

# Bild der Frau

Die Nr. 1 – zuverlässig gut



Doc Fleck erklärt, wie's funktioniert  
**Das Petersilien-Geheimnis**  
Hält das Altern auf, hilft beim Abnehmen, reinigt die Zellen s.38

**SUPER-SOMMER-QUIZ**  
**Letzte Chance**  
auf tolle Preise s.29  
Bergurlaub, Boxspringbett, Pizzaöfen ...

Kathrin (35) & Johannes (40):  
**GESCHAFFT „So haben wir**  
unser Ee gerettet“  
Ihre 7 Top-Tipps s.54

**Sofort 7 Pfund weg**

# Die schnelle Schlank-Woche

Mittags ist Eis erlaubt!

**Stärkt den Stoffwechsel**  
Schritt für Schritt s.42

**Glamour-Ideen mit Gladiolen**  
+ Länger-blüh-Tipps  
s.66

Zu viel Sonne?  
**Was Haut und Haare sanft heilt**  
DS-Rat von Ärzten & Profis s.18, s.56

**Schon 25 Euro pro Monat bringen viel!**  
Frauen-Geldklub verrät Spar-Geheimnis s.6

Für eine bessere Welt  
**Die Promis packen's an!**  
George Clooney, Pink ... s.80

**EU Jetzt Unesco-Welterbe**  
so traumhaft sind  
Deutschlands Kurorte s.74



**Die 6 schönsten Herbst-Trends**  
+ Wie man sie stylt  
s.12

Von Aubergine bis Paprika

4 Wochen nach der Flut  
„Hilf mir, meine Hilfe“

RÄTSEL

WIESBADEN

Wunderschöne Kulisse:  
das Kurhaus am Abend



Großes Sommer  
Preise im C  
30 00



Bei den Filmfestspielen in Cannes stylete Alexander von Trentini die Schauspielerin Catrinel Marlon

## Typberatung vom Star-Friseur

Models und Schauspielerinnen vertrauen ihm blind. Alexander von Trentini fliegt als Star-Friseur um die Welt! Sie dürfen ihn in seinem Salon „von Trentini“ ([www.vontrentini.de](http://www.vontrentini.de)) in Wiesbaden besuchen: Wir verlosen eine exklusive Typberatung von Alexander von Trentini inklusive Styling. Zum Paket gehört die Anreise für die Gewinnerin und eine Begleitperson sowie eine Übernachtung im Doppelzimmer im 5-Sterne-Hotel Nassauer Hof gegenüber des Kurhauses. Den Tag in der hessischen Landeshauptstadt lassen Sie bei einem köstlichen 4-Gang-Menü für zwei im Hotel ausklingen.

Die Gewinnerin nimmt außerdem ein La Biosthétique Beauty-Set für die Haare im Wert von 300 Euro mit nach Hause



## Traumreisen

PORTUGAL

Der Infinity-Pool inmitten von Weinbergen



## Nobles Refugium

Auf gigantische acht Hektar verteilt sich das Anwesen des 5-Sterne-Hotels Six Senses Douro Valley ([www.sixsenses.com](http://www.sixsenses.com)) in Lamego. Das renovierte Herrenhaus aus dem 19. Jahrhundert mit historischen Gärten, Spa-Oase, Innen- und Außenpool überblickt den Fluss Douro in Portugal, rund 90 Autominuten östlich von Porto. Gönnen Sie sich eine Behandlung im Spa oder nehmen Sie an Wellness- und Yoga-Programmen teil. Wir verlosen zwei Übernachtungen für zwei Personen inklusive Frühstück nach Verfügbarkeit.

Idylle pur: Das Six Senses Douro Valley liegt im Grünen mit Blick auf den Fluss





**RÄTSEL** **WIESBADEN**  
Wunderschöne Kulisse:  
das Kurhaus am Abend

### Typberatung vom Star-Friseur

Models und Schauspielerinnen vertrauen ihm blind. Alexander von Trentini fliegt als Star-Friseur um die Welt! Sie dürfen ihn in seinem Salon „von Trentini“ ([www.vontrentini.de](http://www.vontrentini.de)) in Wiesbaden besuchen: Wir verlosen eine exklusive Typberatung von Alexander von Trentini inklusive Styling. Zum Paket gehört die Anreise für die Gewinnerin und eine Begleitperson sowie eine Übernachtung im Doppelzimmer im 5-Sterne-Hotel Nassauer Hof gegenüber des Kurhauses. Den Tag in der hessischen Landeshauptstadt lassen Sie bei einem köstlichen 4-Gang-Menü für zwei im Hotel ausklingen.

Die Gewinnerin nimmt außerdem ein La Biothétique Beauty-Set für die Haare im Wert von 300 Euro mit nach Hause

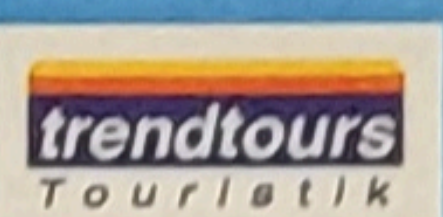


Bei den Filmfestspielen in Cannes stylete Alexander von Trentini die Schauspielerin Catrinel Marlon

**Großes Sommerrätsel**  
Preise im Gesamtwert von **30 000 EURO**



**POLEN**  
Der mittelalterliche Marktplatz von Breslau ist von farbenfrohen Patrizierhäusern gesäumt



### Polnische Juwelen

Erkunden Sie die vielfältigste Region Polens! Zusammen mit trendtours Touristik ([www.trendtours.de](http://www.trendtours.de), Tel. 069/ 1200 9999), dem Spezialisten für Best-Ager-Reisen, verlosen wir die sechstägige Tour „Krakau und Schlesien“ im klimatisierten Fernreisebus für zwei Personen. Sie wohnen in ausgewählten Mittelklassehotels im Raum Breslau und Krakau, besichtigen diese architektonischen Juwelen mit deutschsprachiger Reiseleitung. Auch auf dem Programm stehen Ausflüge zum Kloster Jasna Góra in Tschenstochau sowie nach Kattowitz, Gleiwitz und Oppeln.



Eine Pferdekutsche fährt durch die bezaubernde Altstadt von Krakau

## Traumreisen zu gewinnen!



**PORTUGAL**  
Der Infinity-Pool inmitten von Weinbergen

### Nobles Refugium

Auf gigantische acht Hektar verteilt sich das Anwesen des 5-Sterne-Hotels Six Senses Douro Valley ([www.sixsenses.com](http://www.sixsenses.com)) in Lamego. Das renovierte Herrenhaus aus dem 19. Jahrhundert mit historischen Gärten, Spa-Oase, Innen- und Außenpool überblickt den Fluss Douro in Portugal, rund 90 Autominuten östlich von Porto. Gönnen Sie sich eine Behandlung im Spa oder nehmen Sie an Wellness- und Yoga-programmen teil. Wir verlosen zwei Übernachtungen für zwei Personen inklusive Frühstück nach Verfügbarkeit.



Idylle pur: Das Six Senses Douro Valley liegt im Grünen mit Blick auf den Fluss



Die Alpin Rooms im Hauptgebäude wurden kürzlich renoviert

### Alpiner Glücksort

Das Schneeberg Family Resort & Spa ([www.schneeberg.it](http://www.schneeberg.it)) in Ridnaun ist ein Hotel, in dem sich große und kleine Gäste rundum wohlfühlen. Unternehmen Sie eine Bootstour auf dem hauseigenen See, entspannen Sie in der Panorama-Sauna, besuchen Sie den Streichelzoo oder wandern Sie von der Tür aus los. Es gibt unzählige Möglichkeiten! Wir verlosen einen Aufenthalt für zwei Personen im Alpin Room – entweder drei Nächte von Do bis So oder vier Nächte von So bis Do. Inklusive aller „All Inclusive Light“-Leistungen.



**SÜDT**  
Zu dem drei Autostunden von München entfernt gehört nicht nur ein Wellnessbereich, sondern auch ein eigenes Restaurant

**HIER KÖNNEN SIE LOSRÄTSELN!** ➔