



5
25

SEPTEMBER
OKTOBER

lifestyle

IHR WOHLFÜHL-MAGAZIN

GRATIS



Traumhaft erholt

Wie Schlaf Ihr Leben
deutlich verbessert



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!

editorial

UNSERE lifestyle Favoriten



Kein Tag ohne Lichtschutzfaktor:
Mit dem „**Facial Skin Shield
SPF50+**“ von AHAVA wird der
perfekte Sonnenschutz ganzjährig
zum Kinderspiel.



Perfekte Auszeit: Die „**a.m. Sunday
Happy Hydrogel Mask**“ von
Kocostar steht einer profession-
ellen Hydrfacial-Behandlung in
Sachen Wirkung in nichts nach.



Pudrige Leidenschaft: **Das Eau
de Parfum „Narciso Poudrée“**
von **Narciso Rodriguez** ist der
Duft gewordene Traum von
Weiblichkeit und Sinnlichkeit
und dabei so elegant und clean.



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



DIE MAGIE DER MOMENTE

Buntes Laub, Raureif am Morgen, erfrischende moosig-duftende Tagesanfänge und warme Nachmittage. Von allen Jahreszeiten bringen Spätsommer und Herbst die grösste Magie mit sich. Das Tempo des zurückliegenden Sommers entzerrt sich wieder, die Abende finden vermehrt im trauten Heim statt, das Leben entschleunigt.

Wie Sie nicht nur entschleunigen, sondern sich regelrecht erholen können, lesen Sie in unserer Titelstory zum Thema „Schlaf“ ab Seite 28. Ideen für Abende in guter Gesellschaft daheim finden Sie ab Seite 74, welche Düfte uns faszinieren auf Seite 22, warum Sie unbedingt auf die Farbe Blau vertrauen sollten auf Seite 16 und wie sich ein Lippenstift Ihrem persönlichen Teint anpasst auf Seite 14. Für Unterhaltung sorgen „Momo“ auf Seite 53, „Die Schule der magischen Tiere 4“ (endlich!) auf Seite 56 und noch viel, viel mehr.

Geniessen Sie die Ruhe und vor allem die vielen Neuigkeiten, bunten Themen und smarten Tipps, die wir in dieser Ausgabe der Lifestyle für Sie recherchiert haben.

Viel Freude beim Lesen!

Ihre Lifestyle-Redaktion



NUR BEI
M



16

Seite **faszinieren**

- 7 **DAS SPIEL DER SEHNSUCHT**
- 8 **ZEITGEIST**
Spannende Neuheiten
- 10 **PERFEKTE HAUT**
Der Säurecheck
- 14 **REVOLUTIONÄRE LIPPENPFLEGE**
Perfect Match
- 16 **DAS BLAU DER STUNDE**
Trendschau



25



33

Seite

riechen

- 21 **WUNDER DER DÜFTE**
- 22 **OLFAKTORISCHE MEISTERWERKE**
Duftneuheiten
- 24 **DER DUFTCHECK**
Duftintensität

Seite

fühlen

- 27 **ABSOLUT BERÜHREND**
- 28 **TRAUMHAFT ERHOLT**
Schlaf dich glücklich!
- 30 **GRATIS KUNSTSTUNDE**
Naturschauspiel
- 32 **TRENDBAROMETER**
Herbst-Winter-Looks
- 34 **MEGATREND FOLIENNÄGEL**
Nailed it!
- 36 **SCHAUM, GEL, FLUID**
Saubere Sache
- 38 **GESCHMEIDIG, GEPFLEGT, GUT**
Bartöle
- 40 **EIN LEBEN LANG**
Gesunde Zähne
- 42 **SHAPEWEAR**
Schmale Silhouette



32



LET'S GET SOCIAL!

-  @mueller_deutschland
-  @mueller.schwiiz
-  @mueller_de



38

Seite

erleben

- 53** ZEITLOSER KLASSIKER
Michael Endes „Momo“
- 54** ENTERTAINMENT-HIGHLIGHTS
Games, Filme, Kino, Musik
- 56** ZAUBERHAFTER TIERWELT
Darum lieben unsere Kinder „Die Schule der magischen Tiere“
- 58** SERIE: WUNDERBARE JAHRE
Die coolen 90er
- 60** SPIEL DES LEBENS
Ed Sheeran
- 61** HOLLYWOOD LÄSST GRÜSSEN
Vanessa Mai
- 62** KLASSIKER MIT NEUER WELT
Kirby und das vergessene Land
- 62** CROSSWORLDS
Sonic Racing

Seite

schmecken

- 65** ERNTEFRISCH
- 66** HEISSER HERBST
Scharfes für die Seele
- 68** DIE GLUKOSE-FORMEL
Blutzucker leicht gemacht

Seite

leben

- 73** SANFTE ENTSCHEUNIGUNG
- 74** KREATIVE MÄDELSABENDE
Art Nights
- 76** ZWEI TRENDS IM FOKUS
Yoga oder Pilates?
- 78** ZAHNGESUNDHEIT FÜRS TIER
Mit Biss
- 80** PLÖTZLICH ERWACHSEN
Loslassen
- 84** KÄLTEBÄDER, HEISS BEGEHRT
Der Trend, der aus der Kälte kam

standards

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



68



Produkte mit diesem Symbol erhalten Sie exklusiv bei Müller.

BOSS BOTTLED BEYOND

BOSS RECOGNIZE BOSS

DIE NEUE DUFTSIGNATUR

Mit **BOSS Bottled Beyond** eröffnet **BOSS Parfums** ein neues Kapitel seiner bekanntesten Duftlinie. Als erstes Premium-Ingwer-Leder Eau de Parfum vereint es Gegensätze zu einer harmonischen Komposition: Frische trifft auf Tiefe, Ingwer auf Leder – modern, intensiv und mit markanter Ausstrahlung. Ein Duft, der Handwerkskunst und Innovation verbindet – inspiriert vom Charakter moderner Nischendüfte, mit der Präsenz eines Klassikers.

DER DUFT EINER NEUEN ÄRA

Seit seiner Markteinführung begleitet **BOSS Bottled** eine ganze Generation und prägte als einer der ersten Herren Gourmand-Düfte eine neue Kategorie – ein Duft, der Erfolg greifbar machen sollte. Mit **BOSS Bottled Beyond** wird dieser Weg konsequent weitergeführt: nicht nur olfaktorisch, sondern auch im Verständnis von Erfolg. Heute geht es nicht mehr nur um individuellen Aufstieg, sondern um gemeinsames Weiterkommen – genau dafür steht **BOSSrecognizeBOSS**.



50ML

100ML

REFILL

EIN NEUER ZUGANG ZU DUFT

Während klassische Düfte aus Kopf-, Herz- und Basisnote bestehen, löst sich **BOSS Bottled Beyond** von dieser Struktur. Stattdessen prägen zwei Hauptakkorde das Dufterlebnis durchgehend: Ein elektrisierender Ingwer-Akkord bringt Frische und Dynamik, ein Leder-Akkord verleiht Tiefe und Wärme.

Beide entfalten sich langanhaltend und mit klarer Präsenz – für einen markanten, modernen Duftcharakter. Diese Dualität spiegelt sich durch das doppelt gelegte Lederband mit dem Doppel-B-Monogramm auch im Flakon-Design wider.

HIGHTECH FÜR DIE SINNE

Auch technisch setzt der Duft neue Maßstäbe. Durch ein innovatives Verfahren wird eine besonders klare und reine Ingweressenz gewonnen. Ergänzt wird dies durch eine patentierte Technologie, die den Duft auf der Haut fixiert und die Haltbarkeit verlängert. Zudem sorgt die hohe Konzentration für eine starke und langanhaltende Performance – vergleichbar mit einem Parfum oder Absolu.



JETZT BEI MÜLLER ENTDECKEN!

Verfügbar in 50ml und 100ml – beide Größen sind nachfüllbar mit dem 200ml Refill.

faszinieren



**„DIE SEHNSUCHT IST ES,
DIE UNSERE SEELE NÄHRT,
UND NICHT DIE ERFÜLLUNG“**

Arthur Schnitzler

DAS SPIEL DER SEHNSUCHT

Es ist **ein Kribbeln, die Neugier und ein Hauch von Unerklärlichem**, das Faszination in uns auslösen kann. Durch diese einmalige Kombination wird unsere Sehnsucht geweckt, sodass wir das bis dahin unnahbar Wirkende vollständig verstehen wollen – einfach, **um diesen Moment immer wieder aufs Neue zu erleben.**



KRAFTVOLL

Das warme und verführerische „Chloé Le Parfum“ ist ein blumiger Duft für Damen, der kraftvolle und intensive Orangenblütennoten offenbart, verwoben mit einer frischen und modernen Rose. Die blumige Explosion wird für einen sinnlichen, ambrierten Nachhall von einem Tonkabohne- und Vanilleakkord begleitet.



SONNENGRUSS

So zart und unbeschwert wie ein neuer Morgen: Das Eau de 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.

zeitgeist

Die aufregendsten Entdeckungen
und Trends der Saison

Modelfotografie ist mehr als eine kommerzielle Ablichtung von textilen Kreationen. Modelfotografie ist die Inszenierung von textilen Träumen, die so aufwendig sein kann, dass sie Geschichten erzählt. Rico Puhlmann (1934–1996) zählte international zu den renommiertesten Modelfotografen und prägte über die letzten vier Dekaden des 20. Jahrhunderts das Modebild seiner Zeit. Die in dieser Zeit gefragtesten Fotomodels standen vor seiner Kamera: Gloria Friedrich und Gitta Schilling, Cheryl Tiegs und Jerry Hall, Cindy Crawford und Naomi Campbell. Seine Fotos erschienen auf zahlreichen Magazincovern, seine Bildstrecken auf Hochglanzpapier füllten mehrere Doppelseiten in Folge. Die Ausstellung zu seinen Arbeiten im Museum für Fotografie in Berlin setzt ihm das Denkmal, das er verdient.

MODE, KUNST und DESIGN

COOL, COOLER, SCHWARZ-WEISS
Farben sind toll und heben die Stimmung. Aber nichts ist und bleibt so cool, zeitlos und elegant wie ein Look in Schwarz-Weiss. Pernille Teisbaek macht vor, wie mit nur zwei Kleidungsstücken der vielleicht lässigste Look der Saison kreiert wird.



KOSTBAR, MUTIG, AUSSERGEWÖHNLICH

Feiern Sie zusammen mit dem neuen „Marc Jacobs Perfect Absolute“ die Stärke der Selbstliebe und das Vertrauen in sich selbst. Der Duft verbindet einen verführerischen Akkord aus karamellisierter Feige und einer üppig blühenden Jasmin-Absolute-Komposition mit einem warmen Amberakkord. Perfekt, wie Sie es sind!



REVOLUTIONÄR REGENERIEREND

Das „Rénergie H.C.F. Triple Serum“ von Lancôme ist ein hochwirksames Anti-Aging-Serum für straffere und ebenmäßigere Haut. Es regeneriert die Haut tiefenwirksam und verbessert die allgemeine Hautqualität. Dank der innovativen 3-Phasen-Technologie treffen Hyaluronsäure, Vitamin C kombiniert mit Niacinamid sowie Ferulasäure erst beim Auftragen aufeinander. Dabei wird die Haut intensiv mit Feuchtigkeit versorgt und aufgepolstert.

A woman with long, dark, wavy hair is wearing a vibrant red, spaghetti-strap dress. She is holding a large, clear, butterfly-shaped perfume bottle in her left hand. The bottle has a pinkish hue and a gold-colored cap. The background is a soft, out-of-focus red fabric.

LA BOMBA
BE LOUD BE FREE

THE NEW FRAGRANCE

CAROLINA HERRERA

Der Säurecheck

Säurepeelings sind an Effizienz kaum zu übertreffen. Was sie so besonders macht, warum wir keinesfalls auf sie verzichten möchten und warum genau jetzt der richtige Zeitpunkt dafür ist, lesen Sie hier.

Das „Säure-ABP“

Säure ist nicht gleich Säure und nicht jede Haut verträgt die gleichen Inhaltsstoffe und Konzentrationen. AHA, BHA und PHA sind die drei gängigsten Säurearten, weshalb wir sie für Sie genauer unter die Lupe nehmen und Ihnen aufzeigen, bei welchem Hauttyp welche Säure am besten wirkt. ✖

1. AHA (Alpha-Hydroxysäuren)

z. B. Glykolsäure, Milchsäure, Mandelsäure

- » Wasserlöslich
- » Entfernen abgestorbene Hautzellen von der Oberfläche
- » Ideal bei trockener, fahler Haut, bei feinen Linien und Pigmentflecken
- » Können anfangs leicht kribbeln

2. BHA (Beta-Hydroxysäuren)

z. B. Salicylsäure

- » Fettlöslich, dringen tief in die Poren ein
- » Wirken entzündungshemmend
- » Ideal bei unreiner, fettiger Haut, bei Mitessern und Akne

3. PHA (Polyhydroxysäuren)

z. B. Gluconolacton

- » Eine noch mildere Alternative zu AHAs
- » Für empfindliche Haut geeignet
- » Bieten zusätzlich Feuchtigkeit und antioxidativen Schutz



Schönheitsschlaf

Bei der „Filorga Nachtcreme Sleep & Peel“ ist der Name Programm: eine Cremelösung, die über Nacht für eine sanfte Hauterneuerung sorgt.



Verfeinernd

Das „Annemarie Börlind Fruchtsäure-Peeling“ mit einem natürlichen Fruchtsäure-Mix aus Früchten und Pflanzenextrakten entfernt sanft abgestorbene Hautschüppchen und stimuliert so den Hauterneuerungsprozess.



Porentiefe Reinigung

Das „Soft Cleansing Enzym Peeling Puder“ von Marbert löst überschüssige und trockene Hautschüppchen, ganz ohne mechanische Reibung.



Tiefenreinigung

Das „Goloy Face Peeling“ reinigt Gesicht, aber auch Körper und Hände schonend und porentief mit natürlichen Peelingkörnern aus Aprikose und Buchweizen.

Warum macht man Säurepeelings?

Säurepeelings helfen bei:

- » unreiner Haut und Akne
- » vergrößerten Poren
- » Pigmentflecken und Hyperpigmentierung
- » fahl wirkender Haut (mehr Glow!)
- » Falten und feinen Linien
- » Narben (z.B. Aknenarben)



Wirkstoffwunder



Leichte Pflege

Der „Beauty of Joseon Green Plum Refreshing Toner AHA + BHA“ hilft dabei, abgestorbene Hautzellen zu lösen und überschüssigen Talg zu entfernen.



Ebenmässigkeit to go

Das patentierte Gesichtswasser „Face Vinegar“ von gallinée mit Hibiskus-Apfelessig spendet intensive Feuchtigkeit, verfeinert die Poren und schenkt ein geglättetes und ebenmässigeres Hautbild.



Naturschauspiel

Das Fruchtenzympeeling „Santaverde Enzyme Peeling Powder“ befreit die Haut schonend und effektiv von Ablagerungen und fördert die Hautregeneration.

Bitte dringend beachten!

Säurepeelings erneuern und pflegen, aber sie können die Haut auch reizen. Die Haut wird durch die Anwendung lichtempfindlich, weswegen auch der Herbst ideal für den Start der Eingewöhnung ist.

- » Beginnen Sie immer mit Produkten mit niedriger Konzentration (z. B. 5–10 % AHA, 1–2 % BHA).
- » Sonnenschutz ist Pflicht, auch im Herbst und Winter!
- » Nicht mit zu vielen reizenden Wirkstoffen kombinieren (z. B. Retinol + starke AHA = viel Reizung).
- » Anfangs nur 1- bis 2-mal pro Woche anwenden, später ggf. öfter.

Faktencheck

Was hat Säure mit der Haut zu tun?

In Sachen Haut bezieht sich Säure hauptsächlich auf den pH-Wert der Haut, der leicht sauer ist und im Bereich von 4,1 bis 5,8 liegt. Dieser leichte Säuregehalt ist wichtig, um die Hautbarriere zu schützen und sie gesund zu halten.

- » Der pH-Wert ist ein Mass für den Säure- und Basengehalt einer Flüssigkeit oder Substanz.
- » Die Haut hat einen leicht sauren pH-Wert, der zwischen 4,1 und 5,8 liegt.
- » Dieser Säureschutzmantel ist wichtig für die Schutzfunktion der Haut.
- » Ein zu hoher pH-Wert, beispielsweise bei trockener Haut, kann zu einem ungesunden Hautzustand führen.

Schöne Haut. Starker Preis.



Neuer,
tieferer
Preis

e Sicher für
sensible Haut.

CLINIQUE

REVOLUTIONÄRE LIPPENPFLEGE

Perfect Match

Lippenbalsam, der nicht nur pflegt und schützt, sondern sich dem individuellen Hautton perfekt anpasst und mit einer zarten Nuance dem eigenen Teint schmeichelt. Gibt's nicht? Gibt's doch!

Vorhang auf für unsere absoluten Lieblingsbegleiter! Lippenpflege, die uns mit einem Hauch Farbe küsst und die garantiert perfekt zu unserem Typ passt. Von dezentem Rosé bis zartem Pink bekommt die eigene Lippenfarbe genau die Intensivierung, die uns steht – ganz ohne Typberatung. Dabei sind es pH-sensitive Farbstoffe, die zunächst farblos oder nur leicht getönt sind und sich mit dem Feuchtigkeitsgehalt und pH-Wert der Lippen verändern. Da unser pH-Wert auf der Haut individuell variiert (typischerweise etwa zwischen 4,1 und 5,8), sieht die Farbe bei jeder Person etwas anders aus. Noch mehr Vorteile gefällig? Neben individuellem natürlichem Farbton und Pflege halten die Nude Balms oft länger als herkömmlich getönte Lip Balms. Eben einfach perfekt! ✘



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



1. ELIZABETH ARDEN EIGHT HOUR LIP PROTECTANT STICK SPF 15 „TRANSPARENT“: Pflege, Feuchtigkeit und Sonnenschutz in einem. **2. DIOR ADDICT LIP GLOW „ROSE“:** Lippenpflege, Balsam und Make-up-Effekt in einer sinnlichen Textur vereint. **3. ANNEMARIE BÖRLIND LIP GLOSS „NUDE“:** Vegane Formel mit Avocadoöl und intensivem Farbglanz für geschmeidige Lippen. **4. ARTDECO COLOR BOOSTER LIP BALM „BOOSTING PINK“:** Wertvolle Pflanzenöle plus Boostingeffekt – für wunderbar schöne Lippen.

NAJ·OLEARI

Italian Beauty

Flying Beauty



DAS BLAU DER STUNDE

Trendschau

Manche Make-up-Trends sind so gut, dass sie unsere Faszination bei jedem Comeback aufs Neue so entfalten, als würden wir ihnen zum ersten Mal begegnen. Dazu gehört: Blau. **Der Retro-Look aus den 1990ern ist mit voller Wucht zurück – und das mehr als verdient!** Ob winterlich-frisch, mystisch oder sexy, ob in Himmel- oder Marineblau, ob als Lidschatten, Eyeliner oder Nagellack: **Wir machen blau.**



1. ANNY NAIL POLISH „HIGH STREET FASHION“: Für lang anhaltenden Glanz, ein schnell trocknendes und splitterresistentes Finish und gepflegte Nägel. **2. MAKE UP FACTORY ARTIST STUDIO QUAD „BLUEZONE“:** Hier treffen vier hochpigmentierte und aufeinander abgestimmte Blaunuancen zusammen – für einen unverkennbaren Look. **3. SISLEY PHYTO KHOL STAR WATER-PROOF „SPARKLING BLUE“:** Optimale Gleitfähigkeit und Präzision für atemberaubende Looks in der Trendfarbe der Saison. **4. YVES SAINT LAURENT CRUSHLINER „BLAU“:** Die cremige, wasserfeste Textur kreiert feine bis intensive Ergebnisse, ohne zu verschmieren. **5. MAYBELLINE NEW YORK MASCARA LASH SENSATIONAL SKY HIGH „BLUE MIST“:** Extreme Länge und volles Volumen in leuchtendem Blau für atemberaubende Augenblicke.

DAVIDOFF



Cool Elixir

THE NEW OUD TREASURE

20
YEARS
MAKE
UP
FACTORY

NUR BEI



20TH BIRTHDAY TRENDLOOK F/W

20 Jahre Make up Factory – das feiern wir mit einer limitierten Geburtstags-Kollektion! Die Produkte im edlen Silber-Design zelebrieren den Ursprung der Marke und interpretieren ihn gleichzeitig mit herbstlichen Trendfarben neu. Ob natürlicher Day-Look oder glamouröser Party-Auftritt: Die Trendlook F/W Kollektion ist perfekt für ausdrucksstarke Looks, die sich mühelos vom Tag in die Nacht verwandeln.

FROM DAY AUGEN SCHMINKEN

STEP 1

Für einen soften, strahlenden Look den matten Roséton „lovely angel“ (1) der STUDIO STAR EYE PALETTE N°10 auf das gesamte bewegliche Lid auftragen und nach oben verblenden. Den matten Taupeton „jetsetter“ (2) außen am Auge platzieren und schräg nach außen sowie in die Lidfalte einblenden. Zur Betonung des Wimpernkranzes den Brauntönen „magnificent“ (3) dicht am oberen Wimpernkranz auftragen und weich am unteren ausblenden. Für einen strahlenden Effekt den schimmernden Roséton „light my fire“ (4) mit dem Finger auf die Lidmitte tupfen. Abschließend mit dem hellen Schimmerton „sunny flair“ (5) Highlights im Augeninnenwinkel und unter der Braue setzen.



LOOK ABRUNDEN

STEP 2

Um das Augen Make up abzuschließen, werden die Wimpern mit der INFINITE LASH MASCARA getuscht. Für einen dezenten Tageslook wird der COMPLETE CARE LIP COLOR N°20 auf die gesamten Lippen aufgetragen.



TO NIGHT AUGEN SCHMINKEN

STEP 1

Mit wenigen Handgriffen wird das Tages-Make-up zum dramatischen Partylook. Den matten Schwarzton „black beauty“ (1) der STUDIO STAR EYE PALETTE N°20 am äußeren Augenwinkel wie einen Eyeliner nach außen ziehen und in einer V-Form bis in die Lidfalte und unter die Augenbraue verblenden. Auch am unteren Wimpernkranz auftragen und mit dem oberen Lidschatten verbinden. Anschließend den matten Lilaton „nightfall“ (2) in die Mitte des beweglichen Lids geben und weich in den Schwarzton verblenden – auch zum Absoften der oberen Kanten geeignet. Danach den Rotton „iconic“ (3) bis zum Augeninnenwinkel auftragen. Optional sorgt der Glitzerton „glam-up“ (4) in der Lidmitte für zusätzlichen WOW-Effekt. Als Highlight unter der Braue und im Augeninnenwinkel den silbernen Schimmerton „shine update“ (5) auftragen.



LOOK ABRUNDEN

STEP 2

Mit dem Smoky Liner N°01 wird das Auge dicht am Wimpernkranz komplett umrandet und leicht verblendet. Den Liner außerdem auch auf die obere und untere Wasserlinie auftragen. Anschließend die oberen und unteren Wimpern intensiv mit der INFINITE LASH MASCARA tuschen. Auf den Lippen rundet der COMPLETE CARE LIP COLOR N°55 den Look perfekt ab.



farfalla

Swiss Aroma Care | Est. 1982



Mental- stark

Finde mentale Stärke
mit der Kraft der Natur

farfalla.ch



swiss

100%

natural



bio



BBDÄO

riechen



**„DAS SCHÖNE AN DÜFTEN IST,
DASS SIE IHR HERZ BERÜHREN ...
UND HOFFENTLICH
AUCH DAS EINES ANDEREN“**

Elizabeth Taylor

WUNDER DER DÜFTE

*Gerüche haben eine ganz besondere Macht. Sie sind weit mehr als flüchtige Moleküle. **Sie können Emotionen auslösen und Geschichten erzählen und auf tiefster Ebene berühren.** Wer es schafft, Gerüche gezielt einzufangen, der verleiht dem scheinbar Unsichtbaren eine magische Kraft.*

GUTE NACHT

Mit dem „farfalla Schlaf schön Lavendel“ Gute Nacht Bio-Raum-spray werden Sie durch den sanften Duft von beruhigendem Lavendel sanft ins Land der Träume begleitet. Einfach vor dem Zubettgehen etwas Duft auf das Kopfkissen sprühen und ruhig und erholsam schlafen.



BLUMENDUFT

Der Raumduft „ipuro essential flower bowl“ bringt belebende Blumenfrische nach Hause und verwandelt die eigenen vier Wände in ein Meer voller Blüten.

Duftneuheiten

Wenn die Blätter sich golden färben und die Luft kühler wird, verändert sich auch unser Duftempfinden. Der Herbst bringt eine neue olfaktorische Stimmung mit sich – weg von den leichten zitrischen Sommernoten, **hin zu wärmeren, würzigeren Kompositionen. Es ist die Zeit von Vanille, Holz und Gewürzen.**



VIER GEWINNT

Die neuen „Hair & Body Perfume Mists“ von Calvin Klein geben Ihnen die Möglichkeit, mit diesen sanften Nuancen grosszügig zu spielen. Anders als ein Eau de Parfum können alle Düfte auf dem ganzen Körper aufgetragen werden. Nun haben Sie die Qual der Wahl zwischen „Silky Coconut“, „Sheer Peach“, „Nude Vanilla“ und „Cotton Musk“.



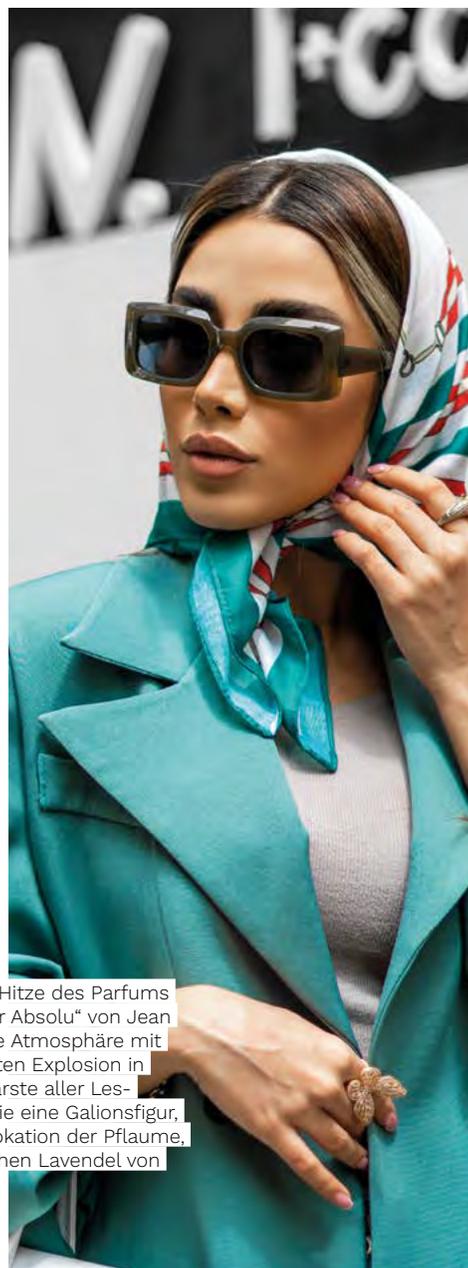
COOL, COOLER, DAVIDOFF

„Davidoff Cool Elixir for her Parfum“ und „Davidoff Cool Elixir Parfum“ bestehen durch eine fesselnde Duftsignatur, die Sinnlichkeit und Kostbarkeit zum Ausdruck bringt. Während der Damenduft eine Kombination aus verführerischer Vanille, zartem Jasmin und Eichenmoos-Absolue ist, überzeugt der Herrenduft durch drei hervorragend strukturierte Inhaltsstoffe – einen faszinierenden Oud-Akkord, Lavandin-Absolue und Rosenoxid.



STRAHLEND

Die magnetisierende Hitze des Parfums „Intense Le Male Elixir Absolu“ von Jean Paul Gaultier setzt die Atmosphäre mit einer würzig-ambrierten Explosion in Flammen. Der kostbarste aller Les-Males-Düfte segelt wie eine Galionsfigur, geleitet von der Provokation der Pflaume, mitten in den ikonischen Lavendel von Le Male.



Fotos: Unsplash/Adele Shafiee, PR

BOSS



BOTTLED BEYOND
THE NEW GINGER-LEATHER FRAGRANCE

Duftintensität

Je höher die Konzentration, umso stärker ist die Wahrnehmung des Dufts. **Parfumeure unterscheiden in vier Schwellen über die Intensität.**

Die Auswahl und die Konzentration der Riechstoffe beeinflussen die Intensität eines Dufts – und damit auch die Wirkung eines Parfums. Je höher konzentriert, desto stärker wird der Duft wahrgenommen. Dabei gilt hier allerdings häufig, „weniger ist mehr“ – denn ein Duft kann sich mit steigender Intensität von angenehm in aufdringlich verwandeln. ✘



PURE LEBENSLUST

Das neue EdP „La Bomba“ von Carolina Herrera zelebriert die Freiheit. Ungefiltert, kompromisslos und mutig. Mit einer explosiven Komposition aus exotischer Pitaya, zarter Pfingstrose und strahlender Vanille verkörpert der Damenduft pure Lebensfreude.

DUFTWIRKUNGSSCHWELLE

Hier beginnt die Magie: Die Intensität ist so gering, dass wir den Duft noch nicht bewusst wahrnehmen. Doch unser Körper reagiert bereits.

WAHRNEHMUNGSSCHWELLE

Da passiert doch was! Die Intensität des Dufts ist so beschaffen, dass wir ihn wahrnehmen, jedoch noch nicht einordnen können.

ERKENNBARKEITSSCHWELLE

Das Feuerwerk ist entfacht: Die Intensität des Dufts ist deutlich erkennbar und benennbar.

FLUCHTSCHWELLE

Zu viel des Guten: Die Intensität des Dufts ist so aufdringlich, dass er in uns eine Fluchtreaktion auslöst.



FUNKELNDES JUWEL

Entfalten Sie mit dem verführerischen Akkord aus Jasmin, Aprikose und einem Hauch Vanille der Duftkomposition „Olympéa Absolu Parfum Intense“ von Rabanne die eigene Aura in der Nacht. Ein Damenduft, so funkelnd und besonders wie ein wertvolles Juwel.

WIE EINE UMARMUNG

Das Eau de Parfum „Narciso Radiant“ von Narciso Rodriguez umgibt Sie unmittelbar mit einem Gefühl von transparenter Reinheit, beruhigend und weich wie reines Kaschmir auf der Haut. Erleben Sie einen leichten, warmen und angenehmen Moschusduft, der sich anfühlt wie eine zarte Umarmung.



EINE LIEBESGESCHICHTE

Erleben Sie mit dem Eau de Parfum „Mon Paris“ von Yves Saint Laurent das Kribbeln des Verliebtseins noch einmal neu. Inspiriert von Paris, der Stadt der Liebe, macht der florale Chypre-Duft Lust auf noch viel mehr.



ERFOLGSFAKTOR

Das EdP „Boss Bottled Beyond“ ruft Bewunderung hervor: ein edler Ingwer-Leder-Duft für ihn, bei dem Gegensätze in einem ausgewogenen Zusammenspiel aufeinandertreffen und für lang anhaltende Intensität sorgen.

RASANTE FAHRT

„Scandal Intense“, ein Eau de Parfum von Jean Paul Gaultier, ist ein sinnlicher Duft, der süchtig macht. Kardamom verschmilzt mit der Weichheit von Vanille und kann so ungeahnte Kräfte freisetzen.



Hier geht's direkt zu unserem Lifestyle-Blog:

www.mueller.ch/riechen

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.

ANNEMARIE BÖRLIND
NATURAL BEAUTY

BÖRLIND
NATURAL LIP GLOW
ÉCLAT NATUREL DES LÈVRES
WITH HYALURONAN AND WILD MANGO BUTTER

NEU

NATURAL LIP GLOW. POWERED BY NATURE.

Die leichte Textur pflegt intensiv mit Hyaluronsäure und Mango-Butter für geschmeidige Lippen. Der fruchtig-frische Cranberry-Duft schenkt ein sommerliches Gefühl – zart, pflegend, unwiderstehlich.

Kneipp

DIE KRAFT DER NATUR AUF DEINER HAUT



Nachweislich
tiefenwirksame
Pfllegeöle

NEUES
Design,
verbesserte
Rezeptur

Die Körperlotionen von Kneipp

- Tiefenwirksam durch Pflanzen-Pfllegeöle
- Ziehen schnell ein
- Dermatologisch bestätigte Hautverträglichkeit

fühlen



TUSCHI!

Die revolutionäre „Grow & Tint Mascara“ von M. Asam kombiniert ein einzigartiges hormonfreies Wachstumsserum mit 2 % Widelash und 1 % Mungbohnenextrakt sowie eine lang anhaltende Tönungstechnologie.



**„HERBST IST LEBEN,
DAS IN DIE TIEFE GEHT“**

Monika Minder

ABSOLUT BERÜHREND

Echte Gefühle sind wie eine magische Verbindung zwischen Menschen, zwischen innen und aussen. Erst wer fühlt, ist wirklich da.

Egal, ob ein sanfter Windhauch oder eine innige Umarmung:

Der Sinn des Fühlens lässt uns als Mensch lebendig werden.

Kommen Sie mit auf diese Reise!



GEHEIMNISVOLL

Für eine mystische Überraschung sorgt bilou mit der „Wednesday x bilou“-Produktlinie. Deodorants, Duschschäume und Handcreme mit geheimnisvollem Aussehen und jeweils einem ganz eigenen Dufterlebnis verführen auf magische Weise.



BADEKRISTALLE

Bringen Sie mit einem entspannenden „Basischen Edelsteinbad“ von Michael Droste-Laux Ihren Säure-Basen-Haushalt ins Gleichgewicht. Natürliche Mineralien und Edelsteine wie Aquamarin, Bergkristall und Rosenquarz sowie Heilkreide unterstützen die Selbstregulation der Haut und sorgen für ein samtiges Hautgefühl nach dem Bad.

TRAUMHAFT ERHOLT

SCHLAF DICH GLÜCKLICH!

*Guter Schlaf ist ein echter Gamechanger für Gesundheit, Schönheit und Glück. **Wir zeigen Ihnen, wie Sie traumhaft erholt zum besseren Ich finden.***

Erholbarer Schlaf ist wie Superfood, nur leider nicht so leicht zu kriegen. Verantwortlich für die Fallstricke auf dem Weg zum Glück sind wir dabei meistens selbst: Zwischen abendlichem Doomscrolling (exzessivem Lesen von negativen Nachrichten im Internet), inneren To-do-Listen und unruhigem Gedankenkarussell bleibt die nächtliche Erholung oft auf der Strecke. Dabei zeigt die Wissenschaft: Wer gut schläft, lebt länger, denkt klarer, fühlt mehr und sieht sogar besser aus. Höchste Zeit also für ein Update in Sachen Schlafhygiene. Denn erholsamer Schlaf ist kein Luxus. Er ist unser biologisches Upgradesystem und gehört unter dem Schlagwort „Sleep Optimization“ zu den derzeit grössten Lifestyle-Trends überhaupt.

Mehr als nur eine Auszeit vom Ich

Wer schläft, der rastet zwar, ist dabei aber keineswegs untätig. Im Gegenteil: Während das Bewusstsein ruht, arbeiten unser Gehirn und unser Körper auf Hochtouren. Zellen regenerieren sich, Muskeln wachsen, das Immunsystem wird gestärkt, Erinnerungen werden sortiert und emotionaler Stress wird verarbeitet. Laut einem Forschungsteam der University of Rochester wird während des Schlafs im Gehirn ein spezielles „glymphatisches System“ aktiviert – eine Art Putzkolonne, die toxische Stoffwechselprodukte aus dem Gehirn entfernt. Chronischer Schlafmangel dagegen kann nachweislich das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Depressionen, Alzheimer und Übergewicht erhöhen. Selbst die Haut altert schneller – kein Mythos, sondern belegt durch eine Studie der University of California. Zugespitzt bedeutet das: Wer regelmässig schlecht schläft, lebt gefährlich.

**ZELLEN REGENERIEREN SICH,
MUSKELN WACHSEN, DAS IM-
MUNSYSTEM WIRD GESTÄRKT,
ERINNERUNGEN WERDEN
SORTIERT UND EMOTIONALER
STRESS WIRD VERARBEITET.**



WIE MAN SICH BETTET ...

Erst die Theorie, dann die Praxis. Zeigen Sie uns, wie Sie am besten zur Ruhe kommen und wo Sie den erholsamsten Schlaf finden. Teilen Sie diese Traumoasen 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

SCHLAFEN FÜR ANFÄNGER

1. Regelmässigkeit statt Länge

Jeden Tag zur gleichen Zeit schlafen gehen bzw. aufstehen – auch am Wochenende.

2. Digital Detox

Handy und Laptop weg vom Bett! Das blaue Licht stört die Melatoninproduktion.

3. Schlafrituale

Kleine Routinen (Tee, Dehnübungen, ein Kapitel im Lieblingsbuch lesen) wirken Wunder.

4. Keep cool

Die ideale Schlaftemperatur liegt bei nur 18 Grad.

5. Kein Koffein nach 14 Uhr

Das Nervensystem wird's danken.

Schlafen ist sexy

Wem es hingegen gelingt, wirklich erholsame Nächte zu verbringen, der ist keine ausgemachte Schlafmütze, sondern der vielleicht beste Therapeut seiner selbst. Die Wirkung von Schlaf auf unsere Psyche ist nämlich kaum zu überschätzen. Während wir träumen, verarbeiten wir Emotionen, lösen unbewusst Probleme und regulieren unsere Stimmung. Laut dem renommierten Max-Planck-Institut verbessert guter Schlaf nicht nur die kognitive Leistung, er fördert auch das emotionale Gleichgewicht. Serotonin (das „Glückshormon“) und Melatonin (das „Schlafhormon“) stehen dafür in engem Austausch. Wer gut schläft, kann Emotionen besser regulieren, wird seltener depressiv – und trifft sogar bessere Entscheidungen. Wem das nicht reicht, dem sei noch eine schwedische Studie ans übermüdete Herz gelegt: Die will herausgefunden haben, dass ausgeschlafene auch attraktiver bedeutet. Hierfür wurden den Testpersonen Fotos von ausgeschlafenen und übermüdeten Menschen zur Bewertung vorgelegt. Das gern zitierte Ergebnis: Müdigkeit macht unsexy.

Wer schläft, sündigt nicht...

... er oder sie regeneriert nur. Schliesslich ist der Mensch keine Maschine, die beliebig lang weiterlaufen kann. Guter Schlaf ist das Fundament für alles: für Leistungsfähigkeit, emotionale Stabilität, körperliche Gesundheit und Ausstrahlung. Wissenschaft hin oder her – guter Schlaf ist am Ende des Tages auch einfach ein Akt der Selbstfürsorge. Deshalb: Ab in die Horizontale, Augen zu und durch(schlafen)! ■

GRATIS KUNSTSTUNDE

Naturschauspiel

Wie heisst es immer so schön? Guten Beispielen sollte man folgen. Deswegen gönnen wir uns **die besten Produkte in Sachen Naturkosmetik** und lassen die Magie auf uns wirken.



Minimalismus für sensible Haut

Die „Clean Beauty“-Serie von i+m Naturkosmetik setzt auf moderne reizarme Pflege: ohne Duftstoffe, Alkohol, Parabene, Silikone, Sulfate oder Mikroplastik. Stattdessen kommen hochwertige Inhaltsstoffe zum Einsatz: Squalan aus Bio-Olivenöl im „Squalan Feuchtigkeitsserum“ schützt die Hautbarriere, Bio-Roshipöl im „Rosehip Facial Oil“ und in der „Rosehip Feuchtigkeitscreme“ unterstützt die Regeneration und Aloe Vera in der „Aloe Vera Reinigungscreme“ spendet Feuchtigkeit.



Wellness für die Kopfhaut

Bürsten aus Kirschholz sind etwas Besonderes. Die „Haarbürste Kirschholz Naturborsten“ von Braun & Wettberg ist aus FSC-zertifiziertem Holz hergestellt und erfüllt damit auch den Nachhaltigkeitsgedanken.



Glänzend schön

Für wunderschöne Nägel voller Farbbrillanz: Mit dem „Terra Naturi Nail Polish colour & shine“ in der Farbe „mauve it!“ nichts leichter als das.



Tooltime

Die Bambuszahnbürsten von Hydrophil bestehen aus schnell nachwachsendem Bambus und BPA- sowie erdölfreien Borsten. Die Zahnbürste „Classic“ reinigt sanft mit geradem Borstenschnitt. Bürste „Premium“ erreicht dank Hoch-Tief-Profil noch besser die Zahnzwischenräume und Bürste „Professional“ sorgt dank Spiral-Filamenten für eine höhere Reinigungseffizienz.

Schon spannend, was im Moment draussen vor unseren Fenstern passiert. Wo gestern noch der Baum voller Lebendigkeit gestrotzt hat, flattern heute schon bunte Blätter langsam zu Boden. Es ist eindeutig Herbst und damit die Zeit, in der die Natur sich auf den Winter vorbereitet. Ein echtes Naturschauspiel. Wir müssen nur aufmerksam hinschauen. Und mal ehrlich: Ist das nicht bemerkenswert? Hierfür benötigt es weder eine aufwendig entwickelte Technik noch Maschinen oder gar Chemikalien. Ganz im Gegenteil: Dies alles passiert von allein und ist dabei noch unglaublich schön anzusehen. Spinnt man das Rad nun weiter, ist es plötzlich das Naheliegendste, genau diese Kraft auch in Sachen Kosmetik zu nutzen. Schliesslich ist alles da, was eine kleine und grosse Veränderung bewirken kann. ✘



Geschenkwelt

So schön war Verschenken noch nie! Mit dem „Pflageset“ von Florex in den Sorten Zirbe, Eisenkraut und Granatapfel liegen Sie immer goldrichtig. Freuen Sie sich auf eine hochwertige Schafmilchseife aus Österreich sowie ein original „Pflageshampoo Hair & Body“ für eine verwöhnende Rundumpflege.



Ausdrucksstarke Blicke, die bleiben.

Die neue Dr. Hauschka Long Lasting Mascara hält, was ihr Name verspricht: beeindruckende Wimpern von morgens bis abends – und das mit 100% zertifizierter Naturkosmetik. Die speziell entwickelte Rezeptur sorgt für bis zu 12 Stunden Halt, ohne zu verwischen, und verleiht den Wimpern zugleich natürliche Pflege und Kontur.

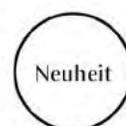
Sie ist das Ergebnis einer intensiven Entwicklungsarbeit und umfangreicher Tests, deren Ziel es war, ein Produkt zu kreieren, das modernen Ansprüchen genügt, und zeigt, dass sich natürliche Inhaltsstoffe, langanhaltende Wirkung und pflegende Eigenschaften nicht ausschließen.

Perfekter Schwung, natürliche Pflege

Die schmal zulaufende Bürste erreicht selbst kürzere Wimpern und gibt ihnen sichtbar mehr Länge und Definition. Die sorgfältig ausgewählten Inhaltsstoffe wie mineralische Farbpigmente, Bienenwachs, Rohrzucker und Schwarztee sorgen für intensive Farbe und pflegende Eigenschaften. Erhältlich in den Farben 01 black und 02 brown, eignet sich die Mascara für jeden Hautton und Wimperntyp.

Natürliche Kraft für betonte Blicke

In der Dr. Hauschka Long Lasting Mascara steckt konzentrierte Kraft aus der Natur: Pflanzenextrakte pflegen die Wimpern sanft und Mineralpigmente sorgen für intensive Farben.



Long Lasting Mascara. 12 Stunden Haltbarkeit, 100% zertifizierte Naturkosmetik.

Egal welche Mascara von Dr. Hauschka du wählst: Du entscheidest dich immer für eine zertifizierte Naturkosmetik, die augenärztlich getestet und auch für empfindliche Augen geeignet ist.

HERBST-WINTER-LOOKS

Neue Saison, neue Trends und neue Frisuren. Jetzt gilt es nicht nur, die Garderobe mit neuen Teilen aufzufrischen und winterfest zu machen, sondern auch unseren Haaren **ein Mini-Makeover** zu verleihen. Wir haben uns für Sie umgesehen und die heissesten Trends ausfindig gemacht.

DER FRISURENKLASSIKER: DER BOB

Eigentlich nie aus der Mode gekommen, aber gerade wieder so en vogue, dass man einfach nicht daran vorbeikommt: am klassischen und grafischen Bob, auch Blunt-Bob genannt. Damit der kastige Schnitt besonders gut zur Geltung kommt, ist diese Frisur vor allem für Frauen mit eher glattem Haar geeignet. Für Extravolumen und damit der Bob richtig schön lässig aussieht, die Haare immer über eine Rundbürste glatt föhnen und anschliessend mit dem Glätteisen perfektionieren.

JE GLATTER, DESTO BESSER: DER SLEEK-LOOK

Definitiv kein Look zum Verstecken ist die Sleek-Variante mit Hochglanzfinish, die wir unter anderem auf dem Laufsteg von Loewe und Michael Kors entdeckt haben. Dafür werden die Haare streng zu einem Dutt im Nacken oder am Oberkopf zusammengebunden und mit einem glänzenden Gel sowie mit Haarspray fixiert, sodass auch garantiert kein Haar verrutschen kann. Der Look funktioniert auch gut in Kombination mit einem Seitenscheitel für den doppelten Trendfaktor. Wichtigste Utensilien zum Nachstylen: Kamm, Haargummi, ggf. Haarklammern oder -nadeln, Gel und Haarspray.

STUFENLOS SCHÖN: CURTAIN BANGS

Ebenfalls ein Klassiker unter den Frisurentrends und ein Dauerbrenner vor allem in der kühleren Jahreszeit sind die Curtain Bangs: eine Ponyfrisur, die das Gesicht sanft umrandet. Für echtes 70er-Jahre-Feeling kombinieren Sie das Ganze noch mit einem Stufenhaarschnitt wie mit dem sogenannten Butterfly Cut, der für Extravolumen und eine natürliche Bewegung im Haar sorgt. Für den perfekten Look die Ponyhaare mit der Rundbürste aus dem Gesicht föhnen. Bei einem Stufenschnitt am restlichen Kopf identisch vorgehen und ggf. noch mit Volumenschäum sowie Texturspray nacharbeiten – das sorgt für mehr Volumen am Ansatz sowie einen modernen undone Look. ✖



DER SEITENSCHIEITEL

Der Seitenscheitel erlebt im Herbst und Winter sein grosses Comeback und ist gleichzeitig unser heimlicher Favorit unter den Trendfrisuren. Warum? Ganz einfach, weil er zu jeder Haarlänge, jedem Schnitt und sowohl zu glattem als auch zu welligem Haar passt. Zudem kann man die Frisur einfach ausprobieren und sehen, wie sich der eigene Look dadurch verändert, ohne gleich zur Schere greifen lassen zu müssen. Ein Stielkamm zum Scheitelziehen reicht völlig aus. Unsere Empfehlung daher: unbedingt testen!

1. Superglatt

Mit der aus zertifiziertem Buchenholz hergestellten „Faller Sleek Brush Haarbürste mit Wildschweinborsten“ wird der superglatte Sleek-Look perfekt.

2. Runde Sache

Mit der hochwertigen Profi-Rundbürste „Medium Round Styling Brush“ von Marlies Möller Professional wird das (Volumen-)Styling von kurzem bis mittellangem Haar zum Kinderspiel.

3. Nachtaktiv

Die „Parsa Beauty Volumen-Papilloten“ zaubern über Nacht voluminöse Blow-out-Locken. Und das alles ganz schonend ohne Hitze. Einfach das Haar über Nacht in die weichen Papilloten einwickeln und am nächsten Tag wartet der perfekte Locken-Look.

4. Profi-Werkzeug

Das „Scherenset Haarschneideschere + Haarschneidekamm“ aus rostfreiem Edelstahl von Hercules Sägemann Triumph Master ist der perfekte Partner, wenn es um einen professionellen Haarschnitt geht.



Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.



FEUCHTIGKEIT & FRISCHE

Die CV HYDRO Hyaluron Express Tuchmaske versorgt die Haut 24h mit Feuchtigkeit und verleiht ihr ein Frische-Kick!

Feine Linien und Trockenheitsfältchen erscheinen gemildert und das Hautbild wirkt belebt und strahlend.



MEGATREND FOLIENNÄGEL

VOLLTREFFER!

Leuchtende Farben, perfekter Glanz, langer Halt und viel Abwechslung: Diese Attribute haben sich lange Zeit nur Profi-Maniküren mit Shellac, Gel oder Acryl aus dem Salon zugeschrieben. Vorbei! **Nagelfolien sind – vollkommen zu Recht – der grosse Hype**, wenn es um perfekte Nägel geht.

Nagelfolien sind hauchdünne selbstklebende Folien, die auf die Nägel aufgebracht werden und in verschiedenen Farben, Texturen und mit unterschiedlichen Mustern erhältlich sind. Zudem gibt es UV-Nagelfolien, die durch ihre extralange Haltbarkeit glänzen, noch robuster sind und dabei genauso einfach in der Anwendung. ✖



1. MISS SOPHIE UV LED LAMPE: Zur Aushärtung von UV-Gel-Nagelfolien in nur 60 Sekunden; funktioniert mit allen Folien und UV-Lacken. **2. DOONAILS BABY BOOMER GEL STRIPS:** Der Megatrend im Milky-Verlauf gelingt so im Handumdrehen – und zwar in Salonqualität und mit makellosem Finish. **3. ANNY QUICK & EASY GEL NAIL STRIPS „FRENCH NUDE“:** Unser Geheimtipp für Nägel in Profi-Qualität. **4. MISS SOPHIE UV GEL NAGELFOLIEN „PARIS JE T'AIME“:** Die perfekte Maniküre in nur zehn Minuten und ein Rot, das bis zu drei Wochen hält.

Nagelfolien auftragen: So geht's

Ohne UV	Mit UV	
Vorbereitung	Vorbereitung	Nägel gründlich reinigen und vollständig abtrocknen. Hier ist es wichtig, dass alle Nagellackreste penibel entfernt werden und die Nagelhaut zurückgeschoben wird. Die saubere und trockene Oberfläche ist essenziell für das Gelingen.
Auswahl	Auswahl	Wählen Sie die passende Grösse der Nagelfolie für jeden Nagel. Dabei sollten die Folien etwas breiter als der Nagel sein.
Auftragen	Auftragen	Folie vom Träger abziehen und mittig und faltenfrei auf dem Nagel platzieren.
Anpassen	Anpassen	Nun die Folie fest auf den Nagel drücken und glätten. Eventuelle Luftblasen lassen sich mit einem weichen Tuch von innen nach aussen beseitigen.
	Aushärten	Sobald alle UV-Nagelfolien auf den Nägeln angebracht sind, werden sie für etwa 60 Sekunden unter einer UV-Lampe ausgehärtet.
Feilen	Feilen	Die überschüssige Folie wird durch sanftes Abfeilen nach unten entfernt.
	Entfernen	Spezielle Tools, Remover-Flüssigkeiten und -Stifte helfen behutsam dabei zu verhindern, dass die oberste Nagelschicht beschädigt wird.

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.



M. Asam®

MAGIC FINISH

ALL EYES ON MAGIC MASCARA

Entdecke unsere Neuheiten für Wimpern wie nie zuvor. Deine Lieblingsmascara jetzt auch in Waterproof – perfekt für den Sommer.

SCHAUM, GEL, FLUID

Saubere SACHE

Cleanser ist nicht gleich Cleanser. Die Vielfalt an Texturen ist riesig: von luftigem Schaum über seidiges Öl bis hin zu cremigen Balms.

Wir stellen Ihnen die beliebtesten Texturen vor und verraten, für welchen Hauttyp sie am besten geeignet sind.

GEL-CLEANSER – DER FRISCHEKICK FÜR ÖLIGE HAUT

Textur: leicht, transparent und angenehm kühlend.

Ideal für: fettige und unreine Haut.

Wirkung: reinigt gründlich und entfernt überschüssigen Talg, ohne die Haut dabei auszutrocknen.

Tipp: Achten Sie auf alkoholfreie Varianten, um die Haut nicht zu irritieren.

SCHAUM-CLEANSER – LUFTIG FÜR EIN REINES HAUTGEFÜHL

Textur: cremiger Schaum oder Mousse direkt aus dem Spender.

Ideal für: normale bis fettige Haut.

Wirkung: sanft, aber effektiv; der Schaum dringt in die Poren ein und reinigt sie porentief.

Tipp: Bei empfindlicher Haut auf sulfatfreie Formulierungen achten, damit die Haut nicht spannt.

REINIGUNGSÖL – SANFT FÜR STARKE MAKE-UP-LOOKS

Textur: reichhaltig, aber nicht fettend.

Ideal für: trockene Haut und starke Make-up-Trägerinnen.

Wirkung: entfernt selbst wasserfestes Make-up und pflegt gleichzeitig mit nährenden Ölen.

Tipp: Das Öl mit etwas Wasser emulgieren – so verwandelt es sich in eine milchige Lotion und lässt sich leichter abwaschen.

REINIGUNGSBALM – DIE PFLEGEBOEMBE

Textur: fest bis wachsartig aus der Dose; der Balm schmilzt auf der Haut zu einem Öl.

Ideal für: reife, trockene oder empfindliche Haut.

Wirkung: besonders sanft, da keine Tenside nötig sind; löst Schmutz und Make-up, ohne zu reiben.

Tipp: Der Balm ist ideal für die Doppelreinigung in Kombination mit einem Gel- oder Schaumreiniger.

REINIGUNGSMILCH – DER KLASSIKER FÜR ZARTE HAUT

Textur: cremig-flüssig, angenehm weich.

Ideal für: trockene und sensible Haut.

Wirkung: mild, ohne die Hautbarriere zu stören; entfernt sanft leichte Verschmutzungen.

Tipp: Reinigungsmilch mit einem feuchten Wattepad oder einem Tuch abnehmen, um Rückstände zu vermeiden.

MIZELLENWASSER – SCHNELL FÜR ZWISCHENDURCH

Textur: wie klares Wasser, aber mit Mikropartikeln.

Ideal für: alle Hauttypen, besonders für Eilige.

Wirkung: zieht Make-up und Schmutz magnetisch an – ganz ohne Abspülen.

Tipp: Es ist perfekt für unterwegs oder als erster Schritt vor der eigentlichen Reinigung. ■



VÖLLIG LOSGELÖST

Das „Make-up Removal Cleansing Oil parfümfrei“ von Weleda entfernt mit Bio-Hamamelis und Aprikosenöl auch wasserfestes Make-up.



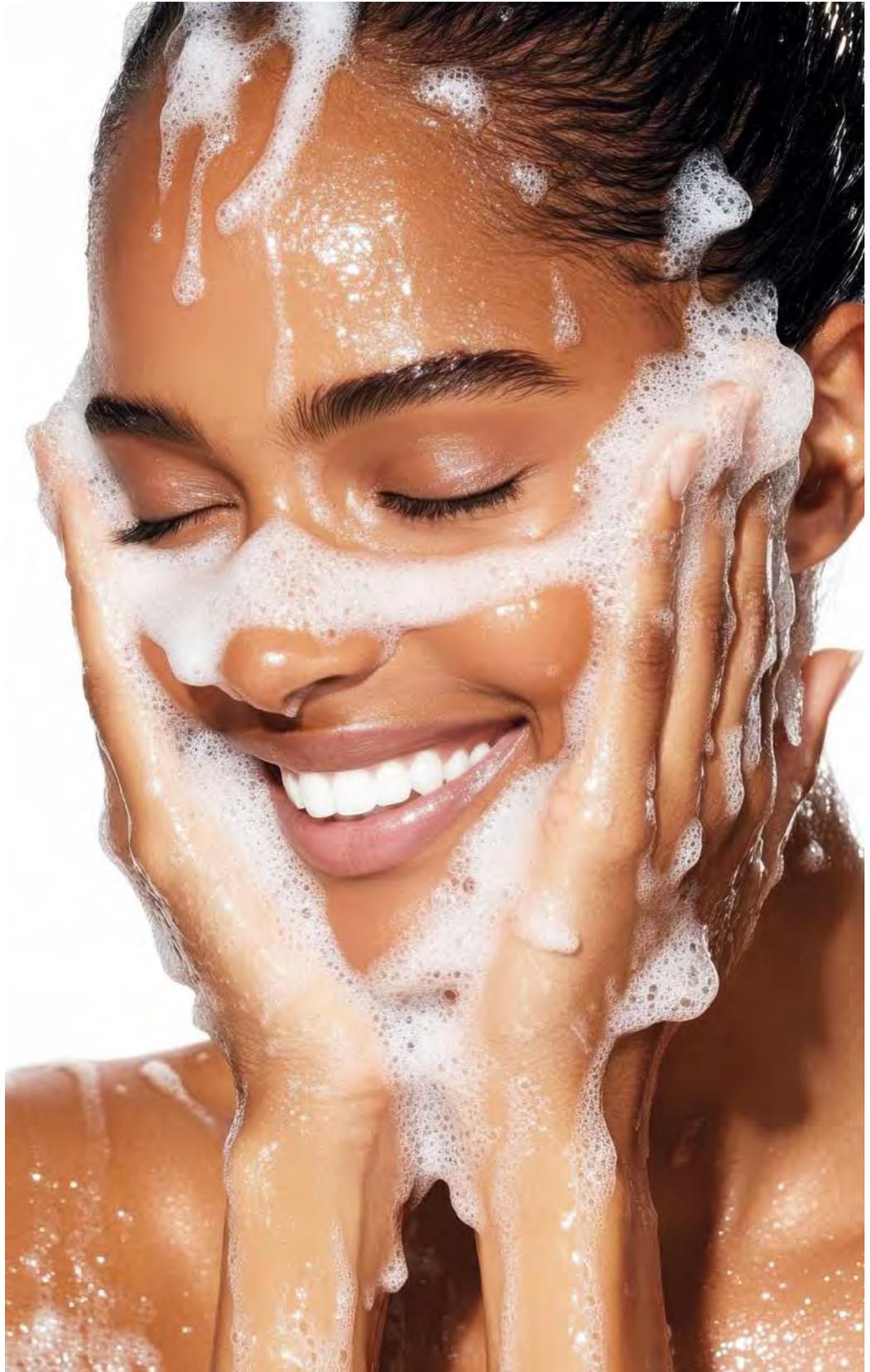
ZWEI IN EINEM

Make-up-Entferner und Reinigungswasser in einem: Das „Dr. Grandel Micell Cleansing Water“ sorgt für ein reines Hautgefühl.



TIEFENWIRKSAM

Der „Deep Clean Gel Cleanser“ von Bio:Vegane befreit die Haut von Make-up, Schmutz und Talg – für ein Gefühl wie neugeboren.





GESCHMEIDIG, GEPFLEGT, GUT

Bartöle

*Die wichtigste Nachricht direkt vorweg: Bart oder noch kein Bart – für die Verwendung von Bartöl ist das irrelevant. Denn: **Bartöl pflegt nicht nur das Haar, sondern auch die Haut darunter.***

Wir haben die ultimativen Tipps des Barbers.

fühlen



ÖLMIX

Wertvolle Öle aus Argan, Mandeln und Sonnenblumen im „Beard Oil for men only“ von benecos pflegen die Bartpracht und die Haut superweich.



SAUBERE SACHE

Das „ManCave Blackspice Beard Wash“ verwendet Teebaumöl, um unerwünschte Verunreinigungen aus Ihrem Bart und von der darunterliegenden Haut zu entfernen.



TIEFWIRKSAM

Die reichhaltige Formel des „L'Oréal Men Expert BarberClub Bartöls für Haut & Bart“ mit ätherischem Zedernholzöl entwirrt, stärkt und pflegt den Bart bis in die Spitzen.



KRÄFTIGEND

Das „Men 2-Phasen Bart-Öl“ von Annemarie Börlind mit pflanzlicher Wirkstoffpower macht den Bart leicht kämmbar, kuschelweich und kräftigt dabei gleichzeitig die Gesichtshaut.



HOCHWIRKSAM

Das „Weleda Men 5in1 Multi-Action Serum“ ist eine hochwirksame Pflege, die 24 Stunden Feuchtigkeit spendet und die Zellerneuerung der Haut anregt.

Hingabe, Zeit und Handarbeit

Barber, die ihren Ursprung im alten Ägypten und bei den Römern haben, beschäftigen sich nicht nur mit der Rasurkunst, sondern auch mit der Pflege von Bart und Männerhaut. Im Mittelalter waren „Barbiere“ oft auch Chirurgen, die kleinere medizinische Eingriffe durchführten. Die klassischen rot-weiss-blauen Barber-Poles (Barberpfosten) stammen aus genau dieser Zeit: Rot steht für Blut, Weiss für Bandagen und Blau oft für die Adern. Heute pflegt, stylt und verwöhnt der Barber – und der Barber-Pole ist Retro-Deko.

Männer, die sich pflegen ...

Die Pflege des Barts ist mehr als Routine, Bartpflege ist mittlerweile Lifestyle. Bartöl, Balsam, Shampoo, Kämmen und Bürsten sind lange nicht mehr nur Arbeitswerkzeug des Barbers. In jedem gut sortierten Badezimmerregal findet sich mindestens eines der genannten Produkte. Unser Tipp? Bartöle. Sie enthalten eine Mischung aus natürlichen Pflanzenölen und ätherischen Ölen und verleihen dem Bart einen gesunden Glanz, während die Haut darunter mit Feuchtigkeit versorgt wird. Wer gerade erst den Bart wachsen lässt, wird Bartöl zu schätzen lernen, weil es Juckreiz und Schuppenbildung vermindert – was beides oft beim Bartwachstum auftritt.

... sind anderen überlegen!

Ob frisch gestutzter Dreitagebart, Retro-Schnauzer oder stolzer Vollbart: Spätestens sobald die Bartlänge die Stoppeln überschreitet, sollten Sie Bartöl verwenden. Es verhindert nicht nur Irritationen und Entzündungen der Haut, sondern gibt dem Bart auch alles, was er braucht, um dicht und kräftig zu wachsen. Wertvolle Öle wie Argan-, Jojoba- und Mandelöl pflegen und nähren Haut und Haar nach allen Regeln der (Barber-)Kunst. ✘

Solida

STYLE



STILVOLLE DETAILS FÜR INDIVIDUELLE LOOKS

Haarschmuck, der das Styling auf den Punkt bringt



Style with your Heart

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.

EIN LEBEN LANG

Gesunde.. ZÄHNE

Am 25. September ist wieder Tag der Zahngesundheit –
ein guter Anlass, um einmal innezuhalten und sich
zu fragen: Wie geht es eigentlich meinen Zähnen? Denn
Zahnpflege beginnt viel früher, als viele denken.

Viele Eltern sind überrascht: Schon ab dem ersten Milchzahn sollte mit dem Zähneputzen begonnen werden – am besten zweimal täglich mit einer kleinen Kinderzahnbürste und einer fluoridhaltigen Zahnpasta. Die Milchzähne sind zwar nicht „für immer“, aber sie bilden das Fundament für die bleibenden Zähne. Frühkindliche Karies ist leider nach wie vor verbreitet. Sie entsteht oft durch zuckerhaltige Getränke im Fläschchen, unzureichende Zahnpflege oder zu seltene Zahnarztbesuche. ❌



STATT CHEMIE

Setzen Sie mit der natürlichen Zahnpflege von Weleda auf echte Kräuterkraft. Ohne Fluorid oder Chemie schaffen das „Salbei Zahnfleischbalsam“, das „Kinder Zahngel“ sowie das „Ratanhia Mundwasser“ Mundhygiene mit der Kraft aus der Natur.



AM 25. SEPTEMBER
IST TAG DER
ZAHNGESUNDHEIT



UMWELTFREUNDLICH

Mit den nachhaltigen „Bambus Zahnseide-Sticks“ von Hydrophil gleiten Sie durch enge Zwischenräume und entfernen Speisereste im Handumdrehen auf besonders umweltfreundliche Weise.



STRAHLENDE ZÄHNE

Die „Hydrophil Zahnbürste Classic medium“ sollte in keinem Badezimmer fehlen. Der klassische Borstenschnitt hält die Zähne strahlend sauber und schont dabei auch noch die Umwelt.



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

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.

ZAHNPFLEGE IM FAMILIENALLTAG – SO KLAPPT'S

1 ZÄHNEPUTZEN ALS FAMILIENRITUAL

Gerade kleine Kinder lernen durch Nachahmung. Wenn Eltern morgens und abends gemeinsam mit ihren Kindern Zähne putzen, wird Zahnpflege ganz selbstverständlich.

2 „NACHPUTZEN“ IST PFLICHT

Bis etwa zum achten Lebensjahr sollten Eltern die Kinderzähne immer nachputzen, da die Feinmotorik der Kleinen noch nicht ausreicht, um die Zähne gründlich zu reinigen. Erst wenn das Kind sicher in Schreifschrift schreiben kann, kann es auch seine Zähne gründlich putzen.

3 ZAHNFREUNDLICHE ERNÄHRUNG

Weniger Zucker, mehr frisches Obst und Gemüse, ausreichend Wasser – so bleiben Zähne (und Körper) gesund. Auch das richtige Kauen stärkt die Zahn- und Kieferentwicklung.

4 ZAHNARZTBESUCHE VON KLEIN AUF

Kinder sollten ab dem ersten Zahn (spätestens aber ab dem ersten Geburtstag) regelmässig zum Zahnarzt. Das schafft Vertrauen, nimmt Ängste – und ermöglicht frühzeitige Vorsorge.

AJONA Medizinisches Zahncremekonzentrat für Zähne, Zahnfleisch und Zunge

Ajona wirkt – das fühlt und schmeckt man.



SEIT JEHER **OHNE TITANDIOXID**

Klinische Studien* belegen: Ajona reduziert Plaque um 80 Prozent und reinigt dabei gründlich und besonders sanft mit RDA-Wert 30**.

Das Ergebnis: Gesunde, saubere Zähne, kräftiges Zahnfleisch, reiner Atem und eine lang anhaltende, sehr angenehme Frische im Mund.

- ✓ antibakteriell und anti-Plaque
- ✓ natürliche Inhaltsstoffe
- ✓ entzündungshemmend
- ✓ remineralisierend
- ✓ perfekt für elektr. Zahnbürsten
- ✓ nachhaltiges Zahncremekonzentrat

* Klinische Anwendungsstudie unter dermatologischer und dental-medizinischer Kontrolle, dermatest 11/2021
** RDA ist der Abriebwert einer Zahncreme. 30 = sehr sanft. Mehr Infos: www.ajona.de/rda





s.Oliver

Let's get cozy

Kuschelsocken von s.Oliver – für Sie, für Ihn, für Alle.

ONSKINERY
EVERYDAY BODY & LEGWEAR

SHAPEWEAR

Schmale Silhouette

Sie sorgen in Sekundenschnelle für eine wohlgeformte Silhouette und sind der Partner in Crime, wenn es um figurbetonte Kleidung geht. Die Rede ist natürlich von Shapewear. **Was sie alles kann und worauf Sie beim Kauf achten sollten, bitte weiterlesen!**

DIE EFFEKTFORMEL

Shaping ist nicht gleich Shaping. Während Leggings und Strumpfhosen vor allem für definierte Beine sowie je nach Bundhöhe für einen festen Po und eine wohlgeformte Hüfte sorgen, können High-Waist-Modelle, also Modelle, die bis zur Körpermitte reichen, zudem die Taille und den Bauch perfekt in Form bringen.



fühlen



FOREVER.
FASTER.



Po-Tastisch

Die „Bottom Up“-Strumpfhose von Orobλου in 40 den sorgt nicht nur für Endlosbeine, sondern auch für einen wohlgeformten Po.



Trick 17

Das „Glättende Formende Bauchweg Höschen“ von No-Mi verschwindet unsichtbar selbst unter den schmalsten Schlauchkleidern und sorgt für eine schöne Silhouette.



Formend

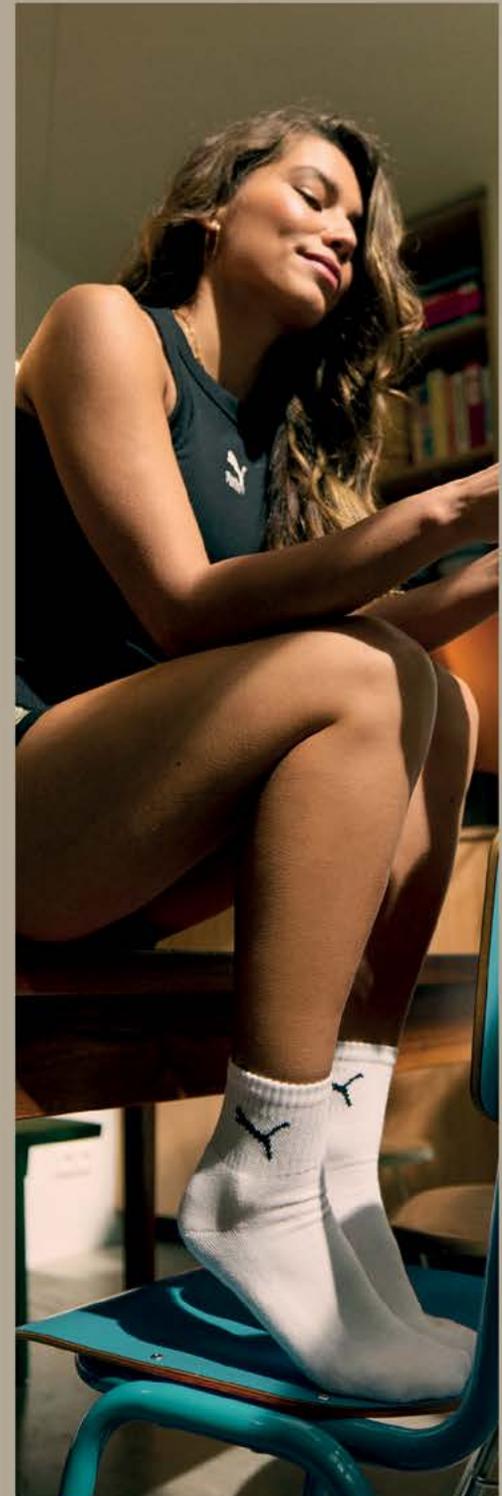
Die „DIM Perfect Shape Sensation“-Strumpfhose mit abgestufter Stützfunktion verspricht unermüdlische Beine, die zum Dahinschmelzen perfekt aussehen.



Leichte Beine

Die „Leg Control 40“-Strumpfhose von Kunert mit Stützklasse 1 – für schwerelose Beine den ganzen Tag.

Strumpfhosen und Leggings mit Shapeeffekt formen optisch durch reines Tragen die Figur und sorgen so vor allem unter leichten Stoffen wie Seide und bei figurnahen Schnitten für ein ebenmässiges und straffes Äusseres. Durch gezielte Stützfunktionen können sie zudem einzelne Körperregionen wie den Po pushen. Und das genau dann, wenn wir es gerade benötigen. Einfach Strümpfe anziehen und fertig! Und keine Angst, am Mythos von gesundheitlichen Beeinträchtigungen ist nichts dran: Wenn Sie sich für ein passendes Modell entscheiden, brauchen Sie sich auch über Verdauungsprobleme und Co. definitiv keine Gedanken zu machen. Wichtig nur: Wählen Sie Ihr Lieblingsmodell nicht zu klein, sonst kann sich der Bund nach unten rollen oder es kann schnell zwicken. Das ist dann nicht nur nervig, sondern zerstört am Ende sogar den ebenmässigen Look. Zu gross sollte die Shapewear allerdings auch nicht sein, sonst geht der Effekt ebenfalls verloren. Hier heisst es: ausprobieren. Ein Muss ist das Tragen von Shapewear natürlich nicht! Es kann aber dazu beitragen, sich gerade in hautengen Kleidungsstücken wohler und damit auch selbstbewusster zu fühlen. ■



AUF ENTDECKUNGSREISE

Glück to go

Glück ist zum Teilen da! Denn wie sagte Albert Schweitzer einst:
„Das Glück ist das Einzige, was sich verdoppelt, wenn man es teilt.“
 Und von diesem Glück haben wir hier mehr als genug.

Es gibt Dinge, von denen kann man einfach nicht genug bekommen: Sonne, Freunde, nette Kollegen und Kolleginnen und natürlich Gesundheit. Neben diesen immateriellen Glücksbringern können aber auch unzählige andere kleine und grosse Dinge dafür sorgen, dass wir uns besser fühlen – indem sie uns auf ihre ganz eigene Art und Weise ein Lächeln ins Gesicht zaubern. Eine kleine Auswahl an Glücksbringern finden Sie direkt hier. ✕



REGENERIEREND

Das Aufbauserum „SOS Nail Repair“ von alessandro sorgt für stärkere und widerstandsfähige Nägel in nur wenigen Tagen. Die spezielle Formel mit Biotin, Fruchtsäure und marinem Silizium verbessert die Nagelstruktur, regeneriert, stärkt und baut den Nagel auf – und das schon nach wenigen Tagen.



FORMVOLLENDET

Ob Statementkette mit Buchstaben-Anhänger mit Gold-Plating, angesagte Gliederohrringe mit funkeln den Strasssteinen mit Gold-Plating oder verspielte Creolen mit Perlen mit Silver-Plating: Mit den eleganten Accessoires von accessories verwandeln Sie jedes schlichte Outfit im Handumdrehen in einen bezaubernden Hingucker.

Neu

LIMITED EDITION



Verlockend leckerer Duft

Aber nur für die Haut



Let's change beauty



STRAFFT DIE V-KONTUR

Die Ampulle „Forever 39“ von Dr. Grandel enthält ein Wirkstoffkonzentrat mit Rubin für einen strahlenden Teint. Die Ampulle festigt die V-Kontur und verleiht der Haut neue Spannkraft.



GUT GESCHÜTZT

Mit der „Deo Creme“ mit feinem Orange-Vanille-Duft von i+m sind Sie den ganzen Tag lang vor unangenehmen Gerüchen und Achselnässe geschützt und fühlen sich sicher.



NEU FÜR TROCKENES HAAR

Das „ogx Bond Protein Repair 3-in-1 Oil Mist“ lässt sich dank des Applikators superleicht aufsprühen. Es spendet intensiven Glanz, zähmt Frizz, glättet und stärkt das Haar und verbreitet einen angenehm zarten Duft.



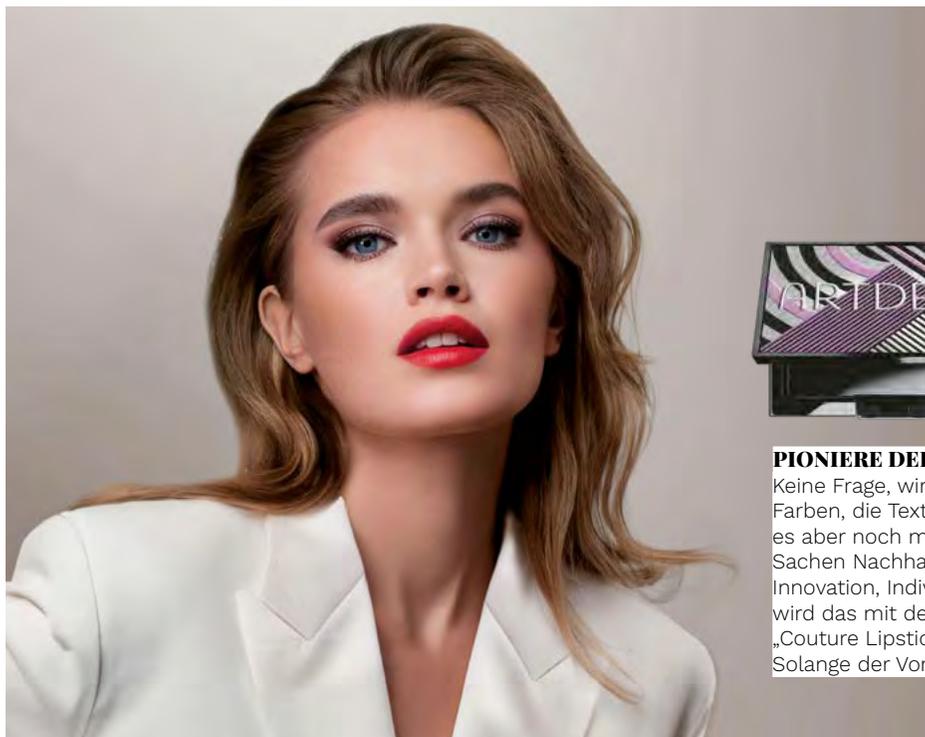
TRAUMTEINT

Hyperpigmentierungen, ob durch Sonne oder hormonelle Veränderungen, sind hartnäckig, aber nicht unbezwingbar. Mit den innovativen Lösungen für Pigmentflecken und UV-Schutz von AHAVA wird das Hautbild gleich doppelt gestärkt. Das „Dark Spot Correcting Serum“ und die „Dark Spot Correcting Gel Cream“ enthalten den leistungsstarken Lucent-Boosting™ Complex, kombiniert mit dem Hautaktivator Osmoter™, und reduzieren sichtbar dunkle Flecken für einen wunderbar gleichmässigen Teint.



NEU! SKINABLE BY CV

Der Name „Skinable“ kombiniert „Skin“ (Haut) mit „-able“ (fähig) und steht für Pflege, die optimal auf die Bedürfnisse der Haut abgestimmt ist. Mit hochwirksamen Inhaltsstoffen bieten die Formulierungen gezielte Lösungen für jede Hautsituation – von Feuchtigkeit und Regeneration bis hin zu Beruhigung und Schutz. Skinable versorgt die Haut mit genau dem, was sie braucht, ohne sie zu belasten. Effektiv, individuell und hautverträglich: zum Beispiel „Skinable Calming Liquid Toner“, „Skinable Barrier Repair Creme“, „Skinable AHA Liquid Refiner“ und Skinable Soft Peeling Cleanser“ (v. l.).



PIONIERE DER NACHHALTIGKEIT

Keine Frage, wir lieben Artdeco! Für die Produktvielfalt, die Farben, die Texturen und die unglaubliche Qualität. Wofür es aber noch mal Applaus gibt, ist die Pionierleistung in Sachen Nachhaltigkeit. Seit 40 Jahren steht Artdeco für Innovation, Individualität und ikonische Looks. Gefeierte wird das mit der limitierten „Beauty Box Quattro“ und dem „Couture Lipstick Case“ mit einem Preisvorteil von 40 %. Solange der Vorrat reicht.

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.

-47%
Juckreiz



Bei fettigen Schuppen und juckender Kopfhaut.

Unsere Spezial-Linie mit Weidenrinde hilft bei allgemeinen Kopfhautproblemen wie Juckreiz und Rötungen, bekämpft die Ursache von Schuppen und verhindert bei regelmässiger Anwendung die Bildung von neuen Schuppen.

INTERVIEW

Good Vibes

Gute Laune ist mit der neuen goovi-Beautyserie rund um Nahrungsergänzungsmittel, Pflege und dekorative Kosmetik von Michelle Hunziker garantiert. **Zum Launch der Naturkosmetiklinie haben wir die Powerfrau in München getroffen.**

Lifestyle: Als Powerfrau – du bist Moderatorin, Entertainerin, Unternehmerin und Mama – ist Zeit dein wertvollstes Gut. Dennoch: Wie sieht deine Pflegeroutine aus?

Michelle Hunziker: Meine Pflegeroutine beginnt direkt am Morgen, noch vor sechs Uhr. Ich nehme mir Zeit für mich, mache ein paar Dehnübungen, trinke einen halben Liter Wasser, reinige mein Gesicht, um anschliessend meine Produkte in die Haut einzumassieren. Eine Massage ist neben wirksamen Produkten nämlich ideal, um die Konturen zu straffen. Danach wecke ich meine Kinder, damit wir gemeinsam frühstücken.

Wie viel von Michelle steckt in goovi?

Eigentlich alles. goovi ist wie ein Kind für mich. Ich bin bei der gesamten Entwicklung – von der Idee bis zum finalen Produkt und Packaging – immer mit dabei. Das war für mich Voraussetzung, als ich mit meinem Partner die Idee zu goovi hatte. Ich nutze auch jedes Produkt selbst.

Wie würdest du goovi in drei Worten beschreiben?

Good. Natural. Easy.

Warum brauchen wir alle goovi? Was kann goovi, was es bisher noch nicht gab?

goovi ist nicht nur eine Marke, es ist ein Lebensstil. Einfach „good vibes“. Es ist schön, es im Leben zu haben. goovi ist easy und schnell. Schliesslich habe auch ich keine Zeit für 50 Beauty-schritte. Das Ergebnis soll deswegen aber nicht weniger gut sein.

Apropos Freude: Was löst bei dir goovi, also „good vibes“, aus?

Ganz viel. Gute Laune, meine Kinder, meine Familie, ein schöner Sonnenuntergang, Lachen mit meinen Freundinnen, ausgehen, tanzen, mein Job, Ehrlichkeit, Grosszügigkeit, Liebe – eigentlich das Leben, die Natur ...



VERJÜNGEND

Das „Be my Berry nol Serum“ von goovi mit Bakuchiol und Peptilium® aus Preiselbeeren sorgt für den ultimativen Anti-Falten-Effekt.



goovi ist nicht nur eine Pflegelinie und dekorative Kosmetik, sondern auch Nahrungsergänzungsmittel. Inwiefern kommt Schönheit von innen?

Für mich bedeutet Schönheit, gesund zu sein. Das ist deshalb auch mein Ansatz. Egal, welche Beautyziele man erreichen möchte, es muss immer von innen kommen. Es wirkt einfach alles zusammen. Dazu gehört auch, sich selbst zu lieben. Cellulite bekämpft man beispielsweise nicht einfach nur mit einer Creme, da gehört auch ein guter Lebensstil dazu – gesundes Essen, Bewegung – und dann kann man gezielt mit Nahrungsergänzungsmitteln sowie mit Körperpflege und Make-up unterstützen.

Wenn du jungen Frauen einen Beautytipp geben könntest, welcher wäre das?

Nimm dir mehr Zeit für dich, dadurch wirst du selbstbewusster – und das ist die Basis für innere und äussere Schönheit. ❖



SCHÖNHEIT VON INNEN
Die vegane und zuckerfreie Trinkformel der „Flüssigen Nahrungsergänzung Shape your Booty“ von goovi lässt Cellulite keine Chance.



STRAFFEND
Straffend und tonisierend wirkt das vegane „Shape your Booty Cellulite Intensivpflege-Serum“ von goovi mit Koffein sowie Kalkrotalgen- und Rosa-Pfeffer-Extrakt.

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.

Satisfyer Pro 2 Kiss – Leise. Intensiv. Revolutionär.

Entdecke den neuen Maßstab für Druckwellenstimulation: **Der Pro 2 Kiss** überzeugt mit leiser Magnetic Power Engine und individuell einstellbarer Membran – **für Genuss genau nach deinem Gefühl.**

Mit insgesamt **11 Druckwellenintensitäten** pro Position der Membran bietet der Pro 2 Kiss **33 verschiedene Programme**, sodass sowohl Anfänger als auch erfahrene Satisfyer-Nutzer mit diesem kleinen Luftimpuls vibrator Spass haben werden.

Mit wasserdichtem Design (IPX7) und USB-C-Ladung ist er immer bereit, wenn du es bist.

Satisfyer Pro 2 Kiss – Ein Kuss, der unter die Haut geht.



Einfach glücklich

Was wäre, wenn Sie sich keine Gedanken mehr über Ihren Einkauf machen müssten? **Wenn Sie einfach immer die richtige Wahl treffen würden?** Ganz klar! Sie wären erleichtert und glücklich! Denn die so gewonnene Zeit könn(t)en Sie ab sofort für jede Menge anderer schöner Dinge nutzen.

Doch wie kann man auf den allerersten Blick erkennen, ob ein Produkt auch wirklich den eigenen Anforderungen gerecht wird? Na, an der orange-farbenen Müller-Blüte auf den Produkten des gesamten Müller-Sortiments: von der Babywindel bis hin zur Anti-Falten-Creme in Bio-Qualität. All diese Produkte schaffen nämlich genau das, was kaum jemand kann, aber alle wollen: Sie verbinden erstklassige Qualität mit einem mindestens genauso erstklassigen Preis. Und das bedeutet eindeutig Glück für uns als Kunden. Entscheidung leicht gemacht! ✖



SANFT ZUR HAUT

Die „Mandelölseife“ von Pflanzenkosmetik von Müller ist ideal bei trockener und empfindlicher Haut und sorgt für spürbare Geschmeidigkeit.



NATURBELASSEN, WOLKENWEICH

Gut für Haut und Umwelt: Die „Duchesse Nature Watte pads“ bestehen aus 100 % ungebleichter, GOTS-zertifizierter Bio-Baumwolle.



PERLEND

Die „Bio Primo Bio Knusperperlen“ mit Kräutern sind ein abwechslungsreicher herzhafter Snack zwischendurch.



TÄGLICHER KARISSCHUTZ MIT PERFEKTEM GESCHMACK

Bei der „SensiDent Zahncreme Mighty Mint Pistacchio“ trifft frisches Minzaroma auf Pistazie und ergibt ein aussergewöhnliches Geschmackserlebnis.





GLOW & SCHUTZ

- Die CV VITAMIN C Serie spendet intensive Feuchtigkeit, verbessert das Hautbild und schützt vor äusseren Umwelteinflüssen.
- Der Teint erscheint ebenmässiger und strahlend schön.



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

Tipp
4U

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



TILL BRÖNNER
„Italia“
(Edel)
Jetzt bei Müller



THE BOSSHOSS
„Back To The Boots“
(Warner)
VÖ: 19.09.



BRYAN ADAMS
„Roll With The Punches“
(Indigo)
Jetzt bei Müller



SWISS & DIE ANDERN
„Punk ist tot“
(Warner)
Jetzt bei Müller



BEATRICE EGLI
„Hör nie auf damit“
(Sony)
VÖ: 03.10.



MACHINE GUN KELLY
„Lost Americana“
(Universal)
Jetzt bei Müller



SABRINA CARPENTER
„Man's Best Friend“
(Universal)
Jetzt bei Müller



HELENE FISCHER
„Die schönsten Kinderlieder – Tanzen & Feiern“
(Universal)
Jetzt bei Müller



BEN ZUCKER
„Kämpferherz“
(Universal)
VÖ: 02.10.



FALCO
„Falco 3 (Deluxe)“
(Sony)
VÖ: 10.10.



ANNA R.
„Mut zur Liebe“
(Sony)
VÖ: 10.10.



NINA CHUBA
„Ich lieb mich, Ich lieb mich nicht“
(Sony Music)
VÖ: 19.09.

DVD und Blu-Ray-Disc



GUNS UP
(WVG)
Jetzt bei Müller



FINAL DESTINATION 6 – BLOODLINES
(Universal)
Jetzt bei Müller



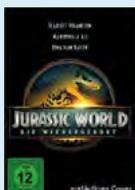
MISSION: IMPOSSIBLE – THE FINAL RECKONING
(Universal)
VÖ: 16.10.



LILO & STITCH
(Disney/Leonine)
Jetzt bei Müller



VOILÀ, PAPA! – DER FAST PERFEKTE SCHWIEGER-SOHN
(Lighthouse)
VÖ: 26.09.



JURASSIC WORLD – DIE WIEDER- GEBURT
(Universal)
VÖ: 02.10.



BALLERINA
(Leonine)
VÖ: 26.09.



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

erleben



„ES GIBT REICHTÜMER, AN DENEN MAN ZUGRUNDE GEHT, WENN MAN SIE NICHT MIT ANDEREN TEILEN KANN“

„Momo“, Michael Ende

ZEITLOSER KLASSIKER

Endlich: Eine neue Generation darf **die fantastischen Geschichten von Michael Ende** kennenlernen. Und während „**Die unendliche Geschichte**“ noch etwas auf sich warten lässt, folgt auf die megaerfolgreichen „**Jim Knopf**“-Verfilmungen jetzt endlich die Neuverfilmung von „**Momo**“ (Constantin Film, ab 2. Oktober im Kino). Auch hier darf die kleine Momo es mit den grauen Herren von der Zeitsparkasse aufnehmen. **Wir sind uns sicher, dass die Neuverfilmung jede Minute unserer kostbaren Zeit wert ist.**

Die unendliche Geschichte (Universal)

Immer noch ein Klassiker des modernen Fantasy-Films: Wolfgang Petersens Adaption von „Die unendliche Geschichte“. Zeitlos gut!



Momo – Galakto-Token (Edel)

„Momo“ als über zweistündiges Hörspiel-Token für den ultraleicht zu bedienenden Galakto-Player. Bestens investierte Zeit, würden wir sagen.

NEUHEITEN

POPKULTUR

Alles Neue macht der Herbst – zumindest in Sachen multimedialer Unterhaltung. Ob Kinoblockbuster, Gaming-Highlights oder Musik-Ikonen: Sie alle wollen nach der grossen Sommerpause nur eines: **uns zu Begeisterungstürmen hinreissen**. Dem Drang geben wir gerne nach...



QUADRATE UND RHOMBEN

„Dort, wo die Sonne aus gebündelten Laserstrahlen scheint und Leben in sich aufsaugt, wo Farben zur Bedrohung werden, wo Unendlichkeit in Quadrate und Rhomben aufgeteilt wird, dort ist die Welt von Tron.“ 1982 hat Disney erstmals das Innere des Computerzeitalters für uns heraufbeschworen und KI gefährliche Wirklichkeit werden lassen. Fast 30 Jahre später folgte mit „Tron: Legacy“ das von Daft Punk audiovisionär untermalte Sequel. An das sich **ab dem 9. Oktober** endlich „Tron: Ares“ (Disney) in unseren Kinos anschliesst. Hier machen die Programme endgültig rüber in unsere Welt. Und abermals wird das visuelle Spektakel eindrucksvoll untermalt. Diesmal von den legendären **Nine Inch Nails**, die den Soundtrack erneut zur eigenen Kunstform erheben. Natürlich auch bei Müller.



HIGH FIVE ... Die fünf Fernostlieblinge unserer Redaktion (am 02.10. erscheint „Ghost of Yotei“, PS5!)



GHOST OF TSUSHIMA – DIRECTOR'S CUT (SONY)

Der gefeierte Vorgänger zum Samurai-Spiel (jetzt bei Müller).



BLACKPINK – BORN PINK (YG ENTERTAINMENT)

Die Quintessenz von K-Pop in nur einer Box (jetzt bei Müller).



ASSASSIN'S CREED: SHADOWS (UBISOFT)

Eine Kult-Gamingreihe erfindet sich neu (jetzt bei Müller).



SHOGUN (UNIVERSAL)

Schon vor der Disney-Serie ein TV-Ereignis: mit Richard Chamberlain (jetzt bei Müller).



RISE OF THE RŌNIN (SONY)

Actionlastiges Samurai-Spektakel (jetzt bei Müller).



FRECHHEIT SIEGT

Das hawaiianische Mädchen Lilo und ihr extraterrestrischer Sidekick Stitch gehören zu den beliebtesten Trickfilmhelden der jüngeren Disney-Vergangenheit. Kein Wunder, dass es nun auch „Lilo & Stitch“ (Disney/Leonine, jetzt bei Müller) zu Realfilm-Ehren gebracht hat. Neu ist die Interaktion echter Schauspieler mit dem digitalen ausserirdischen Frechdachs, geblieben ist die herzerwärmende Story, in der Familie immer noch das Allerwichtigste ist. Eine mehr als gelungene Neuauflage für alte und neue, grosse und kleine Fans der Originalfilme.

HERZ, HALTUNG & HARIBO

Festhalten, Ladies (und Gentlemen) – wir müssen jetzt ganz stark sein. Eben erst ist nach sechs gefeierten TV-Staffeln und zwei Kinofilmen „Das grosse Finale“ von „Downton Abbey“ (Universal) in unseren Kinos ange laufen. Für uns Grund genug, ein kleines Survivalpack für den Kinobesuch zu schnüren. Deshalb – without further ado (ohne langes Federlesen) – fünf essenzielle Begleiter für den letzten Besuch auf „Downton Abbey“:

- 1. Haribo Wine Gums**
Weinen mit Stil und nach englischem Originalrezept aka very british Weingummi.
- 2. Tempo Taschentücher Klassik**
Für den letzten tränenfeuchten Abschiedsgruss an die (mittlerweile verstorbene) Dowager Countess of Grantham Violet Crawley (Maggie Smith).
- 3. Müllers Teestube Earl Grey**
So adelig wie die Crawleys, so entspannend anregend wie eine Partie Bridge.
- 4. WMF Thermobecher Travel Mug Impulse 0,3 l**
Wenn schon Tee mitnehmen, dann elegant und stilvoll in diesem Thermobecher.
- 5. L'Oréal Paris Mascara Double Extension wasserfest**
Weil auch Lady Mary nie die Fassung verliert – und schon gar nicht ihre Mascara.



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

ZAUBERHAFFE TIERWELT

Darum lieben unsere Kinder „DIE SCHULE DER MAGISCHEN TIERE“

Pünktlich zum Start des neuesten Filmabenteuers rund um die tierisch zauberhafte Wintersteinschule **lassen auch wir die magischen Tiere sprechen.**

Sprechende Füchse, weise Schildkröten, besserwisserische Chamäleons – magische Tierwesen gehören längst zum festen Inventar der Kinderzimmer-Fantasie. Nicht erst seit „Momo“ (Kassiopeia), „Der goldene Kompass“ oder „Harry Potter“ sind sie dabei auch Lehrer, Beschützer, manchmal sogar Spiegel der Seele. Geschichten über Kinder und ihre tierischen Gefährten verknüpfen Abenteuer mit Freundschaft und Magie mit Selbstfindung – und genau das scheint sie unwiderstehlich zu machen. In dieser Tradition steht auch die deutsche Erfolgsreihe „Die Schule der magischen Tiere“, die mittlerweile nicht nur Bücherregale füllt, sondern auch Kinoleinwände im Sturm erobert hat.

Magie trifft Mittelschule

Was Margit Auer mit ihrer Buchreihe gelungen ist, ist mehr als nur gute Unterhaltung: „Die Schule der magischen Tiere“ fängt das Lebensgefühl von Grundschulern mit erstaunlicher Präzision ein – samt Unsicherheiten, kleinen Mutproben und dem Wunsch, einfach nur gesehen zu werden. In der Wintersteinschule gibt es darüber hinaus eine Besonderheit: Wer vom geheimnisvollen Mister Mortimer Morrison (Milan Peschel) als würdig befunden wird, bekommt ein magisches Tier zur Seite gestellt. Diese Tiere – von der klugen Schildkröte Henrietta bis zum lebenslustigen Pinguin Juri – können sprechen, denken und helfen ihren Kindern dabei, das Leben zu meistern.

Lesestoff mit Sogwirkung

Knapp zehn Millionen verkaufte Bücher, Übersetzungen in 26 Sprachen, Leseförderpreise und begeisterte Lehrerinnen und Lehrer bestätigen: Auer hat ein Erfolgsrezept gefunden. Ihre Bücher sind leicht lesbar, aber nie banal. Sie vermitteln Werte wie Zusammenhalt, Mut und Offenheit, aber ohne erhobenen Zeigefinger. Und vor allem: Sie nehmen die Gefühle der Kinder ernst. Jeder Band erzählt die Geschichte eines anderen Kindes –



mit Wiedererkennungsgarantie für alle, die je zwischen Matheprüfung, Pausenplatz und ersten Gefühlen jonglieren mussten.

Vom Klassenzimmer ins Kino

Den Sprung auf die Leinwand hat der Erfolgsstoff bereits 2021 geschafft. Schon die erste Verfilmung lockte knapp zwei Millionen Besucher in die Kinos, Teil zwei (2022) und drei (2024) toppten das Ergebnis jeweils sogar. Familienfreundlich, fantasievoll und mit aufwendiger Technik realisiert (CGI-Tiere inklusive), überzeugen die Filme nicht nur die kleinen Fans, sondern auch deren Eltern. **Am 25. September** beginnt in der filmischen „**Schule der magischen Tiere 4 (Leonine)**“ bereits das vierte Schuljahr in unseren Kinos – und die Erwartungen sind denkbar hoch. Dieses Mal dreht sich alles um eine grosse Schul-Challenge, die dabei helfen soll, die vom Verkauf bedrohte Wintersteinschule zu retten. Und wie könnte es anders sein? Die Schülerinnen und Schüler geraten dabei wieder in jede Menge Turbulenzen. Neue Tiere tauchen auf, alte Geheimnisse kommen ans Licht und mittendrin wie immer: ein bisschen Magie, ein bisschen Chaos, ganz viel Herz. ❖

erleben

DIM PARIS



TIERFREUNDIN

Bei „Henrietta“ von Heunec (18 cm) ist sogar der Schildkrötenpanzer wunderbar kuschelig.



ABGEHÖRT

Wer nicht sehen will, muss hören: am besten die drei magisch-spannenden Ferienkrimis aus der „Endlich Ferien“-Hörspielbox.

RÜCKBLICK

Zur Vorbereitung auf den vierten Kinostreich empfiehlt es sich, „Die Schule der magischen Tiere 3“ (Leonine, jetzt bei Müller) noch einmal auswendig zu lernen.



Hier geht's direkt zu unserem Lifestyle-Blog:

www.mueller.ch/erleben



Pure Eleganz



Entdecke die **Strumpfhosen** der **Nr. 1 Leg-Couture-Marke** aus Frankreich und lass dich begeistern. Mit jeder Bewegung. Schritt für Schritt.

ERHÄLTlich* BEI **Müller**



*Ab 1. Oktober in ausgewählten Filialen

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.

WUNDERBARE JAHRE

Die coolen 90er

Von Grunge und Gangsta-Rap über MTV und Modem bis hin zu Tarantino und Titanic: In den coolen 1990er-Jahren ziehen sich die Gegensätze an. **Willkommen in einer Zeit, in der Popkultur die Welt eroberte**, Computer mit Disketten liefen und Ironie zur Währung einer ganzen Generation wurde.

Wann begann eigentlich der Trend zum Drei-Stunden-Epos? Wahrscheinlich in den 1990ern mit Kevin Costners episch langem Tanz mit den Wölfen (1990), Tom Hanks' überlangem Marathon als „**Forrest Gump**“ (1994) und dem unvergesslichen Untergang von Leonardo DiCaprio und Kate Winslet mit der „**Titanic**“ (1997). Wie im Cameron-Epos wurde auch Romantik ganz grossgeschrieben im Hollywood der 1990er. Dank „**Pretty Woman**“ Julia Roberts, die auch in „**Notting Hill**“ gesichtet werden konnte. Und das mit einem anderen Hollywood-Frauenschwarm jener Zeit: Hugh Grant. Der seinerseits „**Vier Hochzeiten und ein Todesfall**“ zum RomCom-Klassiker veredeln durfte. Also alles nur lang, aber herzlich? Nicht ganz. Denn mit Tarantino und „**Pulp Fiction**“ (1994), David Fincher und „**Sieben**“ und Luc Bessons „**Léon – Der Profi**“ begann uns ein düsteres und cooleres Hollywood in seinen Bann zu ziehen. Gekrönt vielleicht von der Neuerfindung der Science-Fiction durch die Geschwister Wachowski, die mit „**Matrix**“ das nächste Jahrtausend einläuteten.

Auch die Musik zehrte vom Gegenentwurf zur Hochglanzwelt der 80er. Ob mit der wilden „Sabotage“ durch die **Beastie Boys**, dem gefährlichen Gangsta-Rap von **Dr. Dre**, **Tupac** und **Eminem** oder mit dem Grunge, wie ihn **Nirvana** geprägt hatten: Der Teenie-Spirit der 1990er roch anders. Und fand in Grossbritannien mit dem Trip-Hop von **Portishead** und **Massive Attack**, dem coolen Britpop der Antipoden **Oasis** und **Blur** und dem kunstvollen Indie-Gefrickel von **Radiohead** ein eindrucksvolles Gegengewicht.

Nach Kaltem Krieg und politischer Wendezeit durfte in den 1990ern erstmals auch in der Breite gezockt werden: Das Zeitalter des Computer-Gaming eroberte die Massen. Ob mit smarten Point-and-Click-Adventures aus dem Hause LucasArts („**Day of the Tentacle**“, „**Monkey Island**“), mit düsteren Ego-Shootern („**Doom**“, „**Half-Life**“) oder Aufbaustrategie („**Civilization**“): Plötzlich gab es neue Welten zu erforschen und zu erobern. Eine ganze Industrie warf ihre Schatten voraus. An der Schwelle zum nächsten Jahrtausend wurde endlich unser Spieltrieb geweckt. ❧

3 MAL MUSIK ...



Nirvana
„**Nevermind**“
(Universal)

Nie roch Rebellion gefährlicher und besser als auf „Nevermind“ von 1991, einem der quintessenziellsten Rockalben der Musikgeschichte.



Oasis
„**Definitely Maybe**“
(Sony)

Definitiv eines der besten Debüts der Musikgeschichte: Oasis machen es seit der Veröffentlichung 1994 wie im Song „Live Forever“.



Massive Attack
„**Mezzanine**“
(Universal)

Legendäres Trip-Hop-Schwergewicht unter anderem mit den Stimmen von Tricky und Cocteau-Twins-Sirene Liz Fraser. Jede einzelne Träne („Teardrop“) wert!

3 MAL FILM ...



Titanic
(Disney/Leonine)

Wäre da nicht noch Platz für Jack gewesen? Leo opfert sich für Kate, der Rest ist tränenreiche Filmgeschichte.



Pulp Fiction
(Universal)

Der Big Kahuna Burger unter den Tarantinos: Quentin macht sich zusammen mit Samuel L. Jackson, Bruce Willis und John Travolta zum Star.



Pretty Woman – Jubiläumsedition
(Disney/Leonine)

Unkaputtbar romantisch: Richard Gere und Julia Roberts auf dem Weg zum absoluten Hollywood-Traumpaar der 90er.

HELLO SMILE – BYE BYE KARIES!

3 TIPPS, WIE ZÄHNEPUTZEN BEI KINDERN GANZ LEICHT KLAPPT

TIPP 1

ZAHNBÜRSTE UND ZAHNPASTA SELBST AUSSUCHEN

Kinder nutzen lieber Dinge, die sie selbst ausgesucht haben. Ob Lieblingsfarbe oder leckerer Geschmack – wenn sie mitentscheiden dürfen, macht das Zähneputzen gleich mehr Freude.



TIPP 2

GEMEINSAM PUTZEN!

Wenn alle mitmachen, wird das Zähneputzen zum schönen Familienmoment. Kinder lernen am besten durch Nachahmung – und mit einem Lächeln geht's noch leichter.



TIPP 3

LERNEN DURCH SPIEL

Musik an, Zahnbürste raus: Zahnputzlieder oder spannende Geschichten machen das tägliche Putzen spannender. Auch das Kuscheltier will saubere Zähne – oder die Handpuppe, die nach Bakterien sucht.



KIDS TRAVEL-SET
COMING SOON

FÜR EINE BESONDERS SANFTE ZAHNPFLEGE MADE IN SWITZERLAND

EXTRA-WEICHE KINDERZAHNBÜRSTE

Eine gute Zahnbürste sollte weich, dicht und klein sein. Die Curaprox Kids Zahnbürste mit ultraweichen Filamenten reinigt gründlich und sanft – ideal für Kinderzähne.

PFLEGENDE KINDERZAHNPASTA

Ohne schädliche Inhaltsstoffe, aber mit altersgerechtem Fluorid – und natürlich lecker im Geschmack. Erdbeere, Wassermelone oder Minze? Dein Kind hat die Wahl.



Mehr Infos



SWISS PREMIUM
ORAL CARE



CURAPROX

SPIEL DES LEBENS

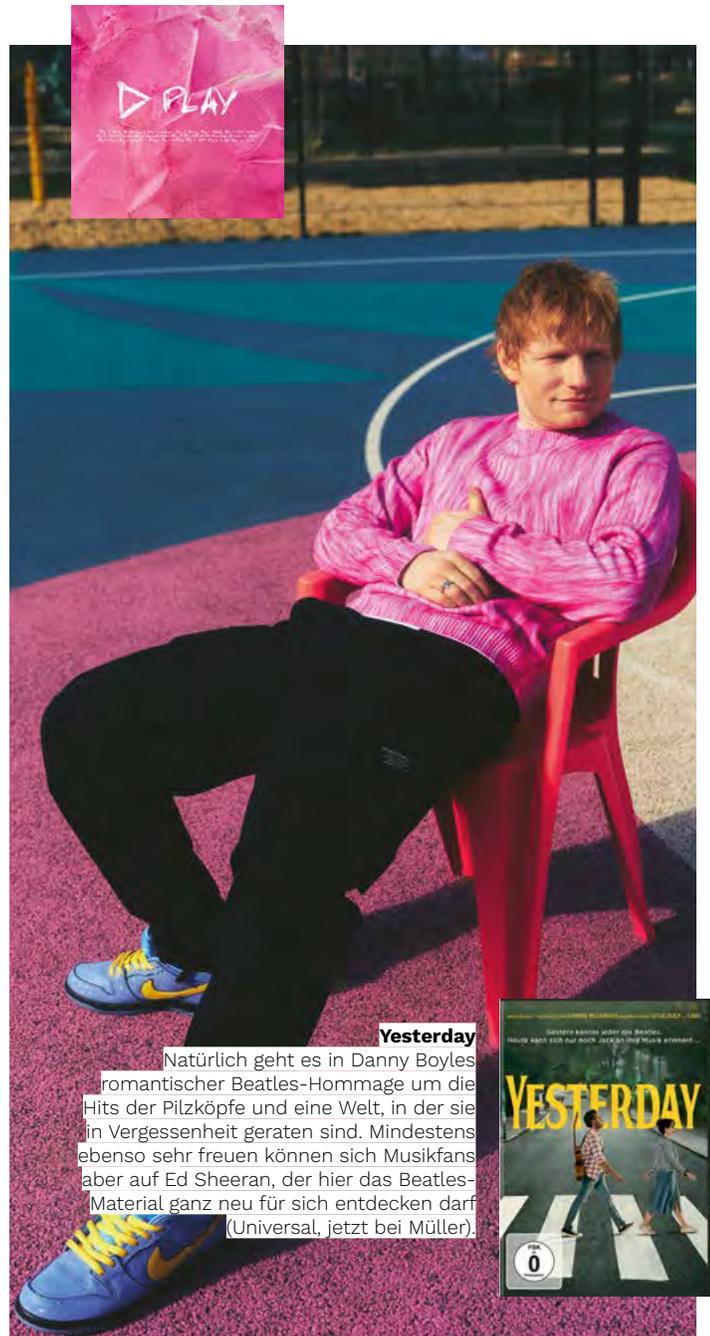
Ed Sheeran

Schluss mit der Mathematik! Nach Vollendung seines Rechenzeichen-Zyklus verwandelt sich **der irische Pop-Tausendsassa Ed Sheeran** in einen weit gereisten „Play“-Boy.

So wie der gute Ed Sheeran haben es einst auch die Beatles gemacht. Sich vom Trubel um ihre Person verabschiedet, um in Indien nach neuer Inspiration zu suchen. Und weil der sympathische Ire spätestens seit seinem Gastauftritt in „Yesterday“ auf Du und Du ist mit den pilzköpfigen Wiedergängern, nimmt man ihm den kreativen Wandel auch sofort ab. „**Play**“ (Warner, jetzt bei Müller) beschreibt er selbst als Reaktion auf die dunkelste Zeit seines Lebens. Und das hört man Songs wie dem nostalgisch gefärbten „Old Phone“, das musikalisch an den frühen Ed erinnert, auch an. Insgesamt aber ist das neue Material geprägt vom Aufbruch in eine neue und buntere Welt. Hin zu einem neuen Ed Sheeran.

„Ich wollte einfach nur Freude und Farbe in die Welt bringen – und die Kulturen der Länder entdecken, durch die ich tourte. Ich habe das Album rund um die Welt aufgenommen, in Goa (Indien) fertiggestellt – und dabei einige der kreativsten, neugierigsten und lustigsten Tage meines Lebens erlebt.“ Entsprechend vielseitig klingt nun auch das fertige Album. Sheeran, ohnehin stets offen für musikalische Begegnungen, wagt den inspirierenden Austausch mit indischen und persischen Musiktraditionen und schickt seine Fans auf eine musikalische und emotionale Achterbahnfahrt, die ihrem Initiator mindestens ebenso viel Spass gemacht haben dürfte wie jetzt uns.

„Alles, was ich jetzt mache, soll Spass machen und spielerisch sein“, fasst Sheeran die Triebfeder hinter „Play“ zusammen. „Je älter ich werde, desto mehr will ich die Dinge einfach genießen und die verrückten, chaotischen Momente auskosten.“ Da schliessen wir uns ihm gerne an. Und freuen uns jetzt schon auf mögliche Fortsetzungen. Denn wenn aus „Play“ wieder ein Zyklus werden sollte, dann folgen – analog zum Kassetten- oder CD-Player – mindestens noch „Rewind“, „Forward“, „Pause“ und „Stop“. ❌



erleben

HOLLYWOOD LÄSST GRÜSSEN

Vanessa Mai

Dass Träume Wirklichkeit werden können, hat Vanessa Mai im Laufe ihrer Karriere schon mehrfach erleben dürfen. Jetzt hat sie dafür ihre eigene „Traumfabrik“ aufgenommen.

So knapp eineinhalb Jahre ist es her, dass Vanessa Mai uns hinter die Funktionsweise ihrer ganz persönlichen „Matrix“ hat blicken lassen und damit – wie mit all ihren Alben seit „Wachgeküsst“ – die Album-Top-Ten geentert hat. Jetzt knüpft sie fast direkt an den aus Hollywood entlehnten Titel an und lädt uns ein, Teil ihrer persönlichen „Traumfabrik“ (**Warner, ab 10.10. bei Müller**) zu werden. Die ist so vielseitig wie die Künstlerin selbst. Eben eine Welt, in der fast alles möglich ist und Feelgood-Vibes und Happy Endings uns für eine Weile aus dem grauen Alltag ins Scheinwerferlicht der ganz grossen Emotionen entführen. Das Schöne: Mit jedem musikalischen Neuanfang, jeder Verpuppung und jeder „Metamorphose“ gewinnt Mai eine Facette hinzu. Und das, ohne sich selbst im grossen Ganzen zu verlieren. Als Hauptdarstellerin in ihrem musikalischen Kopffilm überzeugt Vanessa Mai einmal mehr auf ganzer Linie. Und lässt dabei sogar die engen Grenzen von Schlager-Deutschland ein Stück weit hinter sich. ✖



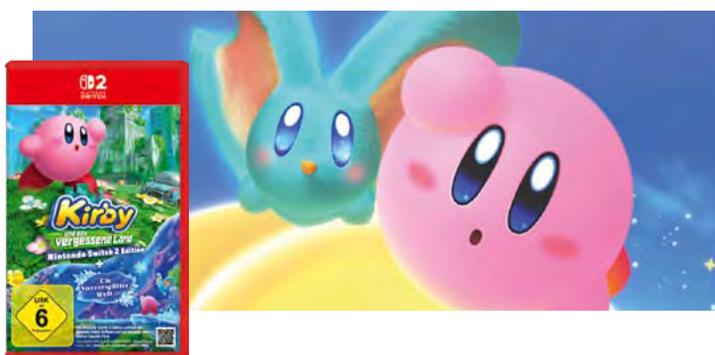
SCHUTZTASCHEN IN-EAR KOPFHÖRER:

Eine multifunktionale, tragbare kleine Tasche, nicht nur geeignet für Kopfhörer. Erhältlich in den Farben grau oder schwarz.

KLASSIKER MIT NEUER WELT

Kirby und das vergessene Land

So langsam haben wir uns an die Annehmlichkeiten des neuen Switch-2-Modells gewöhnt. Zeit also, ein paar lieb gewordene Klassiker hübsch aufpoliert neu zu entdecken und zu erforschen. Wie „**Kirby und das vergessene Land**“ (Nintendo, jetzt bei Müller), das als „Switch“-Titel von 2022 noch recht frisch daherkommt in seiner knuffigen 3-D-Optik, für das neue Konsolenmodell aber freilich noch einmal ein paar Frischzellen erhalten hat. Zwar geht es auch hier darum, mit Kirby nach der Zerstörung seines Heimat-



planeten verschiedene Welten zu bereisen und Waddle Dees zu retten. Aber zum Switch-2-Auftakt spendiert Nintendo seinem kleinen Helden mit der **Sternensplitter-Welt** ein neues Areal. Und das hat es nicht nur grafisch, sondern auch funktionell in sich. Denn für das neue Gebiet hat Kirby einige neue Vollstopp-Modi in petto. Und die machen das 3-D-Jump-and-Run gleich noch ein bisschen (kugel-)runder! Bereit für ein appetitliches und bonbonbuntes Abenteuer? ✖

CROSSWORLDS

Sonic Racing

Was den einen „Mario Kart“, das ist den Fans von Segas stachelig-blauem Speed-Igel „Sonic Racing“. Und das geht nun auch schon wiederholt in neue und noch spektakulärere Spielwelten. Hier hat sich seit dem Erscheinen von „Team Sonic Racing“ 2019 und der höchst erfolgreichen Sonic-Wiedergeburt von Sonic als Realfilm-Held einiges getan. In „**Sonic Racing: CrossWorlds**“ (Sega, ab 25.09. bei Müller) geht es nämlich nicht nur zu Lande, zu Wasser und in der Luft ins Geschwindigkeitsduell mit der Konkurrenz, sondern auch durch Raum und Zeit, wenn wir durch Warp-Ringe durch verschiedene Dimensionen hoppen. Insgesamt 15 CrossWorlds warten auf ihren Einsatz, zur Auswahl stehen für die insgesamt 24 Strecken darüber hinaus 23 bekannte und beliebte Charaktere aus dem Sonic-Universum. Und wem das an Auswahl nicht genügt, der kann zudem 45 einzigartige Gefährte mit 70 unterschiedlichen Gadgets pimpen, um so die ultimative Rennmaschine zu kreieren. Das Ganze mit Freundinnen und Freunden im lokalen Splitscreen-Modus oder online mit bis zu zwölf Spielern. Auf die Plätze, fertig, los! ✖



Ikigai

NEU

Having a great
Me Time



Dusch & Peeling,
Flüssigseifen, Badesalz

ikigaicosmetics.ch



PERFEKTER HALT IN JEDER SITUATION



Schwarzkopf

taft



Nazan Eckes

TV Moderatorin

FOR EVERY YOU.

schmecken



„DER HERBST IST DIE SANFTERE JAHRESZEIT, UND WAS WIR AN BLUMEN VERLIEREN, GEWINNEN WIR AN FRÜCHTEN“

Samuel Butler

ERNTEFRISCH

*Riechen und spüren Sie es auch? Jetzt ist Zeit für den Genuss. Auf uns warten Riesling und Raclette, wir wärmen uns mit der ersten Kürbissuppe der Saison und **verwandeln die Küche mit frischem Apfel- und Zwetschkenduft in eine Backstube voller Kindheiterinnerungen.** Wer kann da schon Nein sagen?*



ORIENTALISCH KÖSTLICH

Das „BioGourmet Halva“ wird nach Originalrezeptur nur aus Honig und Sesamsamen, ganz ohne zusätzlichen Zucker oder Glukosesirup – in Griechenland hergestellt. Es besticht durch seinen Schmelz und das nussig, honigsüße Aroma – eben ein naturreiner edler Konfektgenuss.



DREIFACH HIMMLISCH

Lecker, saftig, voller Protein: Die neuen „Bio Protein Cake Bars“ von Veganz in den Geschmacksrichtungen „Lemon“, „Pistachio“ oder „Double Choc“ passen in jede Tasche und sind der ideale Snack nach dem Work-out, in der Pause oder einfach so.

HEISSER HERBST

Scharfes für DIE SEELE

*Es muss nicht immer die Heizdecke sein. Im Herbst setzen wir auf die innere Wärmeregulation. **Und bringen mit scharfem Soulfood die Geschmacksknospen zum Glühen.***

Wenn die Tage kürzer, die Pullover dicker und die Füße wieder kälter werden, hilft oft nur eines: Wärme. Und zwar nicht nur von aussen durch Kuschedecke, Wärmflasche oder Cheminéeefeuer, sondern auch von innen. „Soulfood“ heisst das Zauberwort – Gerichte, die nicht nur satt machen, sondern Herz und Bauch gleichermaßen umarmen und wärmen. Besonders wirksam dank handfester Effekte auf unseren Körper: gesunde Schärfe.

Feuer frei

Ob aus Chili, Ingwer oder Pfeffer: Schärfe regt die Durchblutung an, bringt den Kreislauf in Schwung und sorgt für ein wohliges Wärmegefühl. Verantwortlich dafür sind sogenannte Scharfstoffe wie Capsaicin (in Chili), Piperin (in schwarzem Pfeffer) oder Gingerol (in Ingwer). Sie docken an dieselben Rezeptoren an, die normalerweise Hitze wahrnehmen – was erklärt, warum sich ein Löffel Chili con Carne schon mal anfühlen kann wie ein kleiner Vulkanausbruch.

Doch Schärfe kann mehr: Studien zeigen, dass sie den Stoffwechsel ankurbelt, die Verdauung unterstützt und bei regelmässigem Verzehr sogar entzündungshemmend wirken kann. Und wer unter leichtem Herbstblues leidet: Scharfes Essen setzt Endorphine frei – quasi als kleiner Glücksbooster aus der Küche. ✘



RED HOT CHILI PEPPER

Universell einsetzbar wie die Kultband: Das „Bio Würzöl Chili“ von Allgäuer Ölmühle rundet jedes Gericht scharf-würzig ab.



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



schmecken



ALLESKÖNNER

Die scharfe nordafrikanische „Harissa“-Gewürzpaste von Demeter veredelt und schärft nahezu alles, was sich kochen und braten lässt.



MARKANTE WÜRZE

Das kalt gepresste „Schwarzkümmelöl“ von Bio Primo enthält wertvolle Inhaltsstoffe und punktet mit seiner natürlichen Schärfe.



SÜSS, ABER SCHARF

Supergesund und süsslich-scharf: Der gemahlene „Ingwer“ von Alnatura passt perfekt in die etwas schärfere asiatische Küche.

SCHARFE STARS IN DER HERBSTKÜCHE

1 Chiliöl: Allrounder, der jedes Gericht im Handumdrehen aufheizt. Ideal in Suppen, zu gebratenem Gemüse oder in Bowls.



2 Gochujang und Harissa: fermentierte Pasten aus Korea oder Nordafrika – reich an Geschmack, Tiefe und mit milder bis mittlerer Schärfe.

3 Ingwer und Kurkuma: nicht nur scharf, sondern auch echte Gesundheitshelden. Beide wirken entzündungshemmend, antibakteriell und helfen dem Immunsystem auf die Sprünge.

4 Schwarzer Pfeffer: klassisch, aber nicht zu unterschätzen.

5 Szechuanpfeffer: prickelnd statt brennend. Diese chinesische Spezialität betäubt leicht die Zunge und passt hervorragend zu Herbstgemüse oder in Asia-Bowls.



**Elephant Snacks
– Vielfalt für den
perfekten Snack-Moment!**



Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.

DIE GLUKOSE-FORMEL

Blutzucker leicht gemacht

*Vor allem die Social-Media-Kanäle sind voll von Tipps und Tricks rund um das Thema „blutzuckerfreundliche Ernährung“.
Doch was verbirgt sich eigentlich hinter dem Hype und **wie können wir die Infos bestmöglich für uns und unser Wohlbefinden nutzen?***



Ferien für den Körper?
Das macht die „Biotta Wellness Woche Wohlfühl Saftkur“ möglich! Die No. 1 Saftkur der Schweiz hilft, den Darm zu entlasten, Gelüsten zu entkommen und in eine bewusste Ernährung zu starten.

Fotos: Unsplash/David Foodphototasty, PR

Beginnen wir von vorn. Was ist eigentlich Glukose und welche Auswirkungen hat Glukose auf unseren Körper? Glukose ist ein Einfachzucker (Monosaccharid) und gleichzeitig die für uns Menschen wichtigste Energiequelle, da der Körper diese direkt in Treibstoff für Muskeln und Gehirn umwandeln kann. Glukose steckt deshalb nahezu in allen Lebensmitteln wie in Obst oder auch in stärkehaltigen Produkten wie Brot oder Kartoffeln. Dabei gilt: Kurzkettige Energielieferanten wie Süssgetränke, Schokolade oder Weissbrot liefern schnelle Kraft und lassen unseren Blutzuckerspiegel rasant in die Höhe steigen. Ebenso schnell sinkt der Spiegel aber auch wieder ab. Die Folge ist oft Heiss hunger. Komplexe und damit langkettige Nahrungsmittel aus Vollkorn oder Hülsenfrüchte lassen den Blutzuckerwert hingegen langsam an- sowie im Anschluss absteigen und gehen somit auch mit einem längeren Sättigungsgefühl einher. Nehmen wir allerdings zu viel Glukose auf (egal, wie langkettig), wird die überschüssige Energie zunächst als Reserve in Leber und Muskeln gespeichert. Sind diese Speicher jedoch gefüllt und steht dem Körper noch



Gesundes für zwischendurch

Die „Seeberger Mandeln“ stammen aus den USA und Australien und sind von bester Qualität. Sie sind ein gesunder Ersatz für Süßigkeiten und eignen sich perfekt zum Backen oder zum Verfeinern von Müesli oder Salaten.



Fruchtig

Liebings-Früchte von Bio Primo. Schonend gefriergetrocknete „Erdbeeren in Scheiben“.

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.

Die besten Entscheidungen kommen in den Bauch.

Snack gut. Snack Seeberger.



schmecken

mehr Glukose zur Verfügung, wird das Überangebot langfristig in Speicherfett umgewandelt – in Form von Fettpölsterchen.

Doch nicht nur die Lebensmittel und deren aufgenommene Menge haben aufgrund ihrer chemischen Zusammensetzung einen Einfluss auf unseren Blutzuckerspiegel. Einigen Studien zufolge kann auch die Reihenfolge beim Essen Auswirkungen haben. Isst man demnach Ballaststoffquellen wie einen Vorspeisensalat zuerst, legen sich die enthaltenen Ballaststoffe wie eine Art Schutz über die Darmwand, sodass die Aufnahme von Glukose verlangsamt wird. Danach sollten laut Formel Eiweisse und Fette wie Fisch, Hülsenfrüchte, Fleisch, Nüsse und Öle verzehrt werden, die die Verdauung zusätzlich bremsen. Erst ganz am Schluss kommen Kohlenhydrate wie Kartoffeln, Reis oder Nudeln. Isst man so, soll das laut Glukose-Hype für weniger Heisshunger, mehr Sättigung und eine konstantere mentale wie auch körperliche Leistungsfähigkeit sorgen.

Die Glukose-Formel kann den Körper also positiv unterstützen. Da jedoch jeder Mensch und Körper anders auf bestimmte



Allroundtalent

Als Hummus, in mediterranen Gerichten oder mit orientalischer Note: Die „Bio Demeter Kichererbsen getrocknet“ von BioGourmet schmecken nicht nur lecker, sondern sind gleichzeitig echte Kraftpakete.



Knabberspass mit Mehrwert

Aufgrund ihres Proteinanteils und des hohen Gehalts an ungesättigten Fettsäuren sind die „Cashewkerne“ von Hochgenuss besonders blutzuckerfreundlich.

Lebensmittel und die Essensreihenfolge reagiert, sollte man die Methode einfach selbst individualisieren. Und das eigene Wohlbefinden dabei nicht aus den Augen verlieren. ❌



Foto: Unsplash/Damaris, PR

Sanfte Pflege trifft auf überlegene Reinigung*



NEU



DENIM



Pflege mit Stil



**Pflege, für den
modernen
Mann.**

Stilvoll, frisch,
unverzichtbar

leben



**„JEDER SONNENAUFGANG IST
EINE EINLADUNG AN UNS,
AUFZUSTEHEN UND JEMANDEM
DEN TAG ZU VERSCHÖNERN“**

Richelle E. Goodrich

SANFTE ENTSCHLEUNIGUNG

*Der Herbst ist wie leise Poesie, die dazu einlädt, loszulassen, aber sich gleichzeitig auch fest mit dem zu verwurzeln, was einem ans Herz gewachsen ist. **Es ist die Zeit der Vielfalt und der sanften Töne.** Wie ein fesselndes Buch, dessen Kapitel wir nun schreiben und auch lesen dürfen.*



UND TSCHÜSS

Der „Orphea Mottenschutz“ enthält Wirkstoffe natürlichen Ursprungs, um Ihre Kleidung zu schützen und angenehm zu parfümieren. Hergestellt in der Schweiz.



FÜR SENSIBELCHEN

Saubere und gut gepflegte Zähne geht auch auf die sanfte Art und Weise: Mit der „Natural Toothpaste Sensitive“ von Ben & Anna werden die Zähne nicht nur wunderbar gereinigt, sondern auch geschützt.

Art Nights

Von Prosecco zu Pinselstrichen: warum „Art Nights“ der neue Lieblingstrend für Geburtstage, Babypartys und Junggesellinnenabschiede sind.

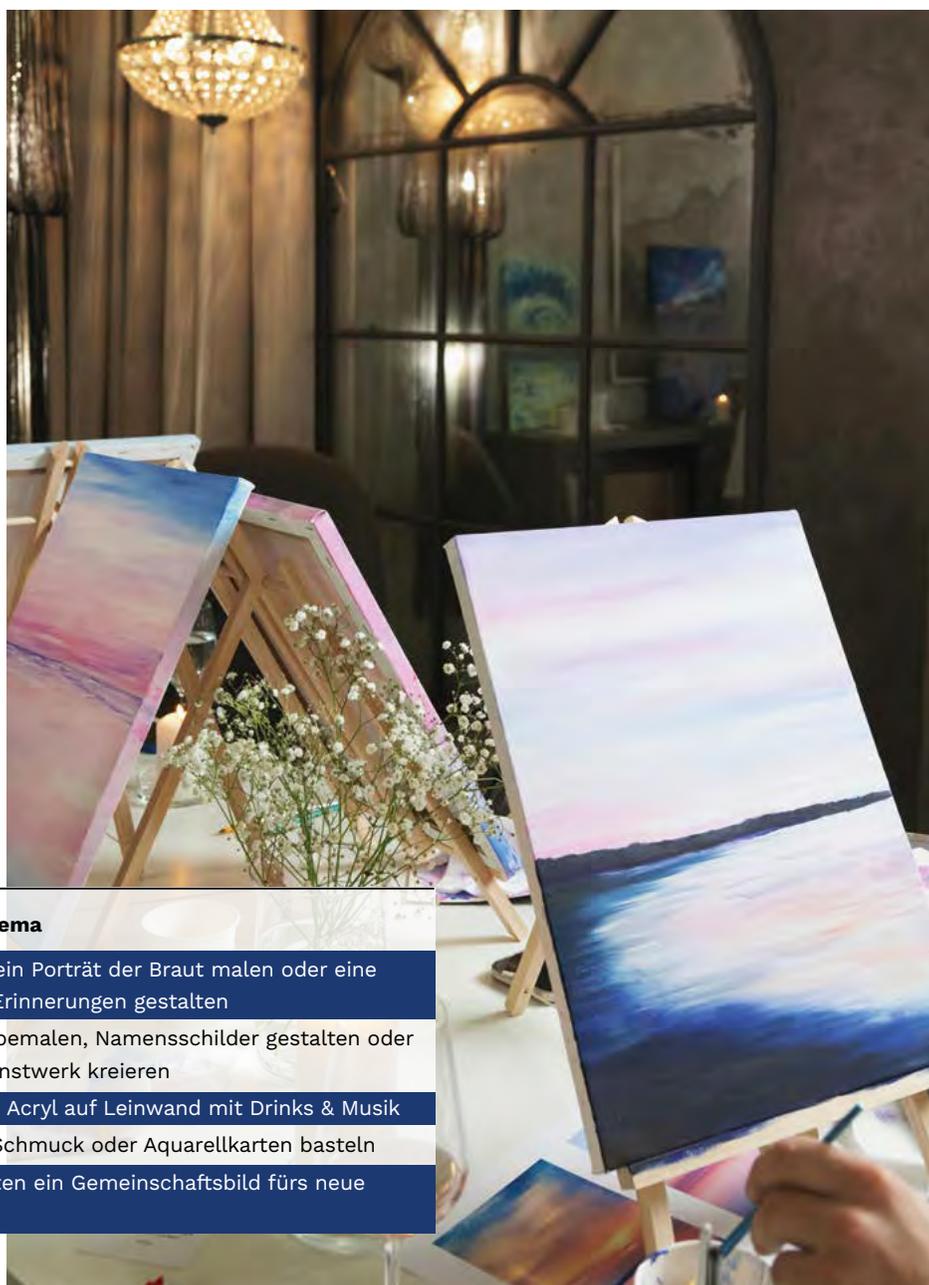
Was haben ein leerer Leinwandrahmen, ein Hauch Glitzer und ein Glas Rosé gemeinsam? Richtig, sie sind die Zutaten für eine perfekte „Art Night“. Der neue Trend bringt Farbe in jede Mädelsrunde – ob beim Junggesellinnenabschied, zur Babyparty oder einfach als kreative Auszeit unter Freundinnen. Das Prinzip: gemeinsam gestalten, gemeinsam genießen und bleibende Erinnerungen schaffen.

Das darf nicht fehlen

- Kreativmaterialien (Leinwände, Pinsel, Farben, Stifte – je nach Projekt)
- Schutzunterlagen und Schürzen
- Gute Musik und passende Snacks
- Getränke nach Wahl, von Kräutertee bis Cava
- Gute Laune (kommt meistens automatisch) ✖

Die besten „Art Night“-Ideen

Anlass	Kreatives Thema
Junggesellinnenabschied	Gemeinsam ein Porträt der Braut malen oder eine Collage aus Erinnerungen gestalten
Babyparty	Baby-Bodys bemalen, Namensschilder gestalten oder ein Windelkunstwerk kreieren
Geburtstag	„Paint & Sip“: Acryl auf Leinwand mit Drinks & Musik
Mädelsabend	DIY-Kerzen, Schmuck oder Aquarellkarten basteln
Einweihungsparty	Gäste gestalten ein Gemeinschaftsbild fürs neue Zuhause



Fotos: pexels/Natali Smirnova, PR

leben



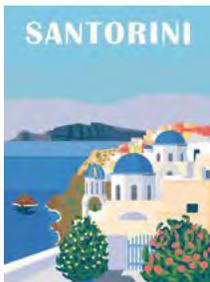
Porzellankunst

Bemalen Sie Ihre Lieblingstasse einfach selbst: mit den Fasermalern „Porzellan-Pinselstift 6er-Set family colour“ von edding. Selbstverständlich spülmaschinenfest.



Passt perfekt

Beim „da Vinci Junior Pinsel-Set 6er Etui“ für Schule, Hobby und Einsteiger ist für jeden Wunsch garantiert der ideale Pinsel dabei.



Malen nach Zahlen

Mit dem „Ravensburger CreArt – Malen nach Zahlen“-Set gelingt Ihr Lieblingsmotiv garantiert. Zum Beispiel: „Farbenfrohes Santorini“.



Das Leben ist bunt

Mit dem „permanent Acrylic Double Liner 3D“-Set von edding ganz einfach die eigenen Kunstwerke auf Leinwand, Papier, Holz, Stein oder Terrakotta verewigen – permanent und sogar auf dunklen Hintergründen.



TANGLE TEEZER®

REVOLUTIONIERE DEINE HAARROUTINE

DAS GEHEIMNIS FÜR GESÜNDERES HAAR



Vier Gründe für eine „Art Night“

- 1 INDIVIDUELL & PERSÖNLICH**
Jeder gestaltet sein eigenes (Kunst-)Werk – von Boho-Leinwand bis Watercolor-Porträt.
- 2 ENTSCHLEUNIGEND & VERBINDEND**
Kunst wirkt meditativ – und nebenbei entstehen echte Gespräche und viel Gelächter.
- 3 PERFEKT FÜR JEDE GELEGENHEIT**
Ob Brautparty, Geburtstag oder Einweihung – kreative Formate sind leicht anzupassen.
- 4 INSTAGRAMABLE MOMENTS**
Farbenfrohe Sets, hübsche Pinsel, Gläser in der Hand – mehr braucht es kaum für den perfekten Content.

Yoga oder Pilates?

Ist es Lifestyle oder gar eine Art zu leben? In den Metropolen ploppen gefühlt täglich neue Studios auf, ohne Matte und Reformer scheint nichts mehr zu gehen. **Ob eine der beiden Sportarten auch etwas für Sie ist?**

Yoga-Fakten

- 76,8 %** hilft das regelmässige Praktizieren dabei, das Stresslevel zu reduzieren
- 68,5 %** praktizieren Yoga, weil es gut für die mentale Gesundheit ist
- 90 %** der Yogis sind Frauen

Neben körperlichen Fähigkeiten wollen Yoga-Fans auch den eigenen Fokus und die Konzentration verbessern. Ein Punkt, der viele davon überzeugt, eine langfristige Mitgliedschaft abzuschliessen, ist Spass. Yoga und Sport sollen nicht nur auf die Optimierung der körperlichen Fähigkeiten abzielen, sondern auch Spass machen und Menschen miteinander verbinden.

SIE WOLLEN MEHR?



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

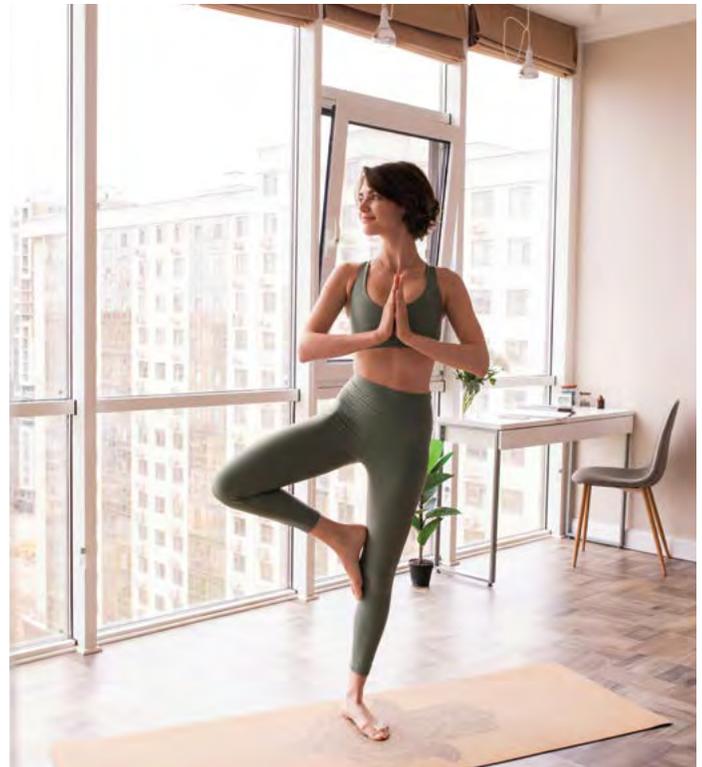
1  **on line exklusiv**

2 

3 

4 

- 1. SNOCKS UNISEX INVISIBLES:** Im Schuh unsichtbar und dank Silikonpads an der Ferse verrutschen die Socken auch nicht.
- 2. FARFALLA MEDITATION AROMAMISCHUNG:** Lassen Sie sich einhüllen vom Duft der Stille und lösen Sie sich in den sanften Wogen des Atems auf.
- 3. „15 MINUTEN PILATES FÜR JEDEN TAG“ VON ALYDEA UNGARO (DK VERLAG):** Kleiner Aufwand, grosse Wirkung: Mit diesem Buch gibt es wirklich keine Ausreden mehr.
- 4. SCHILDKRÖT-FITNESS YOGA BLOCK:** Das ideale Zubehör für jede Menge Yoga-, Pilates- und Meditationsübungen.



Pilates-Fakten

- 88,1 %** machen Pilates, um Kraft, Flexibilität und Balance zu verbessern
- 51,1 %** hilft das regelmässige Praktizieren dabei, das Stresslevel zu reduzieren
- 93 %** Frauenanteil

Schon gewusst? Das erste Pilates-Studio wurde in den 1920ern von Joseph Pilates und seiner Partnerin Clara in New York City eröffnet. Es befand sich im selben Gebäude wie das New York City Ballet und wurde schnell bei Tänzern beliebt, die die Methode für Rehabilitation und Leistungssteigerung nutzten. Dieses Studio war der Ausgangspunkt für die weltweite Verbreitung der Pilates-Technik. Der bekannte Pilates-Reformer ist ebenso auf Joseph Pilates zurückzuführen, der neben klassischen Pilates-Übungen viele verschiedene Trainingsgeräte entwickelte. ■

FOR YOU
we:care²
FOR THE PLANET



einzigartige däfte.
perfekte qualität.
weniger plastik.

*misch
mit!*



HANDSEIFEN & DUSCHGELE
ZUM SELBER MISCHEN:



ZAHNGESUNDHEIT FÜRS TIER

Mit Biss

Gesunde Zähne sind wichtig. Nicht nur bei uns Menschen, auch bei Hund, Katze und Co. spielt **die Zahngesundheit eine entscheidende Rolle für das allgemeine Wohlbefinden.** Denn gerade im Mundraum verbirgt sich oft ein unterschätztes Gesundheitsrisiko.



WARUM IST ZAHNPFLEGE SO WICHTIG?

Viele Haustiere leiden still unter Zahnschmerzen, Zahnstein oder Entzündungen im Maul – oft unbemerkt von ihren Besitzern. Dabei können unbehandelte Zahnprobleme nicht nur das Fressen erschweren, sondern auch zu ernsthaften Erkrankungen von Herz, Leber oder Nieren führen. Besonders bei älteren Tieren ist Zahngesundheit daher ein Thema, das regelmässig in den Blick genommen werden sollte.

WAS KÖNNEN SIE TUN?

Regelmässige Kontrolle

Ein Blick ins Maul lohnt sich: Sind die Zähne sauber? Ist das Zahnfleisch rosa und glatt? Auffälligkeiten sollten beim Tierarzt abgeklärt werden.

Zahnpflege zu Hause

Zähneputzen: Ja, auch bei Tieren möglich! Mit spezieller Tierzahnbürste und -zahnpaste (niemals mit Zahnpasta für Menschen!) lassen sich viele Probleme verhindern.

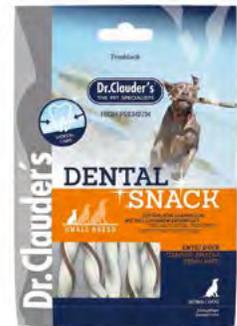
Kausnacks & Spielzeug: Spezielle Zahnpflege-Leckerlis oder Kauspielzeuge helfen dabei, Beläge zu reduzieren.

Zahnpflegezusätze: Es gibt Pulver oder Lösungen fürs Trinkwasser, die die Maulflora unterstützen. ❌



ZAHNPFLEGE IN LECKER

Die Hundesnacks „Sammy's Zahnstengel“ mit nur 25 Kalorien pro Stück unterstützen die Zahnhygiene Ihrer Fellnase.



ENTE GUT, ALLES GUT

Der „Dental Snack“ von Dr. Clauder's mit viel leckerem Entenfilet sorgt nicht nur für Geschmack, sondern auch für gesunde Zähne.



KAUGENUSS

Der Hundesnack „Sammy's Zahnriegel“ mit Aloe Vera, Eukalyptus- und Kokosöl sowie fruchtigem Apfel und Granatapfel ist eine leckere Alternative zur klassischen Zahnpflege mit der Hundezahnbürste.



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



PLÖTZLICH ERWACHSEN

Loslassen

*Plötzlich volljährig, Hotel Mama und die Kunst, erwachsene Kinder ziehen zu lassen. **Ein Plädoyer fürs Annehmen, Aushalten und fürs liebevolle Rausschmeissen.***



Im Leben der Eltern häufen sich rund um die Volljährigkeit ihrer Kinder – irgendwann zwischen Schulabschluss, dem ersten eigenen Auto und dem eigenen Netflix-Abo – die Momente, in denen sie diese leise Ahnung beschleicht: Das mit der Erziehung könnte nun vorbei sein. Das Kind ist kein Kind mehr, sondern ein erwachsenes Wesen auf Augenhöhe. Mit eigenen Ansichten und mit Sicherheit auch einem eigenen

Wertekompass. Das mag zunächst furchteinflößend sein, ist aber der Beginn der Postadulenz, der Lebensphase zwischen Jugend und Erwachsensein (also dem Alter von 18 bis etwa 29 Jahren), und mit ihr der Beginn einer neuen Elternrolle: Aus den wohlmeinenden Bestimmern werden nun die freundlichen Ratgeber im Hintergrund. Und die haben vor allem eine Aufgabe: loslassen.

Fotos: Adobe Stock, PR



ORGANIZER

Zusammenleben leicht gemacht: To-dos und Aufgaben für Nesthocker kommen auf das 40 x 30 cm grosse „Board für Magnete oder Kreide mit Alurahmen“.



SORGENFRESSER

Falls die Sorgen – egal, ob die der Eltern oder Kinder – noch nicht ganz weg sind: ab damit in den kultigen „Sorgenfresser Sesamstrasse – Bert“ von Schmidt Spiele! Funktioniert auch noch bei grossen Kindern.

Willkommen im emotionalen Homeoffice

Nach Jahren voller Elternabende, Teenagerdramen und Lebenskrisen in Tupperdosen ist das schon ein ganz schön radikaler Rollenwechsel. Wer bislang alle Stellschrauben des Familienalltags in der Hand hatte, wird nun überflüssig. Oder fühlt sich zumindest so. Die Kinder treffen Entscheidungen, von denen man früher noch nicht mal wusste, dass sie existieren – ob Sabbatical in Mexiko, Studienfach „Game Design“ oder polymore Beziehungsmodelle. Und während man damals beim Thema „Jacke anziehen“ noch eine klare Meinung hatte, heisst es jetzt: schweigen. Oder tief durchatmen und fragen: „Erzähl doch mal, wie du auf diese Idee gekommen bist.“

Nesthocker im Hotel Mama

Hinzu kommt, dass längst nicht alle jungen Erwachsenen direkt ihr gemütliches und kostengünstiges Nest verlassen. Und das

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.



sag hallo zu

b.fresh™

unsere duschen lieben deine haut, reinigen sanft und beleben deine sinne.

- *
blumiger duft
- *
ozeanisch frisch
- *
zitrusduft
- *
exotische mango



duftet großartig & pflegt deine haut

liegt längst nicht nur am besten Wäscheservice und der besten Hotelküche der Welt. Das empfinden die einen Eltern als wunderbar. Andere schlicht als nervenzehrend. Und manchmal ist es sogar beides. Denn auch wenn im Begriff „Nesthocker“ etwas Niedliches mitschwingt, kann es in der familiären Praxis durchaus zu Spannungen kommen, wenn mit 24 Jahren noch das Kinderzimmer bewohnt wird – inklusive Legosammlung, aber exklusive Beteiligung an Miete und Kühlschranksauffüllung. Was also tun? Zunächst: verstehen! Der Übergang ins Erwachsenenleben ist heute oft holprig und bezahlbarer Wohnraum und Jobperspektiven sind Mangelware. Das kann jeden noch so selbstbewussten jungen Erwachsenen überfordern. Aber auch das elterliche Bedürfnis zählt. Wer merkt, dass das Zusammenleben mehr Kraft kostet, als es gibt, der darf freundlich neue Grenzen ziehen. Auch ein klärendes Gespräch kann Wunder wirken – wenn es denn auf Augenhöhe stattfindet. Keine Vorwürfe, keine Ultimaten, aber ein gemeinsamer Blick

auf die Zukunft: Was brauchst du? Was brauche ich? Was wäre ein guter Zeitpunkt für den nächsten Schritt?

Die Kunst des Weiterliebens

Der Abnabelungsprozess ist ein beidseitiger Vorgang. Die Kinder ziehen sich zurück – emotional, räumlich, biografisch. Und die Eltern? Müssen sich neu sortieren. Manchmal schmerzt das mehr, als man zugeben will. Schliesslich war man lange die wichtigste Bezugsperson, der Fels in der Brandung, das WLAN in der Not. Aber die Eltern-Kind-Beziehung endet nicht. Sie verändert sich. Und oft gewinnt sie sogar an Tiefe, wenn der Erziehungsauftrag wegfällt. Plötzlich entstehen Gespräche auf Augenhöhe, gemeinsame Reisen ohne Streit um Zubettgehzeiten – und der Moment, in dem das erwachsene Kind sagt: „Danke, dass ihr immer da wart.“ Das ist dann der Lohn für all die Jahre. Und die wunderbare Erkenntnis: Eltern bleibt man ein Leben lang. Nur eben anders. ■

Fotos: PR

weich und stark

Tempo EST. 1929
Original Design Edition

Nr. 1 MARKE

VORRATS-PACK GROOTVERPAKKING
PACKET GRAND FORMAT

Tempo Weich & Stark

Tempo EST. 1929

FAMILY MAXI PACK Extra Frische & Sauberkeit

Tempo EST. 1929
Frühjahr / Sommerduft

45% MOISTURE

100% Pflanzenbasierte Fasern
DAS 1. MIT FLACHS-ANTEIL

Für alles BEREIT

100% Frische und Sauberkeit

NESTHOCKER FLÜGGE MACHEN

So geht's mit Augenzwinkern

Kühlschrank-Regel: Wer ihn leer macht, macht ihn wieder voll.

WLAN-Drossel: Ab 23 Uhr gibt's Kilo-byte-Taktung.

Sockenstreik: Wer selbst wäscht, wird im Nu gross.

Zaunpfahl schwenken: Wenn aus dem Kinderzimmer der Gästeraum mit Yoga-Ecke wird.

Zukunftspläne schmieden: jeden Abend, und zwar die der Kinder!

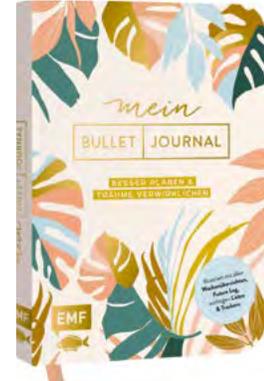


GLÜCKSBINGER

Raus aus dem Haus, rein in die eigene Wohnung? Mit den „Talisminis“-Schlüsselanhängern von Nici sind all unsere guten Wünsche mit dabei.

VON WEGEN PLANLOS!

Raus aus der Jugend, rein ins echte Leben: am besten mit Sinn und Plan – festgehalten im hübschen „mein Bullet Journal“ von EMF.



Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.



Der Club mit vielen Vorteilen:

- Willkommensgeschenk zur Geburt
- Regelmässige Newsletter mit Informationen & Einkaufsvorteilen

Jetzt anmelden auf: mueller.ch/meinBaby

Baby MITGLIED WERDEN
Club

KÄLTEBÄDER, HEISS BEGEHRT

Der Trend, der aus der Kälte kam

Warum der Trend zum Eisbaden geht –
und **wie man damit Stress, Schmerzen und Ängste lindern kann.**

Es beginnt meist mit einem leichten Zittern. Dann zieht sich der Brustkorb zusammen, das Atmen fällt schwer, das Gehirn schreit: „Raus!“ Und genau da beginnt der Zauber. Wer sich freiwillig in eine Wanne mit 4 Grad kaltem Wasser setzt, erlebt einen Cocktail aus Adrenalin, Endorphinen und – Überraschung! – innerer Ruhe. Die Rede ist von Kältebädern, einem Trend, der sich rasend schnell verbreitet, vom hippen Studio bis ins eigene Badezimmer. Doch was kann das Eisbad wirklich? Und warum schwören so viele auf den Kältekick?

Heilsame Kälte

Schon Mediziner-Pate Hippokrates wusste: „Die Kälte kann Schmerzen vertreiben.“ Egal, ob bei den Spartanern, in der Traditionellen Chinesischen Medizin oder der nordischen Badekultur: Kaltes Wasser dient seit jeher mehr als nur der Abhärtung. Heute hat der Hype allerdings längst seine wissenschaftliche Grundierung erfahren. Kältebäder wirken entzündungshemmend, schmerzstillend und stressreduzierend. Die sogenannte Kaltwasserimmersion aktiviert den Parasympathikus, also jenen Teil des Nervensystems, der für Entspannung zuständig ist. Ausserdem wird die Produktion von Noradrenalin



gesteigert – einem Botenstoff, der Stimmung und Aufmerksamkeit verbessert. Kurz: Wer regelmässig badet, friert sich glücklich. Kein Wunder also, dass Kältebäder längst über den Leistungssport hinaus ihren Weg in Alltag, Therapie und Wellness gefunden haben.

Stress lass nach!

Wenn wir ins kalte Wasser steigen, zieht sich alles zusammen: Die Blutgefässe verengen sich, der Blutdruck steigt, der Körper schaltet in den Alarmmodus. Doch genau dieser Stressreiz ist es, der auf Dauer so positive Effekte hat. Nach dem Bad kommt es zur Gegenreaktion: Die Blutgefässe weiten sich wieder, das Herz schlägt ruhiger, der Körper fährt runter. Eine Studie der Universität Portsmouth zeigt, dass durch regelmässige Kälteexposition die Schmerztoleranz steigt und die Ausschüttung von Stresshormonen wie Cortisol langfristig sinkt.

Ausserdem sprechen immer mehr Psychologen von positiven Effekten bei Angststörungen, Depressionen und innerer Unruhe.

Aller Anfang ist kalt

Wer jetzt trotzdem nicht sofort eine Eistruhe bestellen will, fängt besser klein an. Experten empfehlen den Einstieg über kalte

Duschen. 30 Sekunden reichen am Anfang völlig. Danach langsam steigern. **Wichtig: immer auf den eigenen Körper hören und nie mit vollem Magen oder Herzproblemen einsteigen.** Wer es intensiver mag, kann eines der vielen Studios besuchen, in denen unter Anleitung gebadet wird – teils in Kombination mit Atemtechniken, Yoga oder Mentaltraining.

Cooler Routine

So effektiv der Kältereiz auch sein kann, er ist kein Allheilmittel. Menschen mit Herz-Kreislauf-Problemen, niedrigem Blutdruck oder bestimmten neurologischen Erkrankungen sollten auf jeden Fall vorher mit ihrem Arzt sprechen. Auch wer an chronischer Kälteempfindlichkeit leidet, sollte lieber im Warmen bleiben. Ausserdem lebt der positive Effekt vor allem von der Regelmässigkeit, nicht von der Heldentat. Wer dauerhaft von Stressabbau, Schlafverbesserung und besserer Stimmung profitieren will, sollte das Kältebad zur Routine machen. Zwei- bis dreimal pro Woche gelten als optimal. ❌

Die abgebildeten Produkte sind in ausgewählten Filialen erhältlich.



EIS, EIS, BABY!

Finnische Naturkosmetik mit Cool-Faktor: Die „NOBE Cooling Care De-Puffing Eye Patches“ liefern Kühlung und Feuchtigkeit für die Augenpartie dank Fazer Xylitol® und Soothing Cooler®, einer Kombination aus fünf hautfreundlichen Pflanzenextrakten.



AUFMUNTERUNG

So anregend für Körper und Haut wie ein eiskaltes Bad: Dank einzigartiger riffi-Faser Scrub & Shape Belebung“ von riffi zu Hauterneuerung und -massage bei.



PARTYCRASHER

Dürfen auf keiner Party fehlen, und in keinem Eisbad: die Eiswürfel aus dem „Eiswürfelformer Rio Party“ von Fackelmann.



UNTERWEGS MIT ENTSPANNTEN MUSKELN. FÜR GANZ NEUE ZIELE.



Mehr Bewegung erhöht den Magnesiumverbrauch bzw. -bedarf

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



Schnell



Hochdosiert



1x täglich



Vegan

Der fruchtige Klassiker: extra stark und extra schnell

Diasporal®. Für dein Leben in Bewegung.

diasporal.ch

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



TRAUMAUZEIT IM GEHEIMTIPP: PARKHOTEL IN BAD WÖRISHOFEN

Genießen Sie das Gefühl Südtirols dort, wo Sie es bislang nicht erwartet hätten. Wo die Alpen beginnen und Palmen wachsen, wo der Apfelstrudel nach Heimat schmeckt und die Holzschindeln Geschichten erzählen, dort liegt ein ganz besonderes Refugium: Das 4-Sterne-Parkhotel in Bad Wörishofen. Wir verlosen zwei Nächte für eine Familie (zwei Erwachsene plus zwei Kinder) im wunderschönen Parkhotel.

Mitten im idyllischen Allgäu hat Luis Hillebrand, ein waschechter Südtiroler aus dem urigen Ultental, seine Vision verwirklicht: das Beste seiner Heimat nach Bayern zu bringen – mit Feingefühl, Leidenschaft und viel Liebe zum Detail. Nach einer umfassenden Neugestaltung präsentiert sich das Parkhotel in Bad Wörishofen heute als Rückzugsoase, die alpines Lebensgefühl mit mediterraner Leichtigkeit verbindet und mit Highlights punktet wie dem 10'000 Quadratmeter grossen ParkSpa, einer einmaligen Parklandschaft mit 100 Palmen, drei Seen und eigener Meraner Promenade, sowie der exklusiven Südtiroler Kulinarik, bei der selbst Hotelbetriebe aus der Alpenregion vor Neid erblassen.

SEPTEMBER
OKTOBER

Horoskop

WIDDER

21.03.–20.04.

Es ist beides möglich: Sie spüren Selbstzweifel oder Sie erleben, wie alte Wunden heilen. Nehmen Sie sich Zeit für sich. Achten Sie darauf, dass Ihre Energien nicht verpuffen und Sie erkennen, wofür Sie Ihre Durchsetzungskraft einsetzen.

STIER

21.04.–20.05.

Wie sind Sie, wenn Sie zornig sind? Schaden Sie sich selbst oder anderen oder wandeln Sie den Zorn in kämpferischen Mut um? Selbsterkenntnis ist meist nicht besonders angenehm, aber sehr hilfreich. Die Energie der Wut kann dann in etwas Positives umgewandelt werden.

ZWILLINGE

21.05.–21.06.

Vermutlich treibt Sie die Frage um, wo Sie einen inneren Halt finden. Es ist sinnvoll, sich mit solchen Fragen auseinanderzusetzen. Wo wollen Sie sich engagieren? Was macht Ihnen Freude? Geben Sie sich ehrliche Antworten und setzen Sie sich dafür ein. Es lohnt sich!

KREBS

22.06.–22.07.

Einerseits geniessen Sie die Kuschelzeit und feiern die Familie. Andererseits erleben Sie immer wieder gedanklichen Stress. Dieser vergeht, sobald Sie sich bewusst dafür entscheiden, dass nur Sie Ihre eigenen Interessen bestimmen! Sie sollten Ihren spontanen Ideen folgen.

LÖWE

23.07.–23.08.

Handeln Sie im Wohle aller. Ihre altruistische Seite ist jetzt wichtiger denn je. So lassen Sie Ihren idealistischen Träumen Taten folgen und können stolz auf sich sein. Energie haben Sie im Moment mehr als genug. Zudem sind Ihre kreativen Ideen sehr gefragt. Packen Sie es an!

WAAGE

24.09.–23.10.

Wann lohnt es sich zu kämpfen und wann geht es darum, etwas zu akzeptieren? Beurteilen Sie immer wieder neu. Sie haben jetzt viel Energie und können sie sinnvoll einsetzen. Achten Sie darauf, sich selbst nicht zu überschätzen. Sport an der frischen Luft tut Ihnen gut.

JUNGFRAU

24.08.–23.09.

Ihre Stärke ist heilsam! Freuen Sie sich über Ihre Willenskraft, die Sie jetzt intensiver spüren, und geben Sie nicht vorschnell auf. Sie kämpfen auf der richtigen Seite. Engagement lohnt sich! Erholung finden Sie in der Natur oder beim Yoga. Machen Sie genau das, was Ihnen guttut.

SKORPION

24.10.–22.11.

Ist es Zeit für grosse Taten und Leistungen? Wenn Sie schon länger an einem Herzensprojekt dran sind, ja. Ansonsten ist es an der Zeit, Ihren Willen und Ihre Kraft so einzusetzen und zu bündeln, dass Sie ein Ziel anpeilen können. Gutes Gelingen!

SCHÜTZE

23.11.–22.12.

Es gelingt Ihnen besonders gut, Ihre Ansichten weiterzugeben, da Sie nicht dogmatisch wirken und eine offene Ausstrahlung haben. Nutzen Sie diese Zeit, um andere für Ihr Anliegen zu gewinnen, ganz nach dem Motto: Gemeinsam sind wir stark und können mehr erreichen.

STEINBOCK

23.12.–20.01.

Die Welt ist im Chaos. Sie haben sich langsam daran gewöhnt und finden verstärkt innere Sicherheit, indem Sie nach Ihren eigenen Regeln leben. Es geht Ihnen besser, wenn Sie sich abgrenzen und einfach Ihr Ding durchziehen. Sie machen sich stark für Menschen, die Sie brauchen.

WASSERMANN

21.01.–18.02.

Sie haben viel kämpferische Energie. Setzen Sie diese für das ein, was wirklich zählt. Wenn Sie sich treu sind, können Sie alle Herausforderungen meistern und fühlen sich wohl. Sie sind glücklich, wenn Sie Ihr Leben so gestalten können, wie es Ihren Vorstellungen entspricht.

FISCHE

19.02.–20.03.

Sie sind unsanft in der Realität gelandet? Manchmal würden Sie gerne lockerlassen und sich nicht mit dem anstrengenden Hier und Jetzt herumschlagen. Bleiben Sie sich treu und entscheiden Sie bewusst, wie Ihr weiteres Leben aussehen soll.



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



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.



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



lifestyle

Herausgeber

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

V. i. S. d. P.

Erwin Müller

Koordination/Anzeigenbetreuung

Müller Handels GmbH & Co. KG

Projektverantwortung Müller

Carina Kastler, Sandra Lohrmann, Larissa Patzer

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.

DIE NÄCHSTE AUSGABE DER LIFESTYLE ERSCHEINT MITTE NOVEMBER 2025



ZUR APP ANMELDEN & 1000 MÜLLER BLÜTEN SICHERN!*

130

70

50

15

60

1000

Ihre Müller Blüten
Sie haben ein Guthaben von CHF 10.00

Müller Blüten einlösen

Neue Coupons verfügbar

25% Rabatt auf Chocoo

CHF 2.- Rabatt auf MUEZ

* 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.

IHRE TREUE WIRD BELOHNT DIE NEUE MÜLLER APP

Sammeln, shoppen, sparen und gewinnen

• Digitale Kundenkarte • Coupons • Digitaler Kassenbon

Die  App für alle.

Jetzt hier kostenlos downloaden und registrieren:





AUS LIEBE ZUM HOLZ SEIT 1965

Weil jedes Holz eine Geschichte erzählt



RENUWELL – SCHWEIZER MÖBELPFLEGE MIT TRADITION

Seit 1965 steht Renuwell für bewährte Qualität in der Holzpflege. Unsere Produkte reinigen, pflegen und schützen – zuverlässig, nachhaltig und effektiv. Ob antike Schätze oder moderne Lieblingsstücke: Mit Renuwell bleibt Ihre Holzgeschichte lebendig.



Mehr erfahren Sie
auf unserer Webseite:
renuwell.swiss



Aktiviere Deinen Glow.

Sofortiges Strahlen. Langanhaltende Feuchtigkeit. Klinisch erwiesen.

Neu

mit
5% Milchsäure
+ Hyaluronsäure
+ Vitamin C



Sicher für
sensible Haut.

CLINIQUE