRUNG:** Der „Clinique Quickliner for Brows“ in „Ebony“ definiert und konturiert die gesamte Braue perfekt.

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

L'OCCITANE

EN PROVENCE



NÉROLI ORCHIDÉE

Entdecken Sie den neuen Duft von L'OCCITANE en Provence. Ein zeitlos femininer Duft mit Neroli aus dem Mittelmeerraum und Orchideen aus Madagaskar, kombiniert mit zitrischen Kopfnoten und einem fruchtig-blumigen Herzen.

MAKE UP FACTORY

professional
high end make up.

NUR BEI



GLAMOUR IT'S SHOW TIME

It's Show Time – Glanzvolle Auftritte garantiert! Wenn die Nächte länger und die Lichter heller werden, beginnt die funkelnde Jahreszeit. Die Holiday-Kollektion IT'S SHOW TIME von Make up Factory steht ganz im Zeichen von Glamour und Eleganz. Tiefe Lilatöne setzen eindrucksvolle Akzente und sorgen für ausdrucksstarke Augenblicke. Zarte Schimmer-Highlights auf Wangen und Dekolleté verleihen jedem Look einen besonderen Glow. Ob für elegante Dinnerpartys oder die glanzvolle Silvesternacht – mit den glamourösen Produkten wird jeder Ort zur Bühne.



HAUT VORBEREITEN

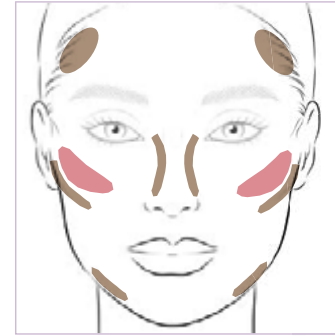
STEP 1

Für ein besonders ebenmäßiges und strahlendes Hautbild zuerst den GLOW PRIMER auftragen und sanft in die Haut einarbeiten. Um den Teint zu perfektionieren, wird die VELVET LIFTING FOUNDATION aufgetragen und verblendet, bis sie mit der Haut verschmilzt. Bei Bedarf können letzte Unebenheiten und Augenringe mit dem ULTRA COVERAGE CONCEALER optimal kaschiert werden.

GESICHT KONTURIEREN

STEP 2

Mit dem FACE SHAPING STICK werden die individuellen Gesichtszüge optimal betont. Die kühlen Brauntöne werden zum Konturieren verwendet und auf die Gesichtspartien aufgetragen, die optisch zurücktreten sollen. Im nächsten Schritt je nach Hautton eine der Blusher-Farben wählen und für einen frischen Look auf die Wangen geben.



AUGEN MAKE UP KREIEREN

STEP 3

Zuerst den hellen Schimmerton (1) der ARTIST STUDIO QUAD Palette N°82 auf das gesamte bewegliche Lid auftragen. Anschließend den dunkelsten Lilaton (2) am äußeren Augenwinkel wie einen Eyeliner schräg nach außen ziehen und nach innen in die gesamte Lidfalte bis nach vorne ausblenden – es sollte eine scharfe Kante (Cut-Crease) zwischen oberem und beweglichem Lid entstehen. Bei Bedarf, den Lid-schatten ganz außen mit etwas Concealer korrigieren, sodass auch hier eine scharfe Kante entsteht. Um die Übergänge etwas abzusoften, den warmen Lilaton (3) verwenden und den dunklen Lilaton damit weiter weich nach oben bis fast unter die Augenbraue verblenden. Anschließend den METALLIC EYELINER N°62 entlang des unteren Wimpernkranzes, entlang der gesamten Wasserlinie auftragen und leicht verblenden. Mit dem hellsten Ton (1) der Palette werden Highlights unter der Augenbraue und im Augeninnenwinkel gesetzt.

Mit dem METAL GLAM LIQUID LINER N°03 einen Lidstrich entlang des gesamten oberen Wimpernkranzes zeichnen. Den Liner nach außen hin etwas breiter werden lassen. Abschließend die Wimpern mit der INFINITE LASH MASCARA tuschen.



METAL GLAM LIQUID LINER

NEW

Wasserfester Eyeliner mit hochpigmentierter, schnell trocknender Textur und metallischem Finish

LOOK ABRUNDEN

STEP 4

Für einen strahlenden Teint, den LIQUID LUMINIZER auf den Wangenknochen, der Nasenspitze und über dem Lippenherz auftragen. Auf den Lippen rundet der HYDRA GLOW LIP STYLO N°07 den Look perfekt ab.

NEW

LIQUID LUMINIZER

Flüssiger, schimmernder Highlighter für einen strahlenden Glow



GUCCI

FLORA



FLORA GORGEOUS GARDENIA
THE NEW EAU DE PARFUM INTENSE

riechen



ERFOLGSFAKTOR

Das Eau de Parfum „Boss Bottled Beyond“ von Hugo Boss ruft Bewunderung hervor: ein edler Ingwer-Leder-Duft für ihn, bei dem Gegensätze aufeinandertreffen und für lang anhaltende Intensität sorgen. Das perfekte Geschenk für Macher.



**EIN DUFT IST DAS
UNSICHTBARE,
DAS BLEIBT, WENN ALLES
ANDERE VERGEHT**

ZWISCHEN ERINNERUNG UND VERFÜHRUNG

Parfum ist Poesie in Molekülen, flüchtig und doch unvergesslich. In dieser Ausgabe tauchen wir ein in die faszinierende Welt exklusiver Duftkreationen – von rauchig-warmen Winternoten bis zu überraschenden Neuheiten voller Tiefe und Charakter. Für alle, die nicht nur auffallen, sondern nachwirken wollen.



UNVERGESSLICH

„Sceptre EdP“ von Riggs ist der perfekte Mix aus Kraft und Eleganz und bietet einen Duft, der Kühnheit mit Raffinesse verbindet. Er beginnt mit einem hellen, belebenden Kick, bevor er sich zu einer sanften, raffinierten Herznote entfaltet, die mühelos ausgewogen wirkt.



LEBHAFTE INTENSITÄT

Das Eau de Parfum „Gucci Flora Gorgeous Gardenia Intense“ ist ein Damenduft, der die blumige Sinnlichkeit mit üppiger Intensität verstärkt. Tauchen Sie ein in ein Blumenbeet der Glückseligkeit, wo sich der Puls vor Begeisterung beschleunigt und Herzen lauter schlagen. Die Mandarinenessenz, die durch eine ungebändigte blumige Energie entfacht wird, eröffnet den Duft mit einer strahlenden Welle durchdringender Freude. In der Herznote verschmelzen Gardenienakkord und Jasmin zu einem Schwall blumiger Glückseligkeit.

DUFTGEHEIMNISSE FÜR DEN WINTER

Traumhafte NEUHEITEN

Wenn der Frost die Luft mit kristallklarer Kühle erfüllt, **entfalten winterliche Düfte ihren ganz besonderen Zauber**. In dieser Saison präsentieren Parfumhäuser ihre neuesten Kreationen: **sinnlich, opulent, geheimnisvoll**.

Ob rauchige Holznoten, feine Gewürze oder samtige Blüten – die neuen Winterdüfte umhüllen uns wie ein luxuriöser Kaschmirschal. Sie erzählen Geschichten von Cheminéeabenden, Schneeflocken und goldenen Festlichkeiten. Neue Gourmandakkorde mit Vanille, Tonkabohne oder dunkler Kirsche verführen ebenso wie moderne Interpretationen klassischer Chypres und orientalischer Elixiere. Gerade in der festlichen Jahreszeit wird Duft zum perfekten Geschenk: persönlich, elegant und voller Emotion. Ein Parfum unter dem Weihnachtsbaum ist nicht nur ein Zeichen von Stil, sondern eine sinnliche Einladung zum Träumen – lange über die Feiertage hinaus. ✖



ERFRISCHEND

Tauchen Sie ein in die belebende Duftwelt von Hugo Boss: mit dem limitierten Eau de Parfum „Boss Bottled Bold Citrus for Him“. Der spritzige Herrenduft öffnet mit intensiver Primofiore-Zitrone und Bergamotte, bevor er in eine grüne Bourbon-Geranien-Essenz und eine Basis aus Patschuli und Vetiver übergeht.



BOMBASTISCH

Das Eau de Parfum „La Bomba“ von Carolina Herrera verkörpert die Frau, die aus dem Vollen schöpft: frei, authentisch und spontan. Sie zeigt ihre Emotionen, liebt sich selbst und lebt, ohne sich um die Erwartungen der Welt zu kümmern. Mit exotischer Pitaya wird dem Duft bereits zum Auftakt ein unverwechselbarer Charakter verliehen. Im Herzen erblüht ein Bouquet aus roter Frangipani und Pfingstrose, das die Schönheit der Lebensfreude feiert. Vanille rundet den Duft auf wohlige Weise ab und spiegelt das Selbstbewusstsein wider.



KOSTBAR, MUTIG, AUSSERGEWÖHNLICH

Feiern Sie zusammen mit dem neuen Eau de Parfum „Marc Jacobs Perfect Absolute“ die Stärke der Selbstliebe und das Vertrauen in sich selbst. Der Duft verbindet einen verführerischen Akkord aus karamellisierte Feige und einer üppig blühenden Jasmin-Absolue-Komposition mit einem warmen Amberakkord.



FESSELND UND BETÖREN

Das Parfum „Gaultier Divine Elixir“ von Jean Paul Gaultier ist ein Statement. Eine Revolution für Damen, die ihre eigenen Grenzen setzen. Im Herzen dieser Kreation berührt eine berauschende Begegnung von cremiger Tuberose, intensiviert durch die zartsüsse Tonkabohne. Gemeinsam erschaffen sie eine lebendige Signatur, die jeden sofort fesselt.



FESSELND

Das Parfum „Davidoff Cool Elixir for her“ verzaubert mit einer unwiderstehlichen Vanilleessenz, zartem Jasmin und Eichenmoos-Absolue. Ein intensiver und sehr verführerischer Amberduft für alle Diven.



Hier geht's direkt zu unserem Lifestyle-Blog:
www.mueller.ch/riechen

BURBERRY GODDESS

THE NEW
REFILLABLE PARFUM



DER DUFTCHECK

Tipps fürs Leben

Mit jährlich mehr als tausend neuen Düften, die von Meisternasen kreiert werden, und **einer bestehenden Vielfalt**, die kaum zu überschauen ist, ist es umso wichtiger, Orientierung zu haben. Wir haben Tipps, **wie Sie Ihren Lieblingsduft finden – und tragen.**



VERFÜHRERISCH FRISCH

Die Sinnlichkeit von sonnengeküsster Haut, die belebende Brise des Mittelmeeres und die fruchtigen und floralen Düfte üppiger Vegetation: Das Eau de Toilette „Light Blue“ von Dolce&Gabbana fängt zu jeder Jahreszeit die Leichtigkeit eines Tages ein, umhüllt vom Klang der Wellen, die die Klippen von Capri sanft lieblosen.

SONNENGRUSS

So zart und unbeschwert wie ein neuer Morgen: Das Parfum „Sunrise“ von Jil Sander offenbart mit den Aromen von Bergamotte, Orangenblüte und weissem Amber die ersten zarten Sonnenstrahlen am Morgenhimmel und gleicht die Frische der Nacht mit dem Glanz der aufgehenden Sonne aus. Ein Duft wie ein Neubeginn, ungezwungen und gleichzeitig voller Vorfreude.

FÜR DEN GANZEN KÖRPER

Die „Hair & Body Parfum Mists“ von Calvin Klein umhüllen Haut und Haar auf eine ganz wunderbar zarte und wohltuende Art und Weise und ganz nach Lust und Laune.

VERTRAUEN SIE IHRER HAUT, NICHT DEM TESTSTREIFEN

Ein Duft auf einem Papierstreifen gibt nur einen ersten Eindruck. Entscheidend ist, wie sich der Duft auf Ihrer Hautchemie entwickelt – das kann komplett anders sein.

TESTEN SIE NIE MEHR ALS DREI DÜFTE AUF EINMAL

Unsere Nase ermüdet schnell. Drei Düfte pro Besuch sind optimal – dazwischen hilft das Schnuppern an Kaffeebohnen (oder dem eigenen Ärmel), um den Geruchssinn zu neutralisieren.

PARFUM BRAUCHT ZEIT

Ein guter Duft entfaltet sich in drei Phasen: Kopfnote (die ersten 15 Minuten), Herznote (die wahre Essenz) und Basisnote (bleibt stundenlang). Warten Sie also 30 Minuten, bevor Sie eine Entscheidung treffen.

LASSEN SIE DIE STIMMUNG MITENTSCHEIDEN

Düfte wirken emotional. Fragen Sie sich: Möchte ich mich verführerisch, frisch, geborgen oder kraftvoll fühlen?

SIGNATURE-DUFT ODER DUFTGARDEROBE?

Ein Signature-Duft ist wie ein Markenzeichen: konstant und unverwechselbar. Eine Duftgarderobe erlaubt Flexibilität: frisch für den Tag, sinnlich für den Abend, entspannend für den Sonntag.



PRIMAVERA®

Organic Skincare

GLOWING AGE

Pflegelinie für reife, anspruchsvolle Haut

Zeitlose Strahlkraft

- Festigt die Struktur und schenkt der Haut Elastizität
- Straffend und regenerierend
- Für ein jugendliches und ebenmäßiges Hautbild





100% zertifizierte
Naturkosmetik



Einfach, natürlich, echt.



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



fühlen



**SICH SELBST
ZU VERWÖHNEN, IST
KEIN LUXUS. ES
IST LIEBE IN IHRER
STILLSTEN FORM**

SAMT FÜR DIE SEELE

Wenn draussen der Frost glitzert, beginnt drinnen die Zeit für Verwöihnmomente. Jetzt heisst es **durchatmen, loslassen, sich selbst wieder spüren. Ob luxuriöse Pflege, achtsame Rituale oder stille Wellness-Auszeiten:** Wir zeigen, wie Selfcare zum schönsten Geschenk des Winters wird. Für Haut, Herz und innere Ruhe.



VERY CHERRY LIEBE!

Lassen Sie sich von Weledas „Very Cherry“-Linie verwöhnen und geniessen Sie absolut natürlichen Duft mit dem cremigen Duschgel, der verwöhnenden Handcreme oder dem zarten Lip Balm.



VERWÖHNDUSCHE

Die „L'OR VÉGÉTAL glättende Peelingseife“ von Melvita sorgt für ein gleichzeitig beruhigendes und belebendes Duscherlebnis. Dank des feuchtigkeitsspendenden Kastanienblätter-extrakts fühlt sich die Haut wie neu an, ohne Trockenheitsgefühl.

LEISE IST (WIEDER) DAS NEUE LAUT

Zeit für STILLE

*Entspannung und Geborgenheit kommen nicht mit einem Schrei, sondern im Flüsterton. In einer Zeit, in der Dauerbeschallung auf allen Kanälen ebenso zum Lifestyle gehört **wie die Erreichbarkeit rund um die Uhr, wird die Suche nach dem Stillen, Langsamen und Eigenen zum echten Luxusgut.** Wir nutzen die besinnliche Zeit, um zur Besinnung zu kommen.*



Wann hat sich Ihre Smartwatch zum letzten Mal mit einer Lautstärkewarnung bei Ihnen bemerkbar gemacht, wann hat das innere Ohr mal wieder ohne Vorwarnung zu piepsen begonnen? Nur rund 2 bis 3% unserer aktiv genutzten Tageszeit verbringen wir in echter akustischer Ruhe, wie aktuelle Studien zeigen. Der Rest sind Verkehr, unaufhörliche Handygeräusche, Podcasts, Playlists, Nachrichten und das Geplapper in der Schlange zum nächsten Chocolate Matcha Latte. Die Welt ist Krach. Sie brüllt uns ihre Meinungsverschiedenheiten in Versalien ins Ohr. Und wenn nicht gerade andere um das Vorrecht unserer Aufmerksamkeit um die Wette krakeelen, dann setzt der selbst gemachte Lärm im Kopf ein – bestehend aus Grübeleien, ständig aktualisierten To-do-Listen und der unaufhörlich vor sich hin mahnenden inneren Stimme. Dass die Sehnsucht nach einer Flucht aus der Lärmglocke gross ist, das zeigt der enorme Zuspruch zu Achtsamkeits-Apps, Yoga-Kursen und -Retreats, zu „stummen“ Spotify-Playlists (One Minute of Silence) und zu Noise-Cancelling-Technologie. So laut wie heute war das Thema „Stille“ noch nie.



Akustische Hygiene

Still war früher vor allem eines: verdächtig, zurückhaltend, ggf. sogar faul. „Warum bist du so still?“ war oft gleichbedeutend mit „Du hast doch etwas zu verbergen“, das Leise galt als Hinweis der Schwäche. Dabei wusste schon der französische Mathematiker und Physiker Blaise Pascal: „Das ganze Unglück der Menschen rührt daher, dass sie nicht ruhig in einem Zimmer bleiben können.“ Aber erst mit dem hyperschnellen und schreiend lauten Informationszeitalter wird der Wert seiner

„DAS GANZE ÜNGLÜCK DER MENSCHEN RÜHRT DAHER, DASS SIE NICHT RUHIG IN EINEM ZIMMER BLEIBEN KÖNNEN“

(Blaise Pascal, 1623–1662)

Erkenntnis offensichtlich. Heute steht ermessenes Schweigen, ob in geschäftlichen Meetings oder in persönlichen Beziehungen, eher für Stärke, Kontrolle und Tiefe, für den „Mut zur Lücke“, die nicht zwangsläufig mit Geräusch gefüllt werden muss. „Akustische Hygiene“ nennen Psychologinnen und Psychologen diesen Mut. Weil jedes akustische Signal im Gehirn verarbeitet werden muss, was Energie kostet und das Stresslevel zwangsläufig erhöht. Wohingegen bereits zwei Minuten bewusst gesuchter (oder praktizierter) Stille das Stresslevel wieder senken – und so die Regeneration unseres Gehirns fördern. Stille macht uns also nicht nur ruhiger, sondern auch klüger.

Quiet Is The New Loud

Einfach ist das natürlich nicht. Schliesslich konfrontiert uns die Stille mit unserem lautesten Kritiker: mit uns selbst. Ohne Ablenkung spüren wir uns tiefer – mit all unseren Gefühlen, Sorgen und Sehnsüchten. Kein Wunder, dass viele das akustische Nichts so scheuen. Aber genau das ist die grosse und heilende Kraft der Stille: Sie ist ehrlich, schafft Raum und hilft uns dabei, echte Verbindungen zu knüpfen. Zu uns und in der

STILLE, JETZT! MINI-RITUALE FÜR DEN STILLEKICK

1. Ein guter Morgen

30 Minuten nur für sich selbst: ohne Medien, Nachrichten, Handy oder Musik

2. Atempause

Dreimal drei Minuten täglich Augen zu und atmen

3. Lärmfasten

Ein Tag in der Woche ohne Podcast, Musik oder Streamingdienst

4. Stillgang statt Stillstand

Spaziergang ohne Ziel, Kopfhörer und Handy



Hören, was die Seele singt ...

So nannten die isländischen Musiker von Sigur Rós den Klang der Stille. Wir wollen von Ihnen wissen, wie und wo Sie zur Ruhe finden. Teilen Sie Ihre stillen Momente unter dem Hashtag #müllerlifestyle und markieren Sie uns. Mit etwas Glück teilen wir Ihren Post in der Story auf unserer offiziellen Instagram-Seite
@mueller_drogeriemarkt

Folge auch zu unseren Mitmenschen. Ob Achtsamkeits-Apps wie „Calm“, Popmusikklassiker wie „Quiet Is The New Loud“ von den norwegischen Kings of Convenience oder die immer beliebter werdenden Schweige-Retreats: Was für viele eine Grenzerfahrung ist, wird für all jene, die einen Ausweg aus der Lärmspirale suchen, zum Beginn einer ganz neuen Lebensweise. In der weniger mehr ist und Stille ein Geschenk, die voller Heilung, Klarheit und neuer Ideen steckt. Nicht umsonst heisst es gerade zu Weihnachten: „Stille Nacht, heilige Nacht.“ ■

UNTER STROM

Fliegende Haare

Statisch aufgeladene Haare? Im Winter leider ein häufiges Problem. Trockene Luft – in Innenräumen, aber auch draussen – sowie die Reibung durch Mützen und Schals fördern die Aufladung zusätzlich. **Wir haben die besten Tipps** gegen die fliegenden Antennen auf dem Kopf.



Naturschönheit

Die „Pneumatikbürste Paddle gross“ von Faller, aus gedämpftem Buchenholz mit reinen Wildschweinborsten und Gummikissen ausgestattet, ist besonders sanft zur Kopfhaut.



Rekordverdächtig

Die „Lamellar Repair Essence“ von Marlies Möller verhilft dem Haar in nur neun Sekunden zu strahlendem Glanz und perfekter Kämmbarkeit. Plus: Anti-Frizz- und Anti-Spliss-Effekt, ohne das Haar zu beschweren.



Glatt gebürstet

Die „ID Paddle Anti-Frizz Bürste“ von Parsa Beauty mit Naturborsten wurde speziell für trockenes und krauses Haar entwickelt. Die Borstentechnologie mit feuchtigkeitsspendendem Hyaluron und Kollagen verleiht dem Haar bei jedem Bürstenstrich Glanz und Geschmeidigkeit.

1 FEUCHTIGKEIT

Zugegeben, kein neuer Tipp, aber immer noch das Nonplusultra gegen statisch aufgeladenes und für supergepflegtes Haar. Spezielle Feuchtigkeitsshampoos und Conditioner nähren die Haare optimal, während Haaröle und Leave-in-Conditioner zusätzlich helfen, die Schuppenschicht zu schliessen und so statische Aufladung zu erschweren. Wichtig: Haaröle nur in den Haarlängen und Spitzen einarbeiten, sonst wirkt der Look fettig.

2 SO WENIG HITZE WIE MÖGLICH

Zu heisses Föhnen und Styling mit Glätteisen und Co. können die Haare zusätzlich belasten und austrocknen. Deshalb gilt: Lieber etwas weniger Hitze nutzen und auf spezielle Ionentechnologien setzen!

3 REIBUNG MINIMIEREN

Wolle und Acrylmateriale in Mützen und Schals begünstigen eine statische Aufladung der Haare. Setzen Sie deshalb im besten Fall auf Mützen mit einem Innenfutter aus Seide oder glattem Satinstoff. Auch Zöpfe und Flechtvariationen schützen die Haarstruktur vor zu viel Reibung.

4 AUF DIE RICHTIGEN TOOLS UND MATERIALIEN SETZEN

Vermeiden Sie Kunststoff! Nicht nur in Sachen Mützen, siehe auch Tipp 3, sondern auch bei den Tools. Naturborsten anstelle von Plastikborsten sind beispielsweise eine gute Wahl, wenn es darum geht, statische Aufladung möglichst zu vermeiden.

Ein Hauch Haarspray fixiert die Haare zusätzlich. Und im Falle des Falles unterwegs einfach etwas Handcreme in die Haarspitzen einarbeiten und fliegende Haare haben keine Chance mehr. ■

syoss

EST. OSAKA, JAPAN 1977

DEIN HAAR
INTENSIVER
ALS JE ZUVOR

YOU. INTENSIFIED.



SCHÖNHEIT IM EINKLANG

NATÜRLICH

*Im Einklang mit der Natur – das ist längst mehr als ein Trend.
Es ist **ein nachhaltiges Statement** für bewusste Schönheitspflege.
Naturkosmetik begeistert **mit innovativen Texturen, hochwirksamen pflanzlichen Wirkstoffen und edlem Design.***

Wir haben den Pionieren der Naturkosmetik einiges zu verdanken: Seren auf Basis fermentierter Heilpflanzen, Lippenpflege mit Wildrosenöl aus kontrolliert biologischem Anbau und feste Shampoos, die nicht nur das Haar, sondern auch die Umwelt verwöhnen. Was alle Produkte eint: Sie verzichten konsequent auf synthetische Duft- und Farbstoffe, Mineralöle oder Mikroplastik – und setzen stattdessen auf die Kraft der Natur. ✕



Vier Öle für ein Halleluja

Biocosmas „Active Visage Gesichtsöl“ ist ein hochwertiges Gesichtsöl mit Mandel-, Jojoba-, Brokkolisamen- und Wildrosenöl und Extrakten aus Schweizer Sonnenblumensprossen und fördert die Regeneration der anspruchsvollen Haut und wirkt feuchtigkeitserhaltend. Die Haut wird spürbar glatter und geschmeidiger.



Natürlicher Schutz bei empfindlichem Zahnfleisch

Das „Weleda Pflanzen-Zahngel“ auf Kieselbasis reinigt die Zähne gründlich, ohne den Zahnschmelz anzugreifen. Die Pflanzenauszüge sind speziell auf reizempfindliches Zahnfleisch abgestimmt.



1. Bitte lächeln

Das reichhaltige „Apple of Sodom Lip Line Wrinkle Treatment“ von Ahava sorgt mit Extrakten aus dem Sodomsapfel und dem Wirkstoff der südamerikanischen Acemella Oleracea für eine Minimierung von Falten an der Lippenkontur.

2. Naturspektakel

Die Gesichtsscreme „Day Cream Ultimate New Aging“ von Primavera bewahrt die natürliche Hautarchitektur und strafft die Haut bis zum Dekolleté. Mit ihrer naturreinen Pflanzenkraftkomposition aus Anigozanthos-Nektar und Caviar-Lime-Perlen mit Kahaiöl sorgt sie für ein lang anhaltendes, ebenmäßiges Aussehen voller Strahlkraft.

3. Komfort und Selbstvertrauen

Die „Dry & Light Slim“-Einlagen von Natracare bieten zuverlässigen Schutz bei Harninkontinenz und leichter Blasenschwäche. Die Oberfläche aus zertifizierter Bio-Baumwolle und der pflanzliche Saugkern sind atmungsaktiv und sanft zu empfindlicher Haut. Frei von ölbasierten Kunststoffen, Duft- und Farbstoffen, besser für den Körper und unseren Planeten.



1

NATURKOSMETIK IST HEUTE
MEHR DENN JE EIN **AUSDRUCK**
VON STIL, VERANTWORTUNG
UND EXKLUSIVITÄT

2



3

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.

NEU



Bringt dich zum Strahlen.

Das **radiant eye serum** (ohne Duft) – neu in unserer **AGE PROTECT** Linie. Für sichtbar gepflegte Augenblicke.

Das **radiant eye serum** (ohne Duft) kombiniert **Parakresseextrakt** zur sichtbaren Glättung feiner Linien mit schützendem Ectoin, welches die Haut vor Umwelteinflüssen bewahrt. **Aloe Vera Blütenextrakt** beruhigt und spendet Feuchtigkeit, während **Hyaluronsäure** die Haut intensiv aufpolstert.

Für eine **frische, gestärkte Augenpartie** – jeden Tag.



Santaverde ist nach strengsten internationalen Standards für echte Naturkosmetik **NATRUE**-zertifiziert.

SANTAVERDE
NATURKOSMETIK

GESICHTSPFLEGE

TYPsache

*Jeder Traum von makelloser Haut beginnt mit der richtigen Gesichtspflege. Lesen Sie hier, was Sie **bei Ihrem Hauttyp** beachten sollten und **welche Produkte unverzichtbar sind**.*

Wir wissen alle, dass ein makelloser Teint kein Zufall ist, sondern das Ergebnis einer durchdachten und konsequenten Pflegeroutine. Denn wahre Hautschönheit beginnt nicht beim Make-up, sondern bei der Basis: der richtigen Gesichtspflege. Wer seinen Hauttyp kennt und gezielt auf seine Bedürfnisse eingeht, schafft die besten Voraussetzungen für ein strahlend schönes Hautbild, Tag für Tag.

Trockene Haut

Spannt, wirkt fahl und braucht vor allem eines: intensive Feuchtigkeit. Ideal sind cremige Reinigungsprodukte, Seren mit Hyaluron oder Squalan (ein farb- und duftloses Öl) und nährnde Cremes mit Ceramiden oder Sheabutter.

Fettige und unreine Haut

Neigt zu Glanz und Unreinheiten: Dann helfen ölfreie Produkte, die sanft klären, ohne die Haut zu reizen. Wichtig: Salicylsäure zur Porenreinigung, Niacinamid zur Talgregulation und eine leichte gelbasierte Pflege.

Empfindliche Haut

Reagiert schnell auf äussere Einflüsse: Setzen Sie auf beruhigende Formulierungen ohne Duftstoffe und mit Inhaltsstoffen wie Panthenol, Aloe Vera oder Centella Asiatica (Tigergras).

Reife Haut

Benötigt Pflege mit antioxidativen Wirkstoffen wie Vitamin C, Retinol oder Peptiden, um die Hautstruktur zu stärken und die Zellerneuerung zu fördern. Eine gute Nachtpflege mit Regenerationswirkung ist hier essenziell. ✖



VERFEINERND

Das „Skinable Niacinamide Serum“ verbessert das Erscheinungsbild der Haut, indem es Unreinheiten, trockene Stellen und Alterungserscheinungen mildert und die Poren gleichzeitig verfeinert.



STRAHLEND

Die „Glow Boost Rosiger Teint Creme“ von Sante mit Hyaluron und Bio-Rose glättet und stärkt die Hautbarriere und sorgt so für ein gesundes und frisches Strahlen.

DIE BASICS

Diese Produkte gehören in jedes Badezimmer

Unabhängig vom Hauttyp bilden fünf Schritte die Grundlage einer wirksamen Gesichtspflege:

- 1. Reinigung:** Sie befreit die Haut von Schmutz, Talg und Umwelteinflüssen, ohne sie auszutrocknen. Ideal sind milde Gel- oder Creme-Cleanser, je nach Hautbedürfnis.
- 2. Toner:** Der Toner klärt, beruhigt und bereitet die Haut optimal auf die nachfolgende Pflege vor.
- 3. Serum:** Hoch konzentrierte Wirkstoffe wie Hyaluronsäure, Vitamin C oder Niacinamid dringen tief in die Haut ein und wirken gezielt.
- 4. Feuchtigkeitspflege:** Sie schützt die Hautbarriere und bewahrt die natürliche Balance.
- 5. Sonnenschutz:** Sonnenschutz ist ein Muss, auch bei bewölktem Himmel. UV-Schutz beugt vorzeitiger Hautalterung und Pigmentflecken vor.



FEUCHTIGKEITSSPENDEND

Die „Dynasty Cream“ von Beauty of Joseon mit reichhaltigen Inhaltsstoffen wie Reiskleie- sowie Ginsengwurzelwasser und Niacinamid spendet der Haut intensiv Feuchtigkeit und hinterlässt so ein glattes und geschmeidiges Hautgefühl.



PFLEGE

Die „benecos Gesichtsschnee Bio-Shea“ glättet und pflegt die Haut intensiv, während der enthaltene Hopfenauszug die Haut beruhigt und ausgleichend wirkt.



Hier geht's direkt zu unserem Lifestyle-Blog:
www.mueller.ch/fühlen

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.

GREEK YOGHURT INNOVATION

SMART YOGHURT™

PROBIOTISCHES SUPERSERUM

PASST SICH AN. REGENERIERT. STÄRKT.



95%
WENIGER
EMPFINDLICHE HAUT*
AUSGEGLEICHENERE
HAUT*
BERUHIGTERE HAUT*
INTENSIVE
FEUCHTIGKEITS-
VERSORGUNG*

KORRES

1. GESCHWÄCHTE HAUTBARRIERE
2. UNGLEICHGEWICHT IM MIKROBIOM
3. DEHYDRIERTE HAUT
4. VERLUST AN ELASTIZITÄT
5. GESTRESSTE HAUT
6. FAHLE HAUT
7. UNREGELMÄßIGES HAUTBILD
8. JUCKREIZ
9. ZU REIZUNGEN NEIGENDE HAUT

*Nach 28 Tagen Anwendung, die das KORRES Smart Yoghurt Probiotische Super Serum eingesetzt haben / 28 Tage Anwendung / Selbstbeurteilung, 20 Teilnehmer zwischen 18-35 Jahren.

WIRKT GEGEN **9 ANZEICHEN VON HAUTEMPFINDLICHKEIT**

GLAMOUR-MAKE-UP

Sternstunden

Die Vorweihnachtszeit ist zweifellos die glamouröseste Zeit des Jahres.

*Galas, Theater-, Ballett- und Konzertbesuche, Weihnachtsfeiern, Dinnerpartys – die Anlässe, um sich in Schale zu werfen, scheinen nicht enden zu wollen. **Daniela Rother, Make-up-Artist bei Artdeco**, kennt die Tricks, wie Sie sich im Handumdrehen von casual zu glamourös stylen.*



Fotos: Adobe Stock, Artdeco, PR, Bilder können mit KI generiert sein



1 MULTIDIMENSIONALER GLOW

Ein Highlighter zaubert einen unwiderstehlichen Glanz auf die höchsten Stellen des Gesichts, seine Vielseitigkeit ist unbegrenzt. Tragen Sie den Highlighter auf den Schultern und dem Schlüsselbein auf und verblenden Sie ihn weich.

2 FRISCHEKICK

Ein Hauch Rouge sorgt immer für eine frische Ausstrahlung, zum Beispiel das „Artdeco Galactic Blush Couture“. Tragen Sie es zusätzlich auf den Augenlidern auf und modellieren Sie damit den Look!

3 FUNKELNDE AUGENBLICKE

Um die Augen optisch zu öffnen und sie grösser erscheinen zu lassen, wird bei Lidschatten die helle Nuance der Palette unter dem höchsten Punkt der Augenbraue und im inneren Augenwinkel aufgetragen.

4 DIE AUSRÜSTUNG

Fallen die metallischen Pigmente bei Auftrag ab? Machen Sie es wie die Profis und verzichten Sie auf den Pinsel! Nehmen Sie die metallischen Pigmente mit einem Applikator oder der Fingerkuppe auf und tupfen Sie sie sanft auf das Augenlid.

5 ZWECKENTFREMUNG

Gloss plus Eyeshadow! Für einen beeindruckenden Look können Sie zuerst Lipgloss auf die Lippen auftragen und in die Mitte einen Tupfen Eyeshadow in einer metallischen Nuance setzen. Das verleiht den Lippen eine neue Dimension und einen glanzvollen Effekt. ✖



Daniela Rother,
Star-Make-up-Artist bei Artdeco



1. SCHIMMER IM HANDUMDREHEN: Mit dem „Glaze my Lips Lipgloss“ in „Golden Kiss“ von goovi wird der natürliche Look sofort aufregend. **2. EIN HAUCH FARBE:** Das „Galactic Blush Couture“ von Artdeco setzt Akzente, die Frische und Energie versprechen. **3. FÜR PRÄZISES AUFTRAGEN:** Der spitze „Bamboo Applikator“ von Barbara Hofmann. **4. HIGHLIGHTER FÜR HIGHLIGHT-MOMENTE:** Der „Artdeco Diamond Stick“ sorgt für echte Glanzmomente. **5. SPEKTAKULÄRE FARBEN:** Die sechs Nuancen der „Glittery Eyeshadow Palette“ in „Magic Kaleidoscope“ von Artdeco funkeln mit den Sternen um die Wette. **6. INNOVATIV:** Die „2000 Calorie Long Lash Era“-Mascara von Max Factor zaubert atemberaubende, perfekt geliftete Wimpern.

WINTERHAUT BRAUCHT MEHR

Körpermilch

Warum unsere Haut in der kalten Jahreszeit nach reichhaltiger Pflege verlangt – und Körpermilch das Comeback feiert, das sie verdient.



Körpermilch (Body-milk) gilt als die reichhaltigere Verwandte der Lotion: Ihre Textur ist cremiger, sie enthält mehr Lipide und rückfettende Inhaltsstoffe wie Sheabutter, Mandelöl oder Squalan. Moderne Formulierungen ziehen dennoch schnell ein, ohne zu kleben. Im Gegensatz zu leichten Sommerprodukten schafft eine gute Bodymilk einen Schutzfilm, der die Hautbarriere stärkt und den natürlichen Lipidmantel unterstützt.

Was eine gute Winter-Körpermilch ausmacht:

- » Okklusive Komponenten (sie bilden einen schützenden Film auf der Haut) wie pflanzliche Öle oder Ceramide
- » Feuchtigkeitsspender wie Glycerin, Urea oder Hyaluronsäure
- » Beruhigende Wirkstoffe wie Panthenol, Haferextrakt, Allantoin

TIPP: Am besten wirkt eine Bodymilk direkt nach dem Duschen auf noch leicht feuchter Haut. So werden Feuchtigkeit und Lipide optimal eingeschlossen. ■

1. DR. HAUSCHKA QUITTEN KÖRPERMILCH: Mit Quittensamen-auszug für nachhaltige Feuchtigkeit, die lange anhält. **2. BENECOS BIO KÖRPERLOTION BIO-WILDROSE:** Rosige Aussichten, wenn die sanfte Lotion mit feinsten Bio-Ölen die Haut verwöhnt. **3. WELEDA HYDRATING BODYLOTION:** Sorgt mit erfrischendem Zitrusduft und Aloe Vera für Expressfeuchtigkeit, die lange wirkt. **4. SANTE BALANCE BODYLOTION BIO-ALOE VERA & MANDELÖL:** Spendet dank des basischen pH-Werts für eine gesunde Säure-Basen-Balance ein samtweiches Hautgefühl.



Vegan



Mikroplastikfrei

TROCKENE HAUT? NICHT MEIN THEMA.

Olivenöl + Vitamin E
Natürliche Kraft mit Boost.
Denn doppelt wirkt besser.

100% bestätigen glattes Hautgefühl*

deine **alkmene**[®]



*Anwendungstest: Zustimmung in %, 21 Anwender, 2 Wochen

ABENTEUER AUGENPFLEGE

Der Herr der (Augen-)Ringe

*Vom Ehrenabzeichen für durchgearbeitete Wochenenden zum Warnsignal männlicher Pflagemüdigkeit: Augenringe haben ausgedient. **Wer was auf sich hält, hellt auf.***

Laut Studien neigt rund ein Drittel aller Männer genetisch bedingt zu dunklen Ringen unter den Augen. Das liegt auch daran, dass Männerhaut dicker und grossporiger und gerade unter den Augen auch besonders dünn ist. Hier zeigen sich Schlafmangel, Stress, ausgiebige Bildschirmzeit und schlechte Ernährung besonders schnell. Während frau längst zu Pads, Cremes und Roll-ons gegriffen hat, gilt für Männer immer noch das Motto: „Lieber Schatten unter den Augen als ein Schatten meiner selbst.“ Aber tiefe Augenringe verschwinden nicht einfach. Und die hochauflösenden Kameras moderner Zoom-Calls kennen keine Weichzeichner.

„Mein Schatz“

Dabei sind Augenringe kein Schicksal, sondern die maximal sichtbare Aufforderung, etwas an der eigenen Pflegeroutine zu ändern. Längst ist die Auswahl an wirksamen Produkten grösser als der von Bilbo Beutlin gehobene Zwergenschatz von Erebor und reicht von Cooling-Sticks oder Roll-ons über Hydrogel-Patches bis hin zu Augencremes mit Retinol oder Hyaluron. Und sorgt so für mindestens ebenso leuchtende Augen.

Geduld und Fingerspitzengefühl

Schnelle Ergebnisse sollte ein Mann trotzdem nicht gleich über Nacht erwarten. Erste Effekte zeigen sich meist erst nach einigen Tagen oder sogar Wochen. Wichtig ist jedoch, nicht zu nah am Auge selbst zu cremen und die kosmetischen Helfer am knöchernen Rand des Augenhöhlenbodens entlang eher sanft einzutupfen, statt zu reiben. Das Ganze natürlich nach der täglichen Gesichtsreinigung und ggf. unterstützt durch eine lichtschutzstarke Tagespflege. Dann ist er auch ohne nächtliche Boxroutine morgens „ringfrei“. Versprochen! ❏



REVITALISIEREND

Hallo, wach! Die „Straffende Koffein Augencreme“ von Dr. Scheller setzt auf den Wirkstoff Koffein, polstert die empfindliche Augenpartie auf und revitalisiert sie.



MULTITALENT

Das „Weleda for Men 5in1 Age Protect Multi-Action-Serum“ macht dank Fünffachwirkung und 24h-Feuchtigkeits- und Straffungsversprechen müde Männerhaut sofort munter.



NATÜRLICH GLATT

Müde und geschwollene Augen gehören mit den „Glättenden Augenpads“ von Terra Naturi der Vergangenheit an. Mit Q10, Hyaluronsäure und Bio-Traubenkernöl werden erste Anzeichen der Hautalterung gemildert.



BELEBENDE KÜHLE

Das „Augenpflegeset“ von Parsa Beauty besteht aus zwei wiederverwendbaren Augenpads und einem Augenroller und kann bei Bedarf mit einem Augenserum verwendet werden. Für intensive Pflege, eine belebende Massage und angenehme Kühlung.

RAUSCH

Für Männer, die Wirkung wollen.

Neu

Natürliche, wirksame Pflege für Haar, Kopfhaut und Körper. Ob bei Haarausfall, Schuppen oder als praktischer 4in1-Allrounder – RAUSCH bietet Männern Produkte, die exakt auf ihre Bedürfnisse abgestimmt sind. Natürlich. Wirksam. Für echtes Wohlbefinden.

 Swiss Herbal Cosmetics
since 1890





Keine
Kompromisse!

Gütermann GmbH
Landstr. 1
DE-79261 Gutach-Breisgau
Tel +49 7681 21-0
contact@guetermann.com

Diesen Artikel erhalten Sie
in ausgewählten Müller-Filialen!

SCHÖNE BEINE

Warm, wärmer, Winter- strumpfhosen

Strumpfhosen sind immer eine gute Idee. Denn sie sehen nicht nur hübsch aus, sie sind auch noch praktisch.

Welche Modelle Ihre Füße besonders warm halten, erfahren Sie in Ihrer Lifestyle.

EXTRATIPPS FÜR WARM FÜSSE:

- Zwiebelprinzip auch an den Füßen
- Bewegung
- Luft isoliert, deswegen keine zu engen Schuhe und Strümpfe wählen
- Spezielle Wärmepads in den Schuhen halten die Füße zusätzlich warm
- Fussbäder mit Ingwer oder Rosmarin regen die Durchblutung an



Für warme Füße trotz eisiger Temperaturen ist das Strumpfmateri- al entscheidend. Welches Material besonders kuschelig ist und wie die Füße garantiert warm bleiben, lesen Sie hier.

- » Wolle, ob Alpaka oder Merino, ist ein Naturmaterial, das ganz automatisch feuchtigkeitsregulierend, isolierend und wärmend wirkt und besonders weich auf der Haut ist.
- » Baumwolle kann je nach Garnstärke wärmend wirken. Sie ist aber gerade bei nasskalten Temperaturen weniger gut geeignet, da sie Feuchtigkeit aufsaugt, ohne zu isolieren.
- » Wollmischungen aus Wolle und Synthetikfasern sind die perfekte Kombination, wenn es um Wärmeisolation und Langlebigkeit geht. Zudem lassen sich Strümpfe aus Mischfasern meist gut waschen.
- » Reine Kunstfasern wie Acryl oder Polyester bestechen durch ihre einfache Pflege und Strapazierfähigkeit. Sie können Beine und Füße zudem gut wärmen, sind im Vergleich zu Wollmaterialien meist aber weniger gut feuchtigkeitsregulierend und atmungsaktiv. ❖



Isolierend

Die „Thermo-Strumpfhose“ von Move Up in Schwarz hält Füße und Beine dank Feuchtigkeitstransport und Extrawärmeisolation besonders schön warm.



Wärmend

Die „Kunert warm up 60°“-Strumpfhose mit Wärme-Effekt sorgt nicht nur für einen tollen Look am Bein, sondern hält uns zudem kuschelig warm.



Schicht um Schicht

Die weichen und seidig glatten „Modal“-Socken von DIM im praktischen Doppelpack eignen sich wunderbar für den Zwiebel-Look an den Füßen, sodass diese auch bei eisigen Temperaturen nicht kalt werden.



Thermoeffekt

Warme Füße und Beine auch im Winter? Mit der „Thermo“-Strumpfhose von Hudson nichts leichter als das. Sehr angenehm zu tragen, sorgt sie für ein Styling zum Verlieben.

KUNERT



WIE WEIHNACHTEN, NUR BESSER

Kleine Kostbarkeiten

Aufregende Entdeckungen, spannende Neuheiten, kleine Aufmerksamkeiten für sich und andere: Auf den folgenden Seiten haben wir ganz besondere Produkte gefunden, die sich lohnen, genauer betrachtet zu werden.

Schenken ist mehr als eine Geste, es ist ein Ausdruck von Aufmerksamkeit und Stil. Ob handverlesen, kunstvoll verpackt oder überraschend persönlich: Ein Geschenk erzählt immer auch etwas über den Schenkenden. In einer Welt, die oft von Tempo geprägt ist, gewinnt das bewusste Schenken an Bedeutung – als Moment der Verbindung, der Wertschätzung und des guten Geschmacks. ✖



GOLDENE AUSSICHTEN

Einzigartige Eleganz mit Charakter: Die „Black Flower Collection“ verzaubert mit kunstvoll geschwungenen Blütenformen und glänzenden Goldtönen und vereint organisches Design mit glamourösem Statement. Ob die filigran gefalteten Ohrstecker oder die auffälligen Blütenohrringe und das passende Collier – jedes Stück von accessories ist ein Ausdruck stilvoller Extravaganz.

SUPER SÉRUM. SUPER KRAFT!

Bekämpfen Sie Falten und Pigmentflecken dank der korrigierenden Kraft des „Nuxe Super Sérums“ mit natürlicher Hyaluronsäure. Diese universelle Pflege eignet sich für alle Hauttypen und stimuliert die Jugendlichkeit der Haut für eine aussergewöhnliche Anti-Aging-Wirkung. Falten und Fältchen gehen zurück und Pigmentflecken werden korrigiert.



Fotos: Pexels/Luizler, Adobe Stock, PR, Bilder können mit KI generiert sein

entdecken



FÜR KLEINE FASHIONISTAS

Der „Loungefly Daisy Duck Plush Mini Backpack“ von Disney mit süßem Daisy-Duck-Motiv bringt Kinderaugen zum Strahlen und lässt sie mit den Pailletten um die Wette funkeln.

SCHENKEN HEISST,
EINEM ANDEREN DAS ZU GEBEN,
WAS MAN SELBST
BEHALTEN MÖCHTE

FÜR EINZIGARTIGE VERWÖHNIMOMENTE

Mit dem „Seelenglück Pflanzenreich“ Massageöl von Giving Love to werden Streicheleinheiten noch viel schöner. Verwöhnen Sie sich oder noch viel besser: Lassen sich verwöhnen!



PROFIWERKZEUG

Der „Make-up-Schwamm“ von Real Techniques macht den Unterschied beim Auftragen und sorgt durch seine Beschaffenheit für einen perfekten „taufrischen“ Dewy Teint.



WÄRME SCHENKEN

Die perfekten Socken für die kälteren Monate: Die warmen „Cosy Rib Sneakersocken“ von s.Oliver aus recyceltem Polyester wärmen den Fuss in Ankle-Boots und eignen sich auch hervorragend als Bettsocken. Das elastische Rippbündchen schneidet nicht ein und bietet somit Extrakomfort.



*Guilia wünscht
 euch eine frohe
Weihnachtszeit!*



guilia

STYLISCH

Samtweich zum Haar
und immer griffbereit.

Dein neuer
Lieblingskamm!



SINCE 1856

**HERCULES
SÄGEMANN**
GERMAN MANUFACTURED

SILKline

Qualität macht natürlich schön.



VERWÖHNMOMENTE – NICHT NUR FÜR MAMAS

Die „Mother Creme“ von BayBies ist reichhaltig und speziell abgestimmt auf die Bedürfnisse trockener Haut – während und nach der Schwangerschaft, besonders geeignet für Wochenbett und Stillzeit. Sie spendet intensive Feuchtigkeit, stärkt die natürliche Hautbarriere und schützt die Haut vor äusseren Umwelteinflüssen.



SELENWÄRMER

Was gibt es Schöneres, als den Tag mit einer entspannenden Tasse Tee ausklingen zu lassen? Ob ganz klassisch, leicht minzig, wärmend-wohltuend oder aromatisch, bei Swiss Alpine Herbs finden Sie bestimmt Ihren Lieblingstee. Hergestellt aus aromatischen Bio-Alpenkräutern, sorgt der 100 % natürliche Seelenwärmer für wunderbare Wohlfühlmomente.



TOOL TIME

Eleganter kann Mann, aber auch Frau sich kaum rasieren: Die Esche ist, nach Buche und Eiche, eines der wichtigsten einheimischen Laubnutzhölzer. Der „Rasierapparat Esche“ von nom mit Eschenholzgriff mit Chromakzent macht die Nassrasur zu einem stilvollen Ereignis.



VERWÖHNMOMENTE

Die hautbelebenden Salzkristalle aus dem Toten Meer sind zu 100 % natürlich und reich an gesundheitsfördernden Mineralien. Das „Natural Dead Sea Bath Salt“ von Ahava entspannt Muskeln und Gelenke und macht die Haut weich und geschmeidig.

entdecken



GOLDSTÜCK

Mit der vergoldeten „Augenbrauen Pinzette“ von Pfeilring erwischen Sie jedes Härchen. Hochwertiges Design trifft auf absolute Präzision. Ein Must-have für jede Beautytasche und das perfekte Geschenk für die Festtage.



FEINSCHLIFF

Die „Saphirfeile 16 cm“ von Pfeilring ist das kleine Beautywunder für gepflegte Nägel: sanft, präzise und langlebig. Sie sorgt für glatte Ergebnisse, ohne dass die Nägel splintern. Perfekt für die Winterpflege. Praktisch, elegant und immer einsatzbereit!



WOHLFÜHLOASE

Der „Re-Charge Badepuder“ von BODY&SOUL mit Küstenzypressen- und Treibholzduft spendet positive Energie und sorgt für kleine Verwöhnauszeiten in der heimischen Badewanne.



MILDE GABEN

Das „Hand & Body Wash Extra mild“ von BadeFee reinigt und pflegt die Haut besonders schonend. Die sanfte Rezeptur ist für alle Hauttypen geeignet und macht mit den Duftnoten „saftige Trauben“ oder „exotische Früchte“ das Händewaschen zum wohlduftenden Erlebnis.



Pflegt trockene Haut und spendet Feuchtigkeit.

FÜR SEHR EMPFINDLICHE, ZU TROCKENHEIT NEIGENDE HAUT

Urea spendet intensiv Feuchtigkeit, lindert Spannungsgefühl, auch bei Diabetes, Neurodermitis und Schuppenflechte.

MADE IN GERMANY

sebamed Produkte sind in über 400 Studien dermatologisch-klinisch getestet.

WER FREUDE SCHENKT,
BESCHENKT SICH SELBST



JUGENDLICHKEIT

Die neue „Vital Perfection Uplifting and Firming Advanced Eye Cream“ von Shiseido kombiniert hochwirksames Retinol ACE mit dem exklusiven SafflowerRED-Extrakt – für sichtbar straffere, glattere und aufgehellte Augenpartien. Das Ergebnis: ein wacher Blick und ein rundum gestärktes Hautbild.

DAS RICHTIGE WEIHNACHTSGESCHENK: DER STILVOLLE GUIDE

Kurz vor Heiligabend kommt manchmal eine Mischung aus Vorfreude und Verzweiflung auf. Schliesslich will man mehr als nur irgend etwas verschenken. Es soll von Herzen kommen, überraschen und wirklich gefallen.

Zuhören ist der Schlüssel

Achten Sie im Laufe des Jahres auf kleine Hinweise:

- ♦ Hat Ihre Schwester kürzlich ein Hobby begonnen?
- ♦ Schwärmt Ihr Partner von einem bestimmten Duft?

Tipp: Notieren Sie sich solche Infos in einer Notiz-App oder einem Kalender! Im Dezember werden Sie sich selbst dafür danken.

Der Geschenketyp: Kennen Sie den Beschenkten wirklich?

Menschen freuen sich über unterschiedliche Arten von Geschenken. Überlegen Sie, zu welchem Typ die Person gehört.

- ♦ **Der Geniesser:** feine Weine, Schokolade, Genussmomente
- ♦ **Die Ästhetin:** Wohnaccessoires, Schmuck, Duftkerzen
- ♦ **Der Technikfreak:** Gadgets, Games, stylische Kopfhörer
- ♦ **Der Abenteurer:** Spiele, Erlebnisse, Outdoor-Equipment
- ♦ **Die Minimalistin:** Zeit, Aufmerksamkeit, Spenden im Namen der Beschenkten, gerne mit Fairtrade- und Bio-Siegel

Das beste Geschenk ist jenes, das zeigt: Ich habe an dich gedacht.

Mit ein wenig Aufmerksamkeit, Kreativität und Gefühl gelingt das jedem – ganz ohne Stress. Und manchmal ist das schönste Geschenk einfach: **gemeinsame Zeit.**



NATÜRLICH SAUBER

Entdecken Sie die neue „Röösl“ Naturseife, veredelt mit den Bienenprodukten Honig und Propolis. Sie pflegt und schützt deine Haut sanft und überzeugt mit einem erfrischenden Duft von ätherischem Zitrusöl.



GIB, ABER GIB
AUS GANZEM HERZEN!



DUFTER RAUM

Ob Sie den Raumduft „Duftbouquet Mandarine-Bergamotte“ von Durango selbst behalten oder verschenken, bleibt Ihnen überlassen. Fest steht, dass er himmlisch duftet und das Zuhause mit Frische und Eleganz füllt.



INDIVIDUELL ANPASSBARE LOCKENSTYLES

Das „2 in 1 Heatless Curls & Hair Band“ von Yü Beauty enthält einen flexiblen Draht, der es ermöglicht, verschiedene Lockenstyles zu kreieren – von sanften Wellen bis hin zu definierten Locken. Für jeden Anlass das perfekte Styling!



DIE KRAFT DER ALOE

Das festigende Kollagen-serum „Santaverde Collagen Drops“ wirkt mit reinem Aloe-Vera-Saft und Hyaluron hydratisierend und verbessert die Hauttextur.



DIE KRAFT DER NATUR

Das „Anti-Pigmentflecken Bright Serum“ von Weleda mindert auf natürliche Art und Weise dank blauem Enzian und Edelweiss-Extrakt alle Arten von Pigmentflecken.



JUNGBRUNNEN

Das „Be my Berrynol Overnight Treatment“ von goovi verspricht Liftingeffekt und eine regenerierende Wirkung über Nacht mit 99,2 % Inhaltsstoffen rein natürlichen Ursprungs. Schenken Sie sich selbst oder anderen ein straffes, strahlendes und revitalisiertes Aussehen.

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.

Gönne deinem
Körper eine
Auszeit

mit der Biotta
Wellness Woche



No. 1
Saftkur der
Schweiz

Biotta®

Fühl dich langfristig besser & lebe bewusster –
die Biotta Saftwoche hilft dir dabei.



✓
Schritt-für-Schritt
Anleitung

✓
Rezepte für vor &
nach dem Saftfasten

✓
Exklusive
Yoga-Tutorials

Mehr
erfahren



Schätze für jeden Tag

Von der Nuggi-Kette und Pflegemaske bis zu Haarstyling, Haustierbedarf, Genussfreuden, Spielzeug und mehr: **Die Produkte mit der Müller-Blüte stehen für hohen Qualitätsstandard, Vielfalt und smarte Preise.**

Top-Qualität zu kleinen Preisen – das gilt für jeden Tag im Jahr. Dank der Qualitätsmarken von Müller gibt es Ihre Lieblingsprodukte schon fürs kleine Portemonee. Wir garantieren Ihnen Markeneigenschaften zum Niedrigpreis, und zwar für Produkte aus dem ganzen Sortiment. Entdecken Sie die unglaubliche Produktvielfalt in Ihrer Müller-Filiale und online. ✖



WELLESSEINHEIT

Der „Massageroller“ von BODY&SOUL ist das ideale Tool für Ihren Körper. Besonders praktisch ist der Roller für die einfache Selbstmassage an Oberarmen, Oberschenkeln und am Rücken.



BLICKFANG

Der „Wimpernformer“ von BODY&SOUL Masterpiece verleiht Ihren Wimpern den perfekten Schwung. Der zusätzliche Kamm trennt die Wimpern und sorgt so optisch für noch mehr Volumen.



GANZJÄHRIG

Sonnenschutz ist nicht nur in den Sommerferien wichtig, sondern auch auf der Skipiste. Das „UV Protection Sun Fluid“ mit LSF 30 von Skinable schützt und spendet Feuchtigkeit.



BEE HAPPY!

Der „Bio Primo BeeHappy Akazienhonig“ zeichnet sich durch seine helle Farbe und seinen milden, leicht blumigen Geschmack aus.



accessories

Lass dich inspirieren

Entdecke unsere festliche
Schmuckkollektion.

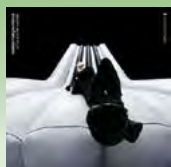




Die Film- und Musikempfehlungen der Ausgabe

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

CD und Vinyl



HERBERT GRÖNEMEYER
„Unplugged 2 – Von allem anders“
(Universal)
Jetzt bei Müller



SANTIANO
„Da braut sich was zusammen“
(Universal)
Jetzt bei Müller



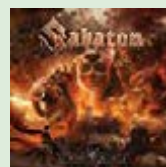
KRAFTKLUB
„Sterben in Karl-Marx-Stadt“
(Universal)
VÖ: 28.11.



TAYLOR SWIFT
„The Life of a Showgirl“
(Universal)
Jetzt bei Müller



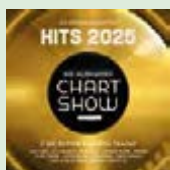
PINK FLOYD
„Wish You Were Here (50th Anniversary)“
(Sony)
VÖ: 12.12.



SABATON
„Legends“
(Membran)
Jetzt bei Müller



VARIOUS ARTISTS
„BRAVO – The Hits 2025“
(Universal)
Jetzt bei Müller
Vorläufige Abbildung



VARIOUS ARTISTS
„Die Ultimate Chartshow – Die erfolgreichsten Hits 2025“
(Universal)
VÖ: 21.11.
Vorläufige Abbildung



Hier geht's direkt zu unserem Lifestyle-Blog:
www.mueller.ch/erleben

DVD und Blu-Ray-Disc



BRIDE HARD
(Leonine)
VÖ: 21.11.



DIE ROSENSCHLACHT
(Disney/Leonine)
VÖ: im Dezember
bei Müller
Vorläufige Abbildung



CONJURING 4 – DAS LETZTE KAPITEL
(Universal)
VÖ: im Dezember
bei Müller
Vorläufige Abbildung



THE LONG WALK – TODESMARSCH
(Leonine)
VÖ: im Dezember
bei Müller



LILLY UND DIE KÄNGURUS
(StudioCanal/Plaion)
VÖ: 18.12.



THE FANTASTIC 4 – FIRST STEPS
(Disney/Leonine)
Jetzt bei Müller

erleben



**„EENE, MEENE, MEI, FLIEG
LOS, KARTOFFELBREI!“**

Bibi Blocksberg



HEX, HEX!

Eine kleine Hexe feiert ihren 45. Geburtstag. Ein willkommener Anlass, „Bibi Blocksberg“ – nach zwei Realfilmen und etlichen „Bibi & Tina“-Filmen – wieder auf die grosse Leinwand zu holen. **„Bibi Blocksberg – Das grosse Hexentreffen“ (Leonine, ab 11.12. im Kino)** wurde von Gregor Schnitzler („Die Schule der magischen Tiere“) inszeniert, enthält Songs des Erfolgstrios Plate, Sommer & Lange und punktet unter anderem mit Rosalie Thomass, Friedrich Mücke und Palina Rojinski (als Karla Kolumna) in den Erwachsenenrollen. Zauberhaft!



Bibi Blocksberg – Hexperimente (Schmidt Spiele)

Kein Hexenwerk, sondern oft nur Optik, Chemie oder Physik. Mit den kinderleichtesten „Hexperimenten“ von Bibi findet jedes Kind es heraus.



Bibi Blocksberg – Hexen gibt es doch (Kekz Audiochip)

Vor dem Kinobesuch gibt's was auf die Ohren. Mit Kekz-Hörer und zugehörigem Audiochip ist das keine Hexerei.

NEUHEITEN

POPKULTUR

Süsser die Stimmen nie klingen – als hätte man sie für die gemeinsamen Weihnachtsgesänge mit unseren Tipps geölt. Wer fleissig mit den Protagonisten von „Wicked“ um die Wette singt oder mit Gesangstalenten in der ganzen Welt, ist bestens gerüstet, wenn es darum geht, dem jeweils lautesten Mitbewerber in der vorweihnachtlichen Filmprogrammgestaltung zum Sieg zu verhelfen. **Viel Spass!**



HURRA, HURRA ...

... der Kobold mit dem roten Haar ist wieder da. Nachdem RTL+ den „Pumuckl“ zusammen mit Florian Brückner und Maxi Schaforth (als Clarin-Ersatz) vor knapp zwei Jahren „artgerecht“ reanimiert hat, bekommen wir jetzt die bajuwarisch gereimte Links-rechts-Kombination. Seit Ende Oktober läuft mit **„Pumuckl und das grosse Missverständnis“ (Constantin Film)** ein wirklich abenteuerlicher und sehr emotionaler eigenständiger Kinofilm – quasi als Vorbereitung auf „Neue Geschichten vom Pumuckl“, die ab Weihnachten bei RTL+ zu sehen sein werden. Reimt sich zwar nicht, ist trotzdem (sehr) gut!

HIGH FIVE ... Die fünf Lieblings-Weihnachtsfilme unserer Redaktion



KEVIN ALLEIN ZUHAUSE/ KEVIN ALLEIN IN NEW YORK (LEONINE)

Im Falle einer Falle schlägt Kevin wirklich alle (jetzt bei Müller)!



DER POLAREXPRESS (UNIVERSAL)

Eine tricktechnisch fantastische Reise ins Winterwunderland mit Tom Hanks (jetzt bei Müller).



DREI HASELNÜSSE FÜR ASCHENBRÖDEL (ALIVE)

Wer als kleines Kind nicht in Libuše Šafránková verliebt war, hat nicht gelebt (jetzt bei Müller).



DER GRINCH (UNIVERSAL)

Ob in Gestalt von Jim Carrey oder wie hier animiert: Dr. Seuss' Grinch macht Weihnachtslaune (jetzt bei Müller).



DIE GEISTER, DIE ICH RIEF (UNIVERSAL)

Charles Dickens' Weihnachtsgeschichte mit Bill Murray als Scrooge-Verschnitt (jetzt bei Müller).



PIRATEN AHOI!

„Wer wohnt in 'ner Ananas ganz tief im Meer?“ Richtig: Das ist ein gewisser SpongeBob Schwammkopf. Und der darf mit **„SpongeBob Schwammkopf: Piraten Ahoi!“** (Sony, ab 25.12. im Kino) sein insgesamt viertes Kinoabenteuer erleben. Diesmal geht er mit seinen Freunden auf die Jagd nach dem Fliegenden Holländer. Wir bzw. Müller hat das perfekte Rüstzeug dazu. Diese Produkte sind nämlich fast genauso verrückt wie der gelbe Meerschwamm.



1

1. CRAZE INKEE BADEKUGEL

Frisch gebadet? Dann ab ins Kino! Die vegane und mikroplastikfreie Badekugel birgt nicht nur Überraschungen, sondern auch ein irres Gummiburger-Aroma.

2



2. LOUNGEFLY NICKELODEON SPONGEBOB

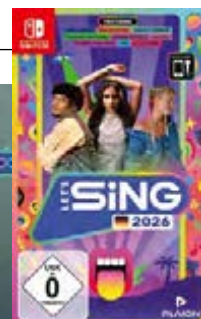
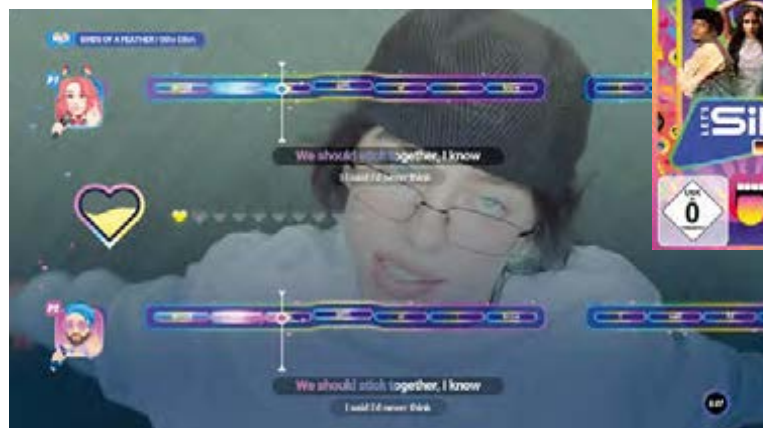
Die plüschige Crossbody-Tasche ist ideal für Kinonacks und neugierige Blicke.

3. CRAZE MAGIC DOUGH

Magischer Teig in Ananasorange (Bild), Ozeanblau oder Seetanggrün. Ganz ohne gefährliche Zutaten, dafür perfekt, um Feinmotorik und Fantasie zu schulen.



3



KARAOKE-PARTY

Der beliebte Partyspass geht mit **„Let's Sing 2026“** (Plaion, ab 30.11. bei Müller) auf PlayStation 5, Xbox und Switch in die nächste Runde. Wahlweise im Bundle mit Mikros erhältlich, bietet sich hier künftigen Pop-Superstars die Möglichkeit, ihr Talent zu den Videos (und Songs) der aktuellen Superstarriege zu trainieren. Mit dabei unter anderem:

Gracie Abrams, Billie Eilish, Sarah Connor, Imagine Dragons und Robbie Williams. Zudem die Möglichkeit, statt ins Mikro ins Handy zu singen und mit bis zu vier Spielern zugleich um die Wette zu krakeelen.

„FIRE AND ASH“: JAMES CAMERONS „AVATAR“-WELTEN

Rückkehr nach Pandora

Drei Jahre nach „The Way of Water“ und 16 Jahre, nachdem er gen Pandora aufgebrochen ist, kehrt James Cameron mit **dem dritten Teil** seiner Science-Fiction-Saga **und mit einem neuen Element zurück: dem Feuer.**



AVATAR – AUFBRUCH NACH PANDORA (4K ULTRA HD)

Der (zunächst noch belächelte) Film, mit dem alles begann: Aus Ex-Marine Sully wird ein Na'vi.



AVATAR – THE WAY OF WATER (4K ULTRA HD STEELBOOK)

„Avatar“ meets „Titanic“: Teil 2 der Saga entführte uns in fantastische Wasserwelten.



Fotos: PR, Bilder können mit KI generiert sein

Man kann nicht gerade behaupten, Regisseur James Cameron gäbe sich mit kleinen Fischen zufrieden. Nach seinen bahnbrechenden „Terminator“-Filmen und der filmhistorisch längst zur unsinkbaren Legende avancierten „Titanic“ hat er sich mit seiner (mittlerweile) auf fünf Teile angelegten „Avatar“-Saga eine Reihe erschaffen, mit deren Fertigstellung nicht vor 2031 zu rechnen ist. Insgesamt vier Oscars und bislang mehr als fünf Milliarden US-Dollar Einspiel haben „Aufbruch nach Pandora“ und „The Way of Water“ bislang eingebracht. Der parallel zu seinem Vorgänger bis 2020 gedrehte dritte Teil „Fire and Ash“ dürfte eine ähnliche finanzielle Duftmarke setzen. Und das mit einem in vielerlei Hinsicht neuen Fokus.

Richtete sich unser Blick neben den fantastischen Naturschauspielen des Planeten Pandora zunächst vor allem auf vergleichsweise friedliebende Na'vi-Stämme und ihre Auseinandersetzung mit den menschlichen „Kolonialherren“, geht es für „Fire and Ash“ – der Titel verrät es bereits – vom Wasser nahezu direkt ins Feuer. Und das nicht nur geografisch, sondern auch emotional. Im Mittelpunkt der diesmal durch die Augen von Jake Sullys Sohn Lo'ak, dem



absoluten Fanliebling, erzählten Geschichte steht diesmal nämlich die Konfrontation mit einem neuen Na'vi-Stamm, den sogenannten Ash People, die in den vulkanischen Regionen Pandoras beheimatet sind. Analog zu ihrem Element soll auch der Tonfall des Films düsterer und (noch emotionaler) werden. Statt einfachen Schwarz-Weiss-Mustern zu folgen, will Cameron mit Teil drei allzu simple „Gut gegen Böse“-Charakterisierungen aufbrechen und tiefer in seine moralisch ambivalenten Figuren vordringen.

Ein „Avatar“ als komplexes Figurendrama also? Wohl eher nicht. Nach wie vor sehnt sich das Publikum insbesondere in Sachen „Pandora“-Filmzirkus nach eskapistischen Traumwelten, je immersiver und fantastischer, desto besser. Grau, schwarz und weiss ist unsere eigene Welt schliesslich genug, ausserdem so klimagebeutelt, dass eine Ökofabel wie „Avatar“ immer als willkommenes Fluchtfenster in eine andere und ultimativ hoffnungsvollere Welt dient. Kein Wunder deshalb, dass „Fire and Ash“ (Disney, ab 17.12. im Kino) nach insgesamt neun (!) Verschiebungen ausgerechnet zu Weihnachten in unsere Kinos kommt. Als filmischer Heilsbringer, der von einer besseren Welt kündigt. ✖



Hier geht's direkt
zu unserem
Lifestyle-Blog:
[www.mueller.ch/
erleben](http://www.mueller.ch/erleben)

ipuro

Limited
Christmas Edition
2025

magical market
& finest season

Viele weitere ipuro
Duftkreationen entdecken
unter mueller.de

*Nur in ausgewählten Müller-Filialen erhältlich.

WUNDERBARE JAHRE

Die fantastischen 00er

Zwischen iPod und Emo, analog und digital: In den Nullerjahren verabschiedeten wir uns endgültig ins World Wide Web. Und lernten, dass zwischen Reality-TV und Fantasy-Spektakel gar keine so grossen Unterschiede bestehen.

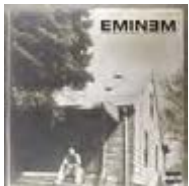
Schliesslich hat uns der Millennium-Bug dann doch verschont. Kein Weltuntergang und kein systemischer Zusammenbruch, sondern (fast) alles weiter so wie immer. Mal abgesehen davon, dass im Kino ein paar der mächtigsten Franchises der cineastischen Gegenwart heranwuchsen, während uns das lineare Fernsehen als letzte Zuckung vor dem Streamingzeitalter mit Reality-Blödsinn ruhigzustellen versuchte.

Tatsächlich hat kaum ein zurückliegendes Jahrzehnt unser aktuelles Kinouniversum stärker geprägt als die Nullerjahre. Mit den „Harry Potter“-Filmen auf der einen und dem „Herr der Ringe“-Franchise auf der anderen Seite liessen die grossen Studios ihre Muskeln spielen, um sich ein für allemal bereits etablierten IPs (Intellectual Properties) anzudienen und frische Ideen links liegen zu lassen. Klar, dass in diese Zeit auch die Wiedergeburt des Comics auf der grossen Leinwand zu verorten ist. Angestossen zunächst von Christopher Nolans „Dark Knight“-Trilogie, die das letzte DC-Zucken markierte, bevor Marvel mit seinen „Avengers“ den Boden aufwischte mit Supes, Bats und Co.

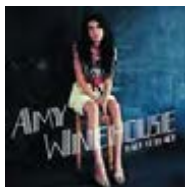
Musikmässig bescherten uns die Nuller einen ebenso wilden Ritt. Irgendwo zwischen dem finalen Siegeszug von Rap und Superstars wie **Eminem**, der Wiedergeburt des Soul in der leider doch nicht so unsterblichen **Amy Winehouse** und der Geburt von French House rund um **Daft Punk**, **Justice** und Co. Die grösste Revolution erwartete uns aber nicht auf Plattentellern oder in CD-Spielern, sondern in Youtube, Napster und iPod. Eine ganze Musikbibliothek in der Tasche, (zunächst noch illegale) Allzeitverfügbarkeit der weltweiten Musikveröffentlichungen und ein Videoportal, das Karrieren machen (und wieder zerstören) konnte: Die schöne neue Welt warf ihre Schatten auch musikalisch voraus.

Und dann war da noch das Gaming. Von PlayStation 2 und 3 über Xbox und Xbox 360 bis hin zu GameCube, Wii und Nintendo DS: Endlich begann das Konsolenzeitalter und mit ihm der Siegeszug so bekannter Marken wie **GTA**, **Halo** oder den **Sims**. Dreams wurden endlich zu Reality. Das Lied dazu hat uns Richard Sanderson bereits in den frühen 1980ern zu „La Boum“ geträllert ... ❧

3 MAL MUSIK ...



Eminem
„The Marshall Mathers“ (Universal)
Nach Slim Shady zeigte er sein wahres Gesicht: Unter anderem mit „Stan“ wurde „The Marshall Mathers“ unter der „Regie“ von Dr. Dre endgültig zur Legende.



Amy Winehouse
„Back To Black“ (Sony)
Unfassbar traurig eigentlich, dass dieses musikalische Meisterwerk von 2006 schon wieder das Ende einer grossartigen Karriere einläutete. Amy forever!



Daft Punk
„Discovery“ (Warner)
Nach ihrem Erfolg mit „Homework“ hiess es „One More Time“ für die französischen Elektronikpioniere in Helmverkleidung.



Harry Potter: Complete Collection 8 Filme (Warner)
Fast komplett in den Nullerjahren entstanden: Von 2001 bis 2011 wurden Harry Potter, Ron Weasley und Hermine Granger mit uns gemeinsam erwachsen. Zauberhaft!



Herr der Ringe: Die Spielfilm-Trilogie (Warner)
Peter Jackson lässt in Neuseeland Mittelere neu entstehen: der Beginn eines wunderbaren Fantasy-Zeitalters.



The Dark Knight – Trilogie (Warner)
2005 begann ein neues „Batman“-Zeitalter, das bis 2012 andauern sollte. Kein dunkler Rächer war jemals wieder so gut wie Christian Bale unter Christopher Nolan.

WIR SCHENKEN UNS NICHTS



ZU WEIHNACHTEN...

... und dann steht doch ein Geschenk vor der Tür. Was tun?

Last Minute? Kein Problem! Mit den VANDINI Geschenksets hast du immer das perfekte Geschenk parat – schnell besorgt und absolut angesagt. Verwöhne deine Liebsten mit hochwertiger Pflege und exklusiven Zugaben. Einfach Freude schenken, ohne Stress.

Jetzt bei Müller Drogerie viele VANDINI Geschenksets entdecken!

VANDINI

EIN KLEINES BISSCHEN ADELE

Ina Müller

*Die norddeutsche Frohnatur macht's wie die britische Kollegin
und hangelt sich am eigenen Alter entlang in ihre musikalische Zukunft.
Auch wenn die erstmals etwas runder ist.*

Die Etappen, die die Britin Adele auf ihrem Weg zum absoluten Weltstar beschritten hat, hiessen „19“, „21“, „25“ und „30“. Nun ist die gelernte pharmazeutisch-technische Assistentin und passionierte Kleinkünstlerin Ina Müller (bis 2005 brillierte sie als Teil des Kabarettduos Queen Bee) von Auftritten in Las Vegas und wochenlangen Arena-Engagements zwar noch ein kleines Stück entfernt, aber warum nicht ebenfalls die eigene Biografie zum Anlass für ein musikalisches Resümee verwenden?

Seit rund 20 Jahren moderiert sie sich den kompletten Norden von der Seele weg, erst mit „Inas Norden“, seit 2007 mit „Inas Nacht“. Und fast zeitgleich hat sie eine musikalische Karriere gestartet, die weit über die gemeinsam mit ihren Talkshowgästen vorgetragenen Songs hinausreicht. Gleich Album Nummer zwei, „Weiblich, ledig, 40“, verkaufte sich in die Hunderttausende und begann – noch vor Adele – das selbstreflexive Spiel mit dem Alter im Albumtitel. Album Nummer sechs betitelte sie 2013 schlicht „48“. Sieben Jahre später ging es schliesslich auf die „55“ zu. Und davor, danach und dazwischen war sie auch noch etliche Jahre mit ihrem etliche Jahre jüngeren Kollegen Johannes Oerding liiert. Wobei sie sich wahrscheinlich diebisch über die Aufmerksamkeit gefreut hat, die die deutsche Klatschpresse ausgerechnet diesem Umstand gewidmet hat.

Jetzt, weitere fünf Jahre später, sieht Ina Müller immer noch aus, als sei sie (höchstens!) „48“ und der Titel ihres neuen Albums **„6.0“ (Sony, jetzt bei Müller)** ein Scherz auf Kosten aller, denen man ihr Alter auch wirklich ansieht. Aber wenn bei Kollegen wie Udo Jürgens das Leben mit 66 Jahren anfang, dann gilt das für eine Ina Müller mindestens ein paar Jahre früher. Mit viel Charme, Humor und einer ganzen Menge Herzblut präsentiert sie uns in 13 neuen Songs eine Ina Müller, die einfach nicht altern will (oder kann), einen musikalischen Jungbrunnen quasi, den es – passend zum „runden“ Jubiläum – sogar in einer exklusiven Premium Edition zu erstehen gibt: mit zwei farbigen Vinyls, CD und signiertem Fotobuch. Auf Inas nächstes Album „66“ darf man jetzt schon gespannt sein ... ❧



Fotos: PR, Bilder können mit KI generiert sein

RÜCKKEHR DER CHORKNABEN

Kraftklub

**„Schief in jedem Chor“ und stolz darauf:
Kraftklub sind zurück und feiern das Leben
und Sterben in Stereo.**

Wenn dem Osten Deutschlands einst blühende Landschaften versprochen worden sind, dann kann damit fast nur die dortige Musiklandschaft gemeint gewesen sein. Kaum eine deutsche Band hat in den vergangenen Jahren für derartig grosse Begeisterungstürme gesorgt wie der Kraftklub aus Chemnitz, dem es seit 2012 gelungen ist, mit jedem seiner bislang vier Alben an die Spitze der Charts zu stürmen. Kein Wunder: Mit spielerischer Leichtigkeit verknüpfen die Männer um Felix Kummer (alias Brummer) Politisches mit Introspektivem, Rap mit Rock und Rebellion mit Pop-Appeal – und wer eben mal Tokio Hotel aus dem Monsun zurück auch ins musikalische Scheinwerferlicht holt, dem ist ein Platz im ostdeutschen Pantheon der Musikkultur ohnehin sicher. Nachdem die Band mit einem spektakulären Gratiskonzert ihr neues Album angekündigt hat, ist es jetzt endlich so weit: **„Sterben in Karl-Marx-Stadt“ (Universal, ab 28.11. bei Müller)** ist Abgesang und Aufbruchshymne zugleich. Ausserdem ein neuerlicher Beweis dafür, dass bei uns auch Stimmen Gehör finden können, die immer noch „Schief in jedem Chor“ singen. Kurz: Abseits des Mainstreams klingt eine Stimme immer noch lauter und überzeugender als (fast) jede andere. Und wir können es kaum erwarten, live in ihren Gesang miteinzustimmen. ✖



Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.

Prickelnd

durch die schönste
Zeit des Jahres.



Bindella
la vita è bella

FUSSBALL IST UNSER LEBEN ...

EA SPORTS FC 26

Es gehört mittlerweile zum Veröffentlichungszyklus jeder neuen EA-Sports- bzw. Ex-FIFA-Fussballsimulation, dass mindestens genauso früh über mögliche Coverstars und neue Monetarisierungsmodelle diskutiert und gelästert wird wie in Fußball-Deutschland über die Frage, ob der FC Bayern die Bundesliga leer kauft. Und zumindest so viel können wir verraten: Nein. Die Bundesliga gehört immer noch hauptsächlich sich selbst. Ja. Die Abo- und Zukaufmodelle von EA Sports können ganz schön nervig sein. Und juhu: Neben Jude Bellingham hat es diesmal Jamal Musiala auf das Cover der Standard-Edition geschafft. Und das, obwohl er bei Erscheinen des Spiels noch gar nicht wieder spielen kann nach seiner schweren Verletzung. Aber hier darf „**EA Sports FC 26 (EA, jetzt bei Müller)**“ glücklicherweise noch etwas Fantasie walten lassen. Ist ja sonst schon alles ganz schön realistisch mittlerweile. Und mit jedem Jahr noch ein Stück authentischer. Diesmal unter anderem dank des neuen „authentischen Gameplay“-Presets für den Karrieremodus (vs. dem „Wettkampf-Gameplay“-Preset für Ultimate Teams und Clubs) und dank einer Vielzahl realer

Szenarien, die die Managementkarriere glaubhafter erscheinen lassen als je zuvor. Aber seien wir ehrlich: Jamal jetzt schon wieder auf dem (virtuellen) Platz zu sehen, macht uns glücklicher als jeder Realitätscheck! ■



MERRY SWITCH-MAS!

Pokémon-Legenden Z-A

Es ist eine Sache, sich über eine neue Switch-Gerätegeneration zu freuen und von ihrem neuen Handling und besseren Leistungswerten zu schwärmen, mit dem neuen Mario-Kart um die Welt zu brettern und sich an Donkey Kong zu erfreuen, der seit dem Sommer sein eigenes neues Plattformabenteuer erleben darf. Etwas ganz anderes aber ist es, endlich auch ein neues Pokémon-Spiel auf der neuen Konsole bestreiten zu dürfen. Und das ist seit Mitte Oktober möglich – für die schnellsten unter den Fans sogar im Bundle mit der neuen Spielkonsole. „**Pokémon-Legenden: Z-A“ (Nintendo, jetzt bei Müller)** entführt uns nach Illumina City, wo wir die Stadt erkunden und uns in aufregende neue Pokémon-Kämpfe stürzen können. Denn erstmals laufen Trainer und ihre „Taschenmonster“ hier gemeinsam über die Spielwelt und agieren in Echtzeit miteinander. Neben neuen Kampfbedingungen besonders spannend: Pokémon können mit einer Megaentwicklung über ihre Standarddevolution hinausgehen. Und so ungeahnte Kräfte entfalten. Übrigens nicht nur in der ver-

besserten Switch-2-Performance, sondern dankenswerterweise auch immer noch in einer Version für die Vorgängerkonsole. Damit steht einem Switch-tastischen Weihnachten wirklich nichts mehr im Weg. ■

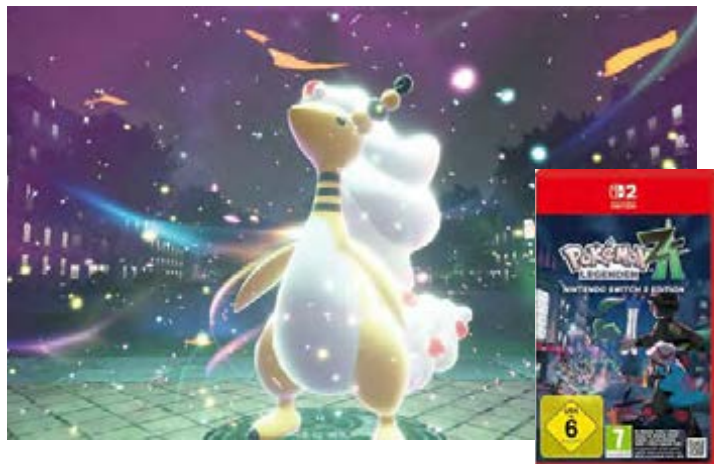


Foto: PR, Bilder können mit KI generiert sein

CURAPROX STYLISCH, SMART – **UND** **ULTRASAUBER.**



JETZT VOR
ORT IN DEINER
MÜLLER FILIALE
ANSEHEN.



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



baked
with
love

UNSERE
MEHLE



Natürlicher Genuss aus der Schweiz
MORGA AG, CH-9642 Ebnat-Kappel, www.morga.ch

schmecken



SÜSSE ZEITEN

Mit dem „Nectaflor“ Honig bekommt jedes Dessert und jedes Heissgetränk eine einzigartig köstliche süsse Note.



WINTER IST KEINE JAHRESZEIT, SONDERN EIN ANLASS – FÜR GUTES ESSEN, STARKE GETRÄNKE UND GROSSE GEFÜHLE

EISKALT DRAUSSEN, HEISS BEGEHRT DRINNEN

*Entdecken Sie unsere Geheimtipps für frostige Wintertage: von sinnlichen Schokoladenkreationen über heisse Trendgetränke bis zu kulinarischen Wohlfühlmomenten. **So schmeckt der Winter – überraschend, verführerisch, unwiderstehlich!***

SNACK-ATTACK!

Die „ErdmannHAUSER Knusper Grissini“ aus Dinkel werden mit geröstetem Sesam gebacken. Er verleiht den Vollkorn-Grissini aus Dinkel das wunderbar nussige Aroma. Ob zum Apéro, als Begleiter zu Wein oder Käse oder einfach für zwischendurch. Mit dem wunderbar nussigen Aroma passt die knusprige Stange zu jeder Gelegenheit. Auf der Innenverpackung ist die Herkunft bis zum Bauern namentlich dokumentiert.



UNVERFÄLSCHTE FRISCHE

Der „Zitronensaft“ und der „Limettensaft“ von BioGourmet sind besondere Spezialitäten. Ausschliesslich beste Bio-Früchte werden im Ursprungsland erntefrisch gepresst und der Saft wird dann schonend abgefüllt.

GANZ OHNE

In der Weihnachts- bäckerei

Vegan backen?

Das geht einfacher als gedacht.

Wir haben die besten Tipps und

Tricks, die puren Genuss versprechen – ganz ohne tierische Produkte.



Fotos: Unsplash/Jennie Razumaya, Adobe Stock, PR, Bilder können mit KI generiert sein

schmecken



Hier geht's direkt
zu unserem
Lifestyle-Blog:
[www.mueller.ch/
schmecken](http://www.mueller.ch/schmecken)

Es ist wieder Backsaison. Spätestens zur Vorweihnachtszeit verwandeln sich nahezu alle Küchen in echte Zuckerbäckereien, in denen die tollsten Guetzi- und Lebkuchenkreationen entstehen. Traditionell dürfen dafür in den meisten Rezepten neben Mehl auch Butter, Milch und Eier nicht fehlen. Doch es geht ganz ohne tierische Produkte! Wir verraten, wie Sie Butter, Milch und Co. ganz einfach in Ihren Lieblingsrezepten „veganisieren“ können – ohne dabei auf Geschmack verzichten zu müssen.

Eier ersetzen

Eier übernehmen beim Backen unterschiedliche Aufgaben. Sie können den Teig binden, auflockern und saftig halten. Deshalb ist es beim Ersetzen wichtig zu prüfen, welche Funktion das Ei im Rezept normalerweise übernimmt.

- Apfelmark (2–3 EL ersetzen etwa 1 Ei) oder ½ pürierte Banane schenken Süsse und halten Rührkuchen und Brownies besonders saftig.
- Auch eine Joghurtalternative kann für diesen Zweck eingesetzt werden und funktioniert ebenso gut bei herzhaften Backrezepten.
- Geht es um die Bindung, wie beispielsweise bei Guetzi-Rezepten, ist eine Mischung aus gemahlenden Lein- oder Chiasamen (1 EL verquirlt mit 3 EL Wasser = 1 Ei) perfekt als Ersatz geeignet.
- Eine Mischung aus Natron bzw. Backpulver und Apfelessig (1 TL Natron bzw. Backpulver + 1 TL Essig = 1 Ei) sorgt in Teigen dafür, dass sie schön fluffig werden und aufgehen.

Butter ersetzen

Die einfachste Möglichkeit, Butter in Backrezepten zu ersetzen, ist, eine vegane Alternative aus dem Super- oder Biomarkt zu verwenden. Die Alternativen verhalten sich nahezu identisch zu klassischer Butter. Des Weiteren lässt sich Butter in Rezepten gut durch Kokosöl, Pflanzenmargarine oder Nussmus austauschen. Besonders Kokosöl und Nussmus-Alternativen sorgen dabei für einen nussigen, leicht süsslichen Geschmack. Wichtig: lieber erst einmal etwas weniger davon verwenden und ggf. je nach Konsistenz nacharbeiten.



Steinhart
KERZEN

Unser Bienenwachs-Sortiment
erhalten Sie in ausgewählten Müller-Filialen.



Schöne Festtage beginnen am Tisch.

Jetzt eindecken mit
stimmungsvollen Servietten von
FASANA family & friends



Die abgebildeten Servietten erhalten Sie
in ausgewählten Müller-Filialen.



Knusper, knusper, Knäuschen

Die „Alnatura Bio Mandeln“
stecken voller gesunder
Vitamine – und das in
besten Bio-Qualität.



Süsse Ballaststoffquelle

Zum Snacken oder als gesunder
Zuckerersatz beim Backen: Die
„Seeberger Datteln entsteint“
schmecken herrlich süß.



Multitalent

Mit den „Bioland Hafer
Flocken Feinblatt“
von Alnatura zaubern
Sie nicht nur leckeres
Porridge, sondern
können auch ganz
hervorragend
gesundes Gebäck
herstellen.

Milch ersetzen

Wenn Milch in Rezepten ersetzt werden soll, können Sie
einfach, je nach Geschmack und Vorliebe, auf eine pflanz-
liche Alternative zurückgreifen. Sojadrink ist geschmack-
lich am neutralsten. Nuss- und Haferdrinks bringen einen
Hauch Süße mit sich.

Honig ersetzen

Gerade in vielen weihnachtlichen Rezepten wird zum Sü-
ssen von Backwaren neben Zucker häufig auch auf Honig
zurückgegriffen. Da Honig streng genommen aber nicht
vegan ist, lässt er sich beim Backen 1:1 durch Fruchtsirupe
wie Ahornsirup, Agaven- oder Apfelmelssaft, Reis- oder
Dattelsirup ersetzen. Greifen Sie hier einfach auf die Alter-
native zurück, die Ihnen am besten schmeckt.

Doch genug der Theorie. Damit Sie Ihre Backkünste direkt
austesten können, haben wir ein einfaches Cookie-Grund-
rezept für Sie, das Sie je nach Wunsch und Geschmack
auch mit verschiedenen Gewürzen wie Zimt, mit Trocken-
früchten oder mit Mandeln und Nüssen individualisieren
können. ✖

schmecken



Ohne Zucker

.... dafür aber mit besonders viel Geschmack und in Bio-Qualität. Der Drink „alpro Bio Mandel ohne Zucker“ ist als veganer Milchersatz wunderbar cremig und schenkt einen Hauch Marzipanaroma.



Frühstücksglück

Schokocreme geht auch vegan. Mit der „Bio Primo Zartbitter Creme“ mit 30 % Kakaoanteil und Bourbon-vanille beginnt der Tag voller Genuss. Unser Geheimtipp: Die Creme macht auch Gebäck besonders schön schokoladig.



Backe, backe Kuchen

Die „Kronenbackförmchen“ von CleanPac versprechen Backfreude pur.

VEGANE SCHOKO-HAFERKEKSE

Zutaten

(für ca. 20 Stück)

100 g Haferflocken, 120 g Mehl, 80 g brauner Zucker (alternativ: Kokosblütenzucker), ½ TL Backpulver, 1 Prise Salz, 100 g vegane Margarine oder vegane Butter (weich), 1 EL Apfelmark (als Ei-Ersatz), 1 TL gemahlene Vanille, ggf. 1–2 EL Pflanzendrink (je nach Konsistenz), 80–100 g vegane Schokostückchen oder gehackte vegane Zartbitterschokolade

Zubereitung

1. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze (160 °C Umluft) vorheizen.
2. Die trockenen Zutaten Haferflocken, Mehl, Zucker, Backpulver und Salz miteinander vermischen.
3. Vegane Margarine oder Butter, Apfelmark und Vanille dazugeben und alles zu einem weichen Teig verkneten. Falls der Teig zu trocken ist, 1–2 EL Pflanzendrink unterkneten.
4. Zum Schluss die vegane Schokolade unterheben.
5. Aus dem Teig etwa 20 walnussgrosse Kugeln formen, mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und leicht flach drücken.
6. Im Ofen 10–12 Minuten backen, bis die Ränder leicht goldbraun sind.
7. Kekse aus dem Ofen nehmen und auf dem Blech abkühlen lassen. Sie werden beim Abkühlen fester.

Neu

Entdecken Sie jetzt hochwertige Weine in Ihrer Müller Filiale.



ATTRAKTIVE ANGEBOTE
WARTEN AUF SIE.

WENN MILCH PROBLEME MACHT

Laktose oder Milcheiweiss?

*Milcheiweissallergie und Laktoseintoleranz werden häufig in einen Topf geworfen und verwechselt. Dabei meinen sie **zwei komplett unterschiedliche Dinge**, sowohl was die Ursache als auch die Symptome und den Umgang damit betrifft. **Was genau das bedeutet und worauf Sie achten sollten, wenn Sie betroffen sind, erfahren Sie hier.***

Eine Unterscheidung der beiden Unverträglichkeiten kann auf den ersten Blick tatsächlich schwierig sein, da sich die Folgesymptome ähneln. Blähbauch, Verdauungsprobleme oder Bauchschmerzen können Hinweise dafür sein, dass ein Milchbestandteil nicht gut vertragen wird. Im Fall einer Milcheiweissallergie können aber auch Atemnot oder Hautausschläge folgen, wenn Lebensmittel mit Kasein oder Molkenproteinen verzehrt werden. Besonders oft haben damit übrigens Babys und Kleinkinder zu kämpfen. Eine Laktoseintoleranz ist hingegen bei Erwachsenen etwas häufiger.

Um Allergien und mögliche Folgeerkrankungen auszuschliessen, können Sie bei Beschwerden über einen Atem- sowie Bluttest beim Arzt prüfen lassen, ob Sie unter einem Enzymmangel von Laktase im Darm leiden, was Laktose in Milchprodukten somit für Sie unverdaulich macht. Ein Milcheiweissallergie lässt sich hingegen nur durch einen Allergietest und einen Provokationstest unter ärztlicher Aufsicht ausschliessen.

Sollte bei Ihnen eine Laktoseintoleranz festgestellt werden, bedeutet das, dass Sie auf laktosehaltige Milchprodukte besser verzichten sollten. Gut hingegen werden lange gereifte Milchprodukte wie beispielsweise Parmesan vertragen, da sie von Natur aus kaum Laktose enthalten, und spezielle als laktosefrei gekennzeichnete sowie vegane Alternativen sowieso.

Bei einer Milcheiweissallergie hingegen müssen Sie auf Milchprodukte komplett verzichten und auf vegane Alternativen zurückgreifen. In einigen Fällen werden Milchprodukte aus Ziegen- oder Schafsmilch in kleinen Mengen vertragen, da sich hier das Milchprotein etwas anders zusammensetzt als bei Kuhmilch. Anders verhält es sich jedoch mit laktosefreien Produkten, denn diese enthalten trotzdem Milcheiweiss und dürfen bei einer entsprechenden Allergie nicht verzehrt werden. ❌



Pflanzenpower

Der „Bio Primo Haferdrink Natur“ ohne Zuckerzusatz ist eine leckere pflanzliche Alternative zu herkömmlicher Milch. Vegan und damit automatisch laktosefrei.



Soforthilfe

Die Tabletten „Laktase 22.000 extra hochdosiert“ von tetesept bieten mit sechs Stunden Langzeitdepot Freiheit beim Genuss von milchzuckerhaltigen Speisen und Getränken – sofort und auch noch Stunden nach der Einnahme.



Zum Kaffee

Der „Hochgenuss Kaffee Weisses Laktosefrei“ verfeinert Kaffee und Tee komplett ohne Laktose.



Zum Braten und Backen

Das „Bio Ghee“ von Alnatura in echter Bioland-Qualität aus Deutschland ist die ayurvedische und gleichzeitig laktosefreie Art, Speisen anzubraten.



WILD

**Entdecken Sie die
Lösung für natürlich
weisse Zähne ohne
chemisches Bleaching**

EMOFORM *Diamond*

Whitening Zahnpaste

Für die tägliche Zahnpflege
mit Whitening-Effekt dank
feinsten Diamantpartikeln



DEPURDENT *Clean & Polish*

Paste zur Zahnreinigung

1- bis 2-mal pro Woche zur
Zahnreinigung dank der
Kraft des Bimssteinpulvers



@wildpharma

wildpharma

NEU

HALEON



Beginnt in

2 MINUTEN

empfindliche Zähne zu

REPARIEREN*



Simone Fischer
Dentalhygienikerin

Medizinische Zahnpasta

* Für klinisch bestätigte Linderung nach 14 Tagen, bei 2* täglicher Anwendung.
** Weltweiter Umsatz, Zahnpasta, Sensitiv, MAT August 2023, validiert durch SZ Associate.

Marken sind Eigentum der Haleon Schweiz AG oder an diese lizenziert.
Haleon Schweiz AG, Risch.

PM-CH-SENSO-25-00019 20250601

SENSODYNE

Nr.1 MEISTVERKAUFTE MARKE FÜR
EMPFINDLICHE ZÄHNE**

leben



WÄRMENDER KUSCHEL-MOPS

Nicht nur für Kids perfekt:
die „Hugo Frosch Öko-
Juniorwärmflasche 0,8 l
Comfort Mops“ mit mollig-
weichem Strickbezug.



**ZWISCHEN DEN JAHREN
LIEGT DIE LEISE MAGIE, DAS
LEBEN NEU ZU TRÄUMEN**

ZWISCHEN KERZENLICHT UND NEUANFANG

Wenn die Welt zur Ruhe kommt, beginnt die beste Zeit für
Veränderung: **um innezuhalten, loszulassen und neue Energie
zu tanken.** Ob Selfcare, Achtsamkeit oder frische Perspektiven.
Finden Sie Impulse für ein Leben mit mehr Sinn, Stil und Seele.



GESUNDHEIT!

Das „Entspannungsbad“ von
SilaVit sorgt für wärmende
Momente nach langen Tagen
im Winterwonderland.



GUTE NACHT, GUTER MORGEN!

Das „Night Recovery Effect Spray“
von Farfalla ist eine echte Innovation
mit Zweifachwirkung für den Schön-
heitsschlaf. Die aromatherapeutische
Nachtpflege mit Bio-Lavendel enthält
zusätzlich einen Wirkstoffkomplex,
der erholsame Nächte unterstützt.

MEGATREND HANDLETTERING

Schönschrift

Schönschrift ist wieder da – aber nicht so, wie wir sie aus der Schule kennen. **Handlettering ist viel mehr als saubere Handschrift.**

Es ist kreative Ausdrucksform, **Meditation mit dem Stift** und ein Trend, der Design, Achtsamkeit und Individualität verbindet.



Hier geht's direkt zu
unserem Lifestyle-Blog:

www.mueller.ch/leben



Kreatives Schreiben

Das zwölfteilige „Hand Lettering Set“ von Faber-Castell ist ideal für alle, die Grusskarten und Geschenkanhänger gerne selbst gestalten möchten.



Rundumausstattung

Mit dem Set „Handlettering – Die wunderbare Kreativbox“ von Topp fällt das Anfangen ganz leicht: mit Übungsalphabeten, Postkartenblock, Brush Pens, Bleistift, Gelschreibern, Glue-Marker und Glitzerröhrchen.

Handlettering ist mehr als nur Schreiben, es ist eine kreative Ausdrucksform, bei der Buchstaben kunstvoll gestaltet werden. Mit verschiedenen Stiften, Strichen und Schriftarten entstehen kleine Kunstwerke, die Persönlichkeit und Emotion transportieren. Ob Weihnachtsgrusskarten, Bullet Journals oder individuelle Wandbilder: Handlettering verleiht jedem Schriftstück eine besondere Note.

Die Kunst des Handletterings hat ihre Wurzeln in der Kalligrafie und Typografie, beides uralte Techniken, bei denen Buchstaben gezielt gestaltet statt „einfach nur“ geschrieben werden. Während die klassische Kalligrafie jahrhundertlang in religiösen Schriften oder Urkunden verwendet wurde, erlebt die kreative Schriftgestaltung heute ein modernes Revival: verspielt, individuell und oft mit einem Augenzwinkern.

Wie fängt man an?

Das Beste am Handlettering: Man braucht kein Talent, sondern nur Lust auf Kreativität und etwas Geduld. Der Einstieg ist einfach:

- Beginnen Sie mit einfachen Schriftzügen: dem eigenen Namen, einem Lieblingswort oder einem kurzen Spruch.
- Üben Sie Grundformen und Buchstabenreihen: Die sogenannte Faux Calligraphy (Schönschrift durch Nachzeichnen der Linien) eignet sich perfekt für Anfänger.
- Experimentieren Sie mit Druck und Schwung: Beim Brushlettering etwa entstehen die typischen Schriftzüge durch den gezielten Wechsel zwischen starkem und leichtem Druck.

Damit gelingt es

Der Materialaufwand ist für Einsteiger überschaubar, das macht Handlettering so zugänglich. Starten Sie mit Brush Pens, Finelinern oder Bleistift und nehmen Sie ein glattes Blatt Papier (oder sogar spezielles Lettering-Papier) dazu, Lineal, Radiergummi und gute Laune! Wer möchte, übt gleich in einem Skizzenbuch, so werden alle Fortschritte fortlaufend dokumentiert.

Die Qualitätsmarke für exklusiven Duft

pajoma®
DUFTMANUFAKTUR



Made in Germany



WAS UNSERE HANDSCHRIFT ÜBER UNS VERRÄT

Unsere Handschrift ist so einzigartig wie ein Fingerabdruck und sie kann Hinweise auf unsere Persönlichkeit geben. Grosse, ausladende Buchstaben stehen oft für Offenheit und Selbstbewusstsein, während eine kleine, gedrungene Schrift eher auf Zurückhaltung hinweist. Runde Formen deuten auf Kreativität hin, während eckige Buchstaben für Struktur und Disziplin sprechen. Auch der Schreibdruck verrät einiges: Ein kräftiger Druck kann Entschlossenheit zeigen, ein leichter Druck Sensibilität.



BELASTBAR

Die „Glas- und Porzellanmalstifte Handlettering“ von Kreul sind auf Wasserbasis, schwarz, deckend, lichtecht und nach dem Einbrennen wasser- und spülmaschinenfest.



Handlettering macht das Leben schöner

Handlettering bietet unendlich viele Möglichkeiten, von persönlichen Geschenkideen bis hin zur Raumgestaltung:

- Grusskarten, Einladungen oder Geschenkanhänger
- Bullet Journals und Kalender
- Wandbilder, Spruchtafeln oder Fensterdeko
- Individuelle Logos oder DIY-Projekte

Viele nutzen das Lettering auch als Achtsamkeitsübung. Die Konzentration auf Linien, Schwünge und Details wirkt fast meditativ und entschleunigt ganz nebenbei den Alltag.

Handlettering ist mehr als nur ein Trend, es ist eine Einladung, mit Sprache kreativ zu spielen, den Moment zu geniessen und Schönes von Hand zu erschaffen. Und das Beste daran? Es ist eine ganz analoge Beschäftigung und jeder kann es lernen. ✖



PRAKTISCH

Ob daheim, in der Mittagspause oder im Zug: Mit dem „Sketch Book“ von Sigel gehen keine Kunstwerke mehr verloren.



SELBSTLÄUFER

Mit dem „Callissima Set“ von Schneider gelingen kalligrafisches Schreiben und Handlettering aufgrund der abgeflachten und geraden Schreibspitzen fast wie von selbst.

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.

BI OIL



«Ich schwöre darauf.

Ich empfehle es allen meinen schwangeren Freundinnen.»

ES WERDE LICHT ...

Smartes Licht für ein gesundes Ich

*Wie ein bisschen mehr (smarte) Helligkeit zu Hause **Körper und Stimmung aufhellt** – und warum das sogar wissenschaftlich sinnvoll ist.*

Ohne Licht geht's nicht. Das weiss jeder, der sich schon mal in stockfinsterner Nacht gen die Toilette getastet hat. Dass Licht mehr tut, als uns nur den Weg zu weisen, das machen wir uns viel zu selten klar. Denn auch rein biologisch gesehen sind wir „Lichtwesen“, weil wir mit erstaunlicher Präzision auf die Helligkeit, Farbe und Taktung von Lichtquellen reagieren. Trotz nach wie vor erstaunlich fein austarierter innerer Uhr leben wir dabei längst in einem 24/7-Rhythmus aus Kunstlicht, Bildschirmglanz und Winterdunkelheit. Höchste Zeit also, den „Scheinwerfer“ ganz auf uns selbst zu richten: mit smarten Beleuchtungsideen, die auch Gesundheit und Gemütszustand wieder ins rechte Licht rücken.

Lichtspiel

Unser Biorhythmus ist ein fein ausbalanciertes System aus Hormonausschüttung, Schlaf- und Wachphasen, Temperaturregelung und Zellprozessen – und gesteuert wird er vor allem durch das Licht, das auf unsere Augen trifft, genauer: auf die Netzhaut. Diese leitet das Signal dann an das zentrale Steuerorgan im Gehirn weiter. Im gleissenden Morgenlicht wird so zum Beispiel mehr Cortisol ausgeschüttet, das uns fokussiert und wach macht, während wir abends automatisch eher runterfahren. Zumindest dann, wenn uns künstliches Licht nicht einen hell erleuchteten Strich durch die Rechnung macht.

Ich dimme, also bin ich

Aber nicht immer bedeutet künstliches Licht einen biorhythmischen Nachteil für uns. Zwar ist es sicher sinnvoll, so viel Tageslicht wie möglich zu nutzen und in die Wohnung zu lassen (selbst an grauen Tagen), darüber hinaus aber erleichtert (und erleuchtet) smarte Lichttechnologie buchstäblich den Rest unseres Tages. Hier unterstützen uns beispielsweise dimmbare Glühbirnen oder Lampen, deren warmes und gelbliches Licht zum Abend hin beruhigt und uns beim Runterkommen unterstützt. Grob gesagt bewegen wir uns von aktivierendem und kühlem Licht hin zu warmem „Abendlicht“ und simulieren dabei zu Hause das, was draussen die Natur vorgibt. Und zwar



Fotos: Pexels/Ernie Horvath, PR, Bilder können mit KI generiert sein

NACHTAKTIV

Das „LED-Nachtlicht Basic“ von Hama reagiert dank Helligkeitssensor auf die Lichtverhältnisse und sorgt für dezentes und angenehmes Orientierungslicht.



nicht nur mit smarten Birnen und Lampen, sondern mittlerweile auch mit klugen Wearables und Lichtweckern.

Rhythmische Lichtgymnastik

Klug eingesetzt ist smartes Licht deshalb eine nicht zu unterschätzende Gesundheitsressource, für die das Gleiche gilt wie für die meisten anderen Dinge auch: In kleiner Dosis macht es glücklich, in Massen kann es unserem Rhythmus auch schaden. Denn bei allen Lichtblicken für Biorhythmus-Anhänger darf eines nicht vergessen werden: Ein guter Rhythmus lebt vom Kontrast und braucht die Dunkelheit genauso wie das Licht. ✖

**SANFTER DUFT**

Die „Kerze Essentials Soft Vanilla“ von ipuro betört nicht nur durch ihren sanften Duft, sondern auch durch das angenehme Licht, mit dem sie die Seele streichelt.

**WOHLIG-WARM**

Die „LED-Filament-Glühbirne E27 – 4 Watt“ von Osram kommt im edlen Vintage-Look daher und sorgt für warmes weisses Licht.

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.



Herrlich
duftende und
pflegende
Seifen

Handgemacht
aus der Toscana



ZARTE HAUT, GROSSER SCHUTZ

Babypflege

Babyhaut ist so weich und zart – und dabei unglaublich empfindlich.

Sie schützt den kleinen Körper, ist aber noch nicht vollständig ausgereift und reagiert daher besonders sensibel auf äussere Reize.

Umso wichtiger ist deshalb eine sanfte und sorgfältige Pflege.

Die Haut von Babys ist rund fünfmal dünner als die von Erwachsenen. Ihre natürliche Schutzbarriere – der sogenannte Hydrolipidfilm – ist noch nicht vollständig entwickelt. Dadurch verliert Babyhaut schneller Feuchtigkeit, neigt eher zu Trockenheit, Rötungen oder Reizungen und kann äussere Einflüsse wie Kälte, Wind, Sonne oder Pflegeprodukte nicht so gut abwehren.

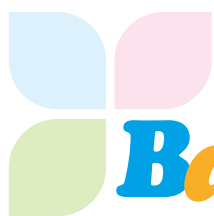
- Weniger ist mehr: Zu viele Produkte oder häufiges Waschen können die Haut zusätzlich belasten. Verwenden Sie möglichst parfümfreie, pH-hautneutrale und dermatologisch getestete Pflegeprodukte.
- Natürliche Inhaltsstoffe bevorzugen: Pflanzliche Öle wie Mandel-, Jojoba- oder Calendulaöl sind gut verträglich. Achten Sie auf Qualitäts- und Naturkosmetiksiegel!
- Keine ätherischen Öle, Parabene oder Alkohol! Diese können die Haut reizen und/oder austrocknen.

Klein anfangen

Bevor Sie ein neues Pflegeprodukt grossflächig anwenden, empfiehlt sich ein Verträglichkeitstest. Tragen Sie eine kleine Menge des Produkts auf eine unauffällige Hautstelle (etwa an der Armbeuge) auf und beobachten Sie die Reaktion für 24 Stunden. Bleibt die Haut ruhig, kann das Produkt in der Regel bedenkenlos verwendet werden. ✕



1. BÜBCHEN BABY ÖL SENSITIV: Bübchen Baby Öl Sensitiv: Die verwöhnende und sanfte Formel mit Sheabutter und Sonnenblumenöl reinigt mild und beruhigt die Haut. **2. NIVEA BABY GUTE NACHT BAD & SHAMPOO:** Reinigt Haut und Haare besonders sanft. Mit Mandelöl und Vitaminen. **3. PARISA BEAUTY BABY NATURMEERESSCHWAMM MINI:** Verwöhnt die zarte Babyhaut beim Baden. Bitte nach jeder Anwendung gründlich auswaschen und trocknen!



Baby
Club

MITGLIED WERDEN

Der Club mit vielen Vorteilen:

- Willkommensgeschenk zur Geburt
- Regelmässige Newsletter mit Informationen & Einkaufsvorteilen



Jetzt anmelden auf: mueller.ch/meinBaby

WENN FÜNF MINUTEN PAUSE REICHEN MÜSSEN

Kleine Pausen, grosse Wirkung

*Zwischen Geschenke-Shopping, Termindruck und dem ständigen Gefühl, „noch schnell“ etwas erledigen zu müssen, bleibt in der Vorweihnachtszeit oft eines auf der Strecke: **wir selbst.***

Dabei reichen schon fünf bewusste Minuten, in denen wir uns nur uns selbst widmen: bei einer Tasse Tee, einer kleinen Massage oder einfach beim Augenschliessen.



Fotos: Pexels/Olly, PR, Bilder können mit KI generiert sein

Rundum versorgt mit tetesept:

Entdecken Sie die Möglichkeiten, Gesundheit und Vitalität zu fördern: von der Unterstützung und Entspannung der Muskeln, der Linderung verstopfter Nase bis über die Verringerung der Müdigkeit.



tetesept:

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung, sowie eine gesunde Lebensweise.

1. KLEINE AUSZEIT

Der „Grüne Tee China Jasmin Tee“ im Pyramidenbeutel von Cha Cult verspricht einen echten Wohlfühl- und Genussmoment.

2. WIE VOM PROFI

Der „Gesichtsmassageroller Germanit“ von BODY&SOUL Masterpiece für Gesicht, Hals und Dekolleté kann bei regelmässiger Anwendung nachweislich die Durchblutung fördern und der Haut ein glatter wirkendes Aussehen verleihen.

3. MULTITALENT

Der „Sonic Cool & Warm Face and Body Massager 9 in 1“ von Geske ist ein echtes Multitalent. Es löst nicht nur Verspannungen im Gesicht und am Körper, sondern fördert durch Kälte und/oder Wärme zudem die Regeneration der Haut mithilfe leistungsstarker Anti-Aging-Technologien.

1



NUR BEI
M



2

on
line
exklusiv



3

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.

**DADO
SENS**
DERMACOSMETICS

Empfohlen von
Brigitte

ACADEMY

NEU



MENOENERGY

FÜR MEHR GLOW IN DEN WECHSELJAHREN

Gesichts- und Intimpflege speziell für hormonelle Veränderungen in der Menopause entwickelt. Entdecke jetzt die neuen Produkte.

PETA
APPROVED
Global Animal Test Policy

.. Freunde FÜRS LEBEN

Eine schnurrende Katze, ein freudiger Hund oder ein schillernder Fisch im Aquarium: Haustiere sind mehr als nur tierische Mitbewohner.

Welche positiven Auswirkungen sie auf unser Leben haben, lesen Sie hier.

Studien zeigen klar: Haustiere können unser seelisches Gleichgewicht stärken. Der regelmässige Kontakt zu Tieren reduziert Stresshormone wie Cortisol und erhöht die Ausschüttung von Glückshormonen wie Oxytocin und Serotonin. Eine Untersuchung der Universität Wien ergab, dass Hundehalter im Durchschnitt seltener unter Depressionen leiden und sich insgesamt ausgeglichener fühlen. Auch bei älteren Menschen beugen Haustiere Einsamkeit und Isolation vor. Laut einer US-Studie* berichten sogar 74 % der Tierhalter, dass sich ihr psychisches Wohlbefinden durch das Haustier verbessert hat.

Tierliebe bedeutet Verantwortung

So viel Freude ein Haustier auch bringt – es ist kein Spielzeug! Man sollte sich folgende Fragen ehrlich stellen:

- Was passiert in den Ferien oder bei Krankheit?
Gibt es Betreuung?
- Haben Familienmitglieder Allergien?
- Ist genug Zeit für Auslauf, Pflege und Aufmerksamkeit?
- Was tun im Alter oder bei finanziellen Engpässen?

Ein Haustier braucht Liebe, Zeit und Fürsorge. Deshalb sollten gerade Familien gut abwägen, ob der Alltag mit einem Tier wirklich passt – auch langfristig. ❖



MIT BISS

Mit den „Dokas Kaustangen mit Hühnerbrustfilet“ ist Kauspass bei Hunden garantiert.



FÜR HUNDE UND KATZEN

Der „Hundezubehör Korb Colette“ von Flamingo in „Taupe“ aus weichen Materialien verspricht Wärme und Komfort für stundenlanges Schlummern.



ENTSPANNT LECKER

Der Katzensnack „Happy Snack Huhn“ von Ceva Felway ist eine Kombination aus Liquidsnack und dem entspannenden Inhaltsstoff Alpha-Casozepin, einem aus Milchprotein gewonnenen Peptid mit entspannenden Eigenschaften.



GENUSS PUR

Der „Pet Bistro Katzensnack Schleck-Snack“ kann entweder als leckeres Topping über das Hauptfutter gegeben werden oder Sie verwöhnen Ihre Katze mit einer feinen Zwischenmahlzeit.

Hagerty[®] 130 years

— SINCE 1895 —

Seit
130 Jahren
fachkundige Pflege für
Ihre Lieblingsstücke.

Mehrmals
verwendbar

Schonende
Formel

Einfache
Anwendung

**Glänzendes Silber
und Anlaufschutz
dank Tauchbad.**

Ihr Silberbesteck soll glänzen wie neu ?
Ins **Silver Bath** eintauchen – abspülen und
staunen !

Minimaler Aufwand für maximale Effizienz !

Ob für Besteck, Schmuck, Teppiche oder
Sofas, wir haben für jeden Artikel **die
passende Lösung.**

**Glanz in
3 Minuten!**



RÄTSEL

Hier können Sie gewinnen

Haben Sie schon einmal in einem Hotel unter freiem Himmel geschlafen? Vom eigenen Pool aus auf die Berge und in die Natur geschaut? Oder Kräuteröl selbst gemacht? Im Naturhotel Waldklause, dem ersten Design- und Wellnesshotel Österreichs, ist all das möglich. **Inmitten der Ötztaler Bergwelt liegt dieses Fünf-Sterne-Kleinod aus Holz, Glas und Stein und Sie können dort eine einmalige Auszeit gewinnen.**

So einfach geht's: Tragen Sie das Lösungswort auf www.mueller.ch/gewinnspiele ein und schicken Sie **das Formular online*** bis zum 15. Januar 2026 ab. **Viel Glück!**



falls; sobald	Nachlass-emp-fänger	↓	Welt-organisa-tion (Abk.)	Miss-gunst	↓	germa-nischer Wurf-spieß	aus ge-gerbter Tier-haut	↓	Alm-hirtin	↓	Skep-tiker	lang-sames Musik-stück	Protest-kund-gebung (Kzw.)	↓	TV-, Radio-sender (Abk.)	schotti-scher Brannt-wein	↓	alle zwei
↙	↘		↘	↗		↘			Kanton der Schweiz			↘	↘	6	Frage-wort (4. Fall)	↘		
Brat-raum im Herd	↗						ugs. für nein	↗			alt-griech. Orakel-stätte	↗				3		Greisin
Ertrag einer Kapital-anlage		Region der Rep. Süd-afrika	↘	dunkel-blauer Farbstoff	Fluss in Russland	↗			Vorbeter in der Moschee	↗				an-nähernd, ungefähr	Gebirge auf Kreta	↗		
↙							Natur-geist	↗			nord-deutsch: Gänse-küken	↗						4
Kloster-vorsteher	farblos, fahl		kleinstes Beiboot auf Schiffen		Werk Homers		ost-asia-tischer Baum	↘	ital. Autor (Um-berto)	↘	Zier-pflanze, Zante-deschia		amerik. Schau-spieler (John)		in Warte-stellung (auf ...)		Geburts-narbe	
↙		7	Heilige Schrift	↗				5	neblige Luft	↗			niederl. Show-master: ... Carrell	↗				
schwan-kend, unsicher	↗					altindi-scher Gott	↗				kroati-sche Insel	↗				Groß-mutter		linker Neben-fluss des Neckars
↙							poetisch: Adler	↘	poetisch: Löwe	↗			Abend-kleid	↗				
Glaube, Bekennt-nis		Riesen-schlange	↗			künst-licher Wasser-lauf	↗				Teil der Hand	↗						9
↙	2			franzö-sischer Maler (Edgar)	↗				1	US-Bürger (ugs.)	↗		Kniff, Falt-stelle	↗				
Zimmer-winkel		Wind-schatten-seite e. Schiffs	↗			8	Platz, Stelle	↗										

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



NATURNAH WOHNEN UND NACHHALTIG GENIEßEN IM NATURHOTEL WALDKLAUSE

Inmitten der Öztaler Bergwelt hat Familie Auer ein vielfach ausgezeichnetes Hotelkleinod aus Holz, Glas und Stein geschaffen. Wir verlosen drei Übernachtungen für zwei Personen in einer „Natur Suite“!

Naturhotel Waldklausen: Das ist der Duft von Holz in allen Räumen, das sind runde, Feng-Shui-gerechte Baukörper, das sind die warmen Farben, die vielen Kerzenlichter und das ist immer wieder der Blick nach draussen in die Natur, der uns zur Ruhe kommen lässt. Einer der wichtigsten Gründe, sich zu verlieben, ist allerdings ein – scheinbar – ganz profaner: In den 59 strahlungsfreien Zimmern und Suiten schläft man dank der beruhigenden Wirkung des mondgeschlagenen Zirbenholzes wie ein Murmeltier.

Ein weiteres Highlight: die behaglichen Suiten, die mit eigenem Pool oder Whirlpool, Sauna oder Kamin und sogar der Möglichkeit, unter freiem Himmel zu schlafen, das Bedürfnis nach Rückzug und Privatheit auch im Feriendomizil auf luxuriöseste Weise erfüllen.



LED Echtwachskerze PURO & VELA mit 3D Flamme

Die stilvollen LED Kerzen überzeugen durch ihre hochwertige Echtwachsbeschichtung und eine realistisch flackernde 3D-Flamme, die das warme Licht einer echten Kerze nachahmt – ganz ohne Brandgefahr. Zusätzlich verfügen sie über eine praktische Timerfunktion.

PURO: erhältlich in Weiß,
Größen 7,5 x 10 cm und 7,5 x 15 cm

VELA: erhältlich in Weiß,
Größen 7,5 x 12 cm und 7,5 x 14,5 cm



NOVEMBER
DEZEMBER

Horoskop



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

WIDDER

21.03.–20.04.

Das Jahr neigt sich dem Ende zu und Sie machen sich Gedanken darüber, was Sie erreicht haben und welche Wünsche noch offen sind. Wenn es Ihnen gelingt, das, was ist, anzunehmen und zu akzeptieren, geht es Ihnen gut. Schenken Sie Ihren Gefühlen Aufmerksamkeit und signalisieren Sie nicht nonstop Stärke!

STIER

21.04.–20.05.

Mit Veränderungen gehen Sie inzwischen viel entspannter um. Es scheint sogar, als ob Sie diese selbst suchen. Familiäre Unterstützung ist Ihnen dabei sicher. Mit etwas Geschick finden Sie auch weiterhin die richtige Balance und können optimistisch nach vorn blicken.

ZWILLINGE

21.05.–21.06.

Wenn es draussen kühl und dunkel ist, ziehen sich die Menschen zurück ... Selbst wenn Sie dies in der Vergangenheit nicht so gemacht haben, jetzt schätzen Sie Ihr Zuhause sehr. Unsere Gefühle steuern unser Denken und haben Einfluss auf unsere Gesundheit. Gut, wenn Sie nun spüren, was Sie brauchen.

KREBS

22.06.–22.07.

Bitte nicht beleidigt reagieren, wenn nicht alles wunschgemäß verläuft! Menschen haben verschiedene Vorstellungen, wie ein Miteinander, wie Familie etc. gelebt werden soll. Sie haben eine gute Idee? Ab Dezember können Sie aktiv etwas Neues ausprobieren. Jetzt kann sich sogar ein Traum verwirklichen.

LÖWE

23.07.–23.08.

Als kreativer Mensch gelingt Ihnen während der letzten Wochen dieses Jahres vielleicht etwas ganz Besonderes. Was auch immer Sie jetzt anpacken, Sie finden die passenden Worte und vieles wird möglich.

SKORPION

24.10.–22.11.

Dank Ihres feinen Gespürs für Psychologie können Sie oft die Beweggründe anderer erkennen und mit gezielten Aussagen viel bewirken. Wenn Sie darauf achten, können Sie in den letzten Wochen dieses Jahres einen ersehnten Durchbruch erzielen. Konzentrieren Sie sich auf Ihren Herzenswunsch!

SCHÜTZE

23.11.–22.12.

Auch wenn Sie gerne reisen oder in Gedanken abwesend sind: Es zieht sie immer wieder nach Hause und ins Hier und Jetzt. Es ist wichtig, dass Sie das Gefühl haben, etwas Sinnvolles zu tun. Nehmen Sie sich Zeit für sich! Wir verändern uns alle immer wieder und es ist wichtig, sich selbst möglichst gut zu kennen.

STEINBOCK

23.12.–20.01.

Gefühl über Verstand! Oder umgekehrt? Wie auch immer Ihre Antwort aussehen mag, im Moment ist es wichtig, die Gefühle nicht auszublenden, sondern bewusst wahr- und anzunehmen. Gefühle verschwinden nicht, wenn wir sie ignorieren ...

WASSERMANN

21.01.–18.02.

Und schon neigt sich ein Jahr dem Ende zu. Was konnten Sie in diesem Jahr erreichen und erledigen? Wofür fehlte die Zeit oder wo haben Sie schlichtweg vergessen, was Sie angestrebt hatten? Im November kann ein Rückblick Erkenntnisse bringen, im Dezember können sich Sehnsüchte manifestieren.

WAAGE

24.09.–23.10.

Interessante Debatten sind Ihr Ding. Sie leben auf, wenn Sie Diskussionen führen können, und Sie sind auch ein bisschen stolz darauf. Wenn auf Ihre intellektuellen Überlegungen jedoch mit Gefühlsreaktionen geantwortet wird, irritiert Sie das. Schenken Sie sich und anderen Verständnis und Mitgefühl.

FISCHE

19.02.–20.03.

Es ist für Sie selbstverständlich, hilfsbereit und mitfühlend zu agieren. Es macht Ihnen Freude, Gutes zu tun und gebraucht zu werden. Sie wissen, wie wichtig Gefühle sind und wie sehr diese unsere Gesundheit beeinflussen. Entsprechend achten Sie darauf, sich nicht zu überfordern, und nehmen Sie Ihre Empfindungen ernst.

Tesori d'Oriente



Geschenksets voller
Zauber -
Wohlfühlmomente &
Freude teilen.

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 generiert worden sein.

DIE NÄCHSTE AUSGABE DER LIFESTYLE ERSCHEINT MITTE JANUAR 2026

ALLES IN DER MÜLLER APP Exklusive Vorteile bei jedem Einkauf



- 1000 Blüten Willkommensbonus*
- Wertvolle Müller Blüten sammeln, Guthaben einlösen und sparen
- Digitale Kundenkarte
- Coupons & Gewinnspiele
- Prospekte & Magazine
- Onlineshop & Filialfinder
- Login zum Müller BabyClub
- Digitaler Kassenbon
- Länderübergreifend nutzen, u.v.m.

* 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.

** Coupon ausschließlich für Neuregistrierungen.

Die  App für alle.

Hier kostenlos downloaden & registrieren:



Bepanthen®

DERMA

Provitamin B5 Repair Complex

Bei trockener, sehr trockener und empfindlicher Haut

WIRKT TIEF IN DER HAUT –
LANGANHALTEND



Bayer (Schweiz) AG
8045 Zürich

BOSS



**GRAB
THE MAGIC**