

FÜR SIE

**Lesen Sie sich
glücklich!**

Persönliche Geschichten
mit Happy End

**MAKE-UP-
BERATUNG**

Welche Farben
stehen mir?



**Ein
himmlischer
Genuss**

X-mas-Rezepte für
die ganze Familie

**KLEINE AUSZEITEN
FÜR DIE SEELE**

So schöpfen wir Kraft
für den Alltag

**ZU VIEL
BÜROARBEIT &
SMARTPHONE?**

Therapien gegen
schmerzende
Hände

Das große WEIHNACHTS-HEFT

**Damit es für alle schön wird: Tolle Mode-Tipps,
zauberhafte Deko-Ideen und das perfekte Menü!
Plus: Geschenke für jeden Geschmack**

Nr. 25 · Mi 20.11.2024
Deutschland 3,90 €
Österreich 4,10 €
Schweiz 7,30 CHF




MAKE
UP
FACTORY


NUR BEI



PROFESSIONAL
HIGH END MAKE UP.



 www.make-up-factory.com

 [@make_up_factory](https://www.instagram.com/make_up_factory)

 [@Makeupfactory](https://www.facebook.com/Makeupfactory)

Schön, dass Sie da sind!



ANNETTE SCHROEDER



GROSSE LIEBE

Sollte man Geschenke noch einpacken oder zugunsten der Umwelt verzichten? Eine Redaktions-Umfrage ergab: Die meisten von uns lieben es, selbst verpackte Präsente zu überreichen. Doch viele sammeln im Lauf des Jahres alte Boxen, Tüten oder Papierbogen und geben ihnen ein zweites Leben. Und süße Deko-Ideen mögen wir auch – brauchen Sie Inspiration? (Ab Seite 76)

Eine der Besonderheiten an unserem Job hier in der Redaktion ist es ja, dass wir der Zeit immer etwas voraus sind. Mitten im grauen Januar kümmern wir uns um Ostern, und schon kurz nach den Sommerferien haben wir begonnen, nach tollen Weihnachtsgeschenken zu suchen (ja, noch bevor die ersten Lebkuchen im Supermarkt standen!)(und nein, privat gelingt mir das leider weniger gut). Das Ergebnis sehen Sie ab Seite 86. Wir hoffen, dass Ihnen unsere Recherche das Leben ein bisschen leichter macht. Und Sie es so tatsächlich schaffen, dem vorweihnachtlichen Stress-Turbo ein paar Entspannungsmomente abzugewinnen. Da geht noch was? Dann blättern Sie gleich auf Seite 61. Dort haben wir Menschen, die sich hauptamtlich damit beschäftigen, nach Ideen für solche Atempausen gefragt. Und wenn Sie sie sich dann erobert haben, Ihre kleine Auszeit: Füttern Sie dabei ein bisschen Ihre Seele. Schlagen Sie etwa Seite 32 auf. Da berichten wir von wirklich herzerwärmenden Geschichten, die gute Laune machen und Zuversicht schenken. Und das ist wichtig: Mit dem Positiven, Hellen, Guten sollten wir uns mindestens so viel, wenn nicht mehr beschäftigen wie mit dem Gegenteil. Nur dann haben wir die innere Kraft, mit den Schattenseiten des Lebens umgehen zu können. Das wird übrigens einer meiner Neujahrsvorsätze (wie gesagt, wir sind unserer Zeit immer ein wenig voraus...). Besonders bewegt hat mich die Geschichte von Lisa Ortgies, die in ihrer alten Heimat eine neue gefunden hat. Denn ich habe Ähnliches erlebt: Im Sommer traf ich in meiner Heimatstadt durch Zufall eine Damals-noch-nicht-ganz-Freundin wieder, die ich zuletzt vor vierzig Jahren gesehen hatte, als das Leben uns auseinander-riss. Und plötzlich sind wir gemeinsam wieder zwanzig – das ist dieses Jahr mein Weihnachtswunder.

Was ist Ihres? Eine schöne Zeit wünscht Ihnen Ihre

Annette Schroeder

Stellv. Chefredakteurin



BAR-CODE

In der coolen Hamburger „Boilerman Bar Altes Hafenamt“ fotografierten wir die Partymode (ab Seite 14). Modechef Joerg Bluhm und Sophie Schonebeck, Brand Marketing Manager im zugehörigen „25hours Hotel HafenCity“, freuten sich übers Teamwork.



Alle 14 Tage neu!

14

HOCHGEFÜHL

Macht happy: unsere Mode für einen festlichen Abend



114

WINTER IN ESTLAND

Unsere Autorin machte magische Erfahrungen



32

SEELENWÄRMER

Happy Endings aus dem wahren Leben



28

KENNEN WIR UNS?

Dürfen wir vorstellen: Horseshoe Jeans, Croissant-Bag und Co.

Inhalt

Mit Liebe für Sie gemacht
FÜR SIE ♥

MAGAZIN

- 6 MOMENT MAL** Jetzt ist die perfekte Zeit, um dem Wundern Raum zu geben
- 8 EINE FRAGE, VIELE ANTWORTEN** Was würden Sie morgen ändern, wenn es ganz easy ginge?
- 10 LEBEN & LIEBEN** Die Kunst des Ankommens, mehr Mut zu Komplimenten

STIL

- 14 JETZT SIND WIR IN FEIERLAUNE!** Die schönsten Festtags-Outfits – präsentiert von Mode-Profis
- 24 ROT WIE DIE LIEBE** Dessous mit Glücks-Faktor
- 28 SPRECHEN SIE FASHION?** Das kleine Mode-Lexikon
- 30 GUT KOMBINIERT** Taschen und Schuhe
- 31 MODE-NEWS**

MEIN LEBEN UND ICH

- 32 UNSERE SCHÖNSTEN HAPPY ENDS** Persönliche Geschichten, die uns Zuversicht schenken
- 38 AUF DEN PUNKT** Alternative Verpackungs-Ideen, Wintergemüse vom Balkon, Geld-Anlage ETFs
- 44 AUF DER COUCH** Expertinnenrat: „Meine Familie erwartet zu viel von mir“
- 85 WAS ICH WIRKLICH DENKE** Die Bonus-Mama
- 86 DAS GROSSE GESCHENKE-SPECIAL** Hier werden Sie garantiert fündig – für alle Ihre Lieben
- 112 DAS ANDERE LEBEN: DIE MEERJUNGFRAUEN VON SÜDKOREA** Alle Achtung vor diesen Taucherinnen!

HALLO SCHÖNHEIT

- 46 DAS GÖNNEN WIR UNSERER HAUT!** Pflege-Tipps für den Winter
- 50 SCHÖNE BRAUEN** Dicht und voll, bitte!

Unsere Titelthemen haben wir farblich gekennzeichnet

52 MAKE-UP-BERATUNG

Welche Farben stehen mir?

58 BEAUTY-NEWS

CHECK-UP

61 KLEINE AUSZEITEN FÜR DIE SEELE

10 Entspannungs-Strategien von Experten

66 WENN SODBRENNEN ZUM PROBLEM WIRD

Was hilft wirklich bei der Säure-Attacke?

70 ZU VIEL BÜROARBEIT UND SMARTPHONE?

Therapien für schmerzende Hände

74 MEDIZIN-NEWS

MEIN ZUHAUSE

76 WEIHNACHTSZAUBER Zauberhaft schöne Deko

82 FREDERIKES LANDEBEN Jeder, wie er mag

GUTES ESSEN

94 FESTLICH GENIESSEN Unser Weihnachtsmenü

100 HIMMLISCHE KUCHEN Jeder ist ein Fest für sich!

104 UNSERE FAVORITEN Kulinarische Geschenke

105 GENUSS-NEWS

KULTUR & INTERVIEW

106 CAROLINE PETERS im Gespräch:

„Mit dem Schreiben habe ich mich aufgefangen“

108 INSPIRATION Bücher, Kino, Musik, Streaming, TV

REISE

114 DIE MYSTIK DES BALTISCHEN WINTERS

Unterwegs in Estland

KOLUMNE

122 UNSERE AUTORIN JULIA KARNICK über

Kuchen als Kulturgut

IN JEDER AUSGABE

84 Horoskop

92 Impressum/Kontakt

93 Rätsel

121 Vorschau

FUERSIE.DE

Wir haben viele
Rezepte, Downloads
für Selbstermächtigte und
tolle Gewinnspiele

52

FARB-TEST

Welche Nuancen
passen zu Ihnen?



46

VERWÖHNPROGRAMM

...für stressgeplagte
Winter-Haut

106

CAROLINE PETERS

...schrieb einen Roman

76

ES WEIHNACHTET SEHR...

Zauberhafte Deko-Ideen

94

KOMMT ESSEN!

Das festliche Menü –
für Sie und liebe Gäste



MOMENT MAL

Jetzt

ist die perfekte Zeit ...





... um mal wieder dem Wundern Raum zu geben

Ach, hübsch ist's mal wieder gewesen! Auf dem Weihnachtsmarkt mit Freunden einen Plausch zu halten und den ein oder anderen Glühwein zu trinken. Die Vorweihnachtszeit ist eine besondere Zeit. Am liebsten möchten wir noch mal all die Menschen treffen, die uns am Herzen liegen, bevor der Heilige Abend naht. Und so hetzen wir von der Firmen-Weihnachtsfeier zu der des Sportvereins, backen nach Feierabend noch fix Plätzchen – und wundern uns, warum die viel zitierte Besinnlichkeit sich nicht einstellen will. Und dann fängt es auf einmal an zu schneien, und wir gehen, obwohl es schon kurz vor Bettgezeit ist, einfach noch mal um den Block. Es ist ganz still, die dünne weiße Decke auf dem Boden zeigt noch keine Spuren, und am kälteklaren Himmel funkeln die Sterne so intensiv, wie wir sie vielleicht noch nie gesehen haben. Diese Nacht ist nicht heilig, aber ein ganz großes Wunder. Und wer sich wirklich mal auf die Stille einlässt, kann jetzt so einige davon finden.

Foto: „Magic Christmas Night“ von Yevhen Samuenco für den CEWE Photo Award 2025 in der Kategorie Landschaften