

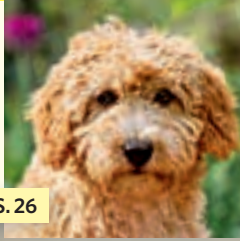
Bild der Frau

Die Nr. 1 bei Frauen

Jetzt der Kreativ-Trend! 3 Frauen: „Ich habe mich glücklich gemalt“ S. 34

Herzrasen – wann ist das gefährlich?
+ Getestet: Blutdruckmesser für zu Hause S. 56/58

SOMMERSCHANDE 2020 Einfach ausgesetzt!
Tierheime melden Rekordzahlen



Labradoodle-Welpen „Baby“ S. 26

NEU!

11 Stunden essen erlaubt

Das BESTE Intervall-Fasten

► Genau erklärt ► **PLUS:** Leckere Rezepte & Tricks für Einsteiger

Verschieben statt verzichten!
S. 42

Alles auf Karo
Wie man den Klassiker heute stylt S. 12

Die Dauerwelle ist wieder da
... aber viel sanfter! S. 16

Eda (38): Meine beste Freundin hat mich verlassen
Experten: Schlimmer als Liebeskummer S. 32

Neuer Ferien-Traum: Dieser Wohnwagen kann auch schwimmen
BILD der FRAU war schon an Bord S. 30

Deko-Ideen mit Astern & Dahlien S. 66

Exklusiv-Interviews

Francis Fulton-Smith:
Ich bin ehrlicher geworden S. 25



Edin Hasanovic:
Ich bin so was von romantisch! S. 24



Gute-Laune-Brot von Doc Fleck
S. 37



S. 50

Extracremig
Schmand-Kuchen
mit Früchten



Das Comeback der Dauerwelle

Sanfter, lässiger, schonender als früher

Keine Bange, Minipli ist nicht zurück. Aber weil Locken so gefragt sind, wird im Salon und zu Hause wieder gewellt. Das Ergebnis ist glänzend!

Statt krauser Kringel zaubern die Neuen lässige Bewegung und Volumen. **Star-Hairstylist Alexander von Trentini:** „Dauerwellen sind wieder da und längst nicht mehr so aggressiv. Das Haar wird weniger geschädigt.“ Haltbarkeit: sechs Wochen bis drei Monate.



Heute macht man Teildauerwellen: „Es wird nicht mehr über den ganzen Kopf gewickelt, sondern nur in den Längen. Das sorgt für einen natürlichen Look, der dem Haar Schwung gibt.“ Auch die trendigen Beach Waves gibt's permanent. Der Trick: auf größere Wickler dre-

hen und die Spitzen glatt lassen. Aber selbst wenn Heimdauerwellen sanfter sind (z. B. kommt die Keralock Volumen Beach Wave-Welle ohne aggressive Thioglykolsäure und Ammoniak aus), rät Trentini, sich beim Friseur beraten zu lassen, ob die Anwendung für den jeweiligen Haartyp geeignet ist.



VORHER

Wer nicht mehr nur glatt tragen mag: Mit den neuen Dauerwellen kommen Schwung und Fülle ins Haar.



> SO WIRD'S ZU HAUSE GEMACHT

Damit die Wellen nicht zu kringelig und gleichmäßig werden, auf größere unterschiedliche Papilotten drehen: 3 cm vom Ansatz entfernt waagrecht halten, Strähne drumherum wickeln, erst zum Schluss Papilote bis an die Kopfhaut drehen. Well-Lotion (z. B. Keralock Volumen Beach Wave, um 6 €) auftragen, bis zu 25 Minuten wirken lassen, abspülen. Neutralisierer auftragen, ca. 5 Minuten wirken lassen, dann erst abwickeln und spülen.



LOOK 1 Weiche Wellen

Und so wird gestylt. Die Dauerwelle hat für mehr Fülle gesorgt, der Lockenstab bringt den Glanz. Hitzeschutz ins Haar geben (z. B. La Biothétique Curl Protect & Style), Gerät ein paar Zentimeter vom Ansatz entfernt einsetzen, Längen aufwickeln. Nicht von den Spitzen her aufrollen.



LOOK 2

Wilde Beach Waves



Das Styling für die lässigen Beach Waves ist fix erledigt: Lockenpflegeschaum einkneten (z. B. Keralock BB Mousse), dann Haarpartien mit dem Diffusor-Aufsatz dicht am Kopf trocken föhnen. Etwas Stylingwax in den Händen verteilen und das Haar damit aufkneten.

LOOK 3

Romantische Locken



Teil- und leichte Dauerwellen sorgen für Bewegung und Volumen, nicht für richtige Locken. Styling-Trick: Haarlängen zum Trocknen strähnenweise über den Fingern aufdrehen, festclippen und kurz überföhnen. Lösen, leicht aufschütteln und vordere Seitenpartie hochnehmen, kordeln und feststecken.



Fotos: Keralock, Produktion Caroline Winterbauer, Make-up & Haare: Ruth Vahle-Haruna