

Gala

PRINZ HARRY und
HERZOGIN MEGHAN sind
längst zurück in Europa.
GALA kennt ihre Luxus-
Oase, die ihr zweites
Zuhause werden soll

Hayden
Panettiere

WLADIMIR KLITSCHKO

**Trauer um die
Mutter seines
Kindes**

NICOLE
KIDMAN

Mit
Perücke
unerkannt
in die Disco

ALESSANDRA AMBROSIO
Romantisches
Ja-Wort am Strand

BILL KAULITZ

**Neuer Look
für Mama**

Ihr geheimes
**Leben in
Portugal**

Gesamtpreis 4,90 € - Schweiz 7,70 CHF
ESTR 4,50 € - L 5,20 € - R 5,20 €
NL 5,20 € - V 5,70 € - P 6,00 € - R 5,70 €
Son. 5,70 € - HRP 2,70 €





X

Paul Smith

ELEGANT. *Mit Charakter.*



DIE MINI PAUL SMITH EDITION.

MINI Cooper SE: WLTP Energieverbrauch kombiniert: 14,7 kWh/100 km;
WLTP CO₂-Emissionen kombiniert: 0 g/km; CO₂-Klasse: A; WLTP Elektrische Reichweite: 385-400 km



Wenn du
die Beauty-Tricks
der Stars wissen
willst.

Wenn Beauty, dann

Gala

Jeden Donnerstag neu im Handel, jederzeit auf [GALA.de](https://www.gala.de)
und in den sozialen Medien.

Eine Marke der FUNKE Mediengruppe

Inside Gala



Textchef **Roland Rödermund** bastelt nur im Notfall – etwa die Last-Minute-Lochkamera, als kurz vor der Sonnenfinsternis alle Brillen vergriffen waren. (S. 10)



Bei der Eröffnung der Reit-WM in Aachen sprach **Annkristin Engelbrecht**, Stellvertretende News-Chefin bei gala.de, mit Brit-Royal **Zara Tindall** (l.) darüber, wer bei den Windsors besonders fest im Sattel sitzt – und wer nicht. (S. 74)



Schon bevor Prinz Harry und Herzogin Meghan Comporta entdeckten, hatte Society-Chefin **Hilli Inghoven** das Sylt Portugals für sich erobert. (S. 14)

Sich frei ausleben

Sonderlich spirituell bin ich ja nicht. Aber die totale Sonnenfinsternis neulich war ein toller Anlass, um Altes loszulassen und Wünsche zu manifestieren. Das habe ich natürlich gemacht – und spiele jetzt Lotto. Viele Promis haben das Himmelspektakel ebenfalls geschaut (S. 10). Sie auch?

Für gute Vorsätze braucht man zum Glück keine bestimmte Planetenkonstellation (die nächste Finsternis ist auch erst am 2. August 2027). Moderatorin Nina Ruge, die gerade ihren 70. Geburtstag feiert (S. 34), lebt nach einem klaren Credo: „Vertiefe dein Leben, und die Zeit hört auf, dir davonzulaufen.“ Ich übersetze das mal in: Nicht nur träumen und hoffen, sondern machen! Deshalb: Lottoschein ausfüllen!

Auch Hollywoodstar Nicole Kidman möchte sich frei ausleben. Wenn man so berühmt ist wie sie, ist das etwas komplizierter. Deshalb zieht sie sich gern mal eine Perücke über ihre blonden Locken und geht getarnt

in Discos tanzen, so wie neulich auf Ibiza (S. 30). Ich war tatsächlich zeitgleich auf der Insel und frage mich nun, ob die dunkelhaarige Schönheit im Club neben mir vielleicht sie war ...

Meghan und Prinz Harry verstecken sich nicht. In Comporta in Portugal haben sie ihren Happy Place gefunden. Wir verraten, wo sich die kleine Familie am liebsten aufhält (S. 14).

Glücksorte sind ja dort, wo die Herzensmenschen sind. Bei Model Alessandra Ambrosio gehört jetzt eine Insel im Indischen Ozean dazu. Dort hat sie ihren Heiratsantrag bekommen (S. 32). Meiner war übrigens auch sehr süß, aber in der Küche.

Mögen auch Ihre geheimen Wünsche in Erfüllung gehen!

Herzlich, Ihre

GALA-Chefredakteurin

14

Ganz entspannt,
fast unerkant:
So urlauben
Harry und Meghan
in Portugal

Unser
Titelthema

32

Hautnah dabei bei der
Verlobung von
Alessandra Ambrosio
und Buck Palmer



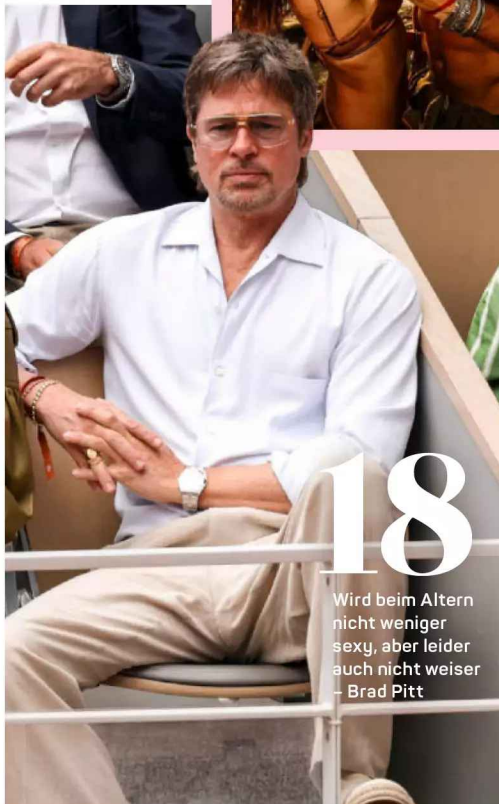
28

Freundin Kim Kardashian und ihre Kids
sind entzückt: Hunde-Fan Lewis Hamilton
hat eine neue Hausgenossin!



18

Wird beim Altern
nicht weniger
sexy, aber leider
auch nicht weiser
– Brad Pitt



Thema der Woche

- 14 MEGHAN UND HARRY**
Die Exil-Royals haben neben ihrer Wahlheimat Kalifornien eine gemeinsame große Liebe in good old Europe: Portugal! Hier können sie unbeschwert den Sommer genießen – GALA kennt die Details

Stars

- 9 NEWS**
Kaia Gerber beichtet Bizarres. Selena Gomez hat Business-Ärger. Michelle Hunziker in Love
- 10 LIVE**
Stars im Sonnenrausch. König Charles im Gartenglück. Susan Sarandon im Publikum
- 18 BRAD PITT**
Der Superstar trinkt wieder – und alle machen sich Sorgen
- 20 BILL KAULITZ**
Seine Mama wird zum Fashion-Star
- 22 MILEY CYRUS**
Endlich happy nach viel Chaos
- 24 LARA COSIMA HENCKEL VON DONNERSMARCK**
Baby mit François Pinault Jr. plus ein faszinierendes Familiennetz
- 26 NATALIE IMBRUGLIA**
Die Sängerin bekam ohne Partner ein Kind durch Samenspende. Jetzt erzählt sie, wie das war
- 27 CRISTIANO RONALDO**
Er hat heimlich geheiratet. Und zwar im Wohnzimmer!
- 27 ROD STEWART**
Nach seiner Herz-OP gibt ihm die Liebe Hoffnung
- 28 LEWIS HAMILTON**
Flauschiger Familienzuwachs
- 30 NICOLE KIDMAN**
Ihr wildes neues Leben
- 32 ALESSANDRA AMBROSIO**
Verlobung im Paradies
- 34 NINA RUGE**
Die Moderatorin wird 70 – GALA sprach mit dem TV-Star über alte Rollenbilder und neue Ziele

KUNDENSERVICE: 040-8770 9590

ABONNEMENT DEUTSCHLAND

Anschrift: GALA-Kundenservice, 20080 Hamburg.
Persönlich erreichbar: Mo. – Fr. 7.30 – 20 Uhr, Sa. 9 – 14 Uhr
E-Mail-Adresse: gala-kundenservice@dpv.de
GALA im Abonnement Preis für
52 Ausgaben 218,40€ inkl. MwSt. und Versand

TITELFOTOS: SPLASHNEWS.COM, AVIL IMAGES; TITELKLINKEN: BABIRAD PICTURE, ADOBE STOCK, GETTY IMAGES, INSTAGRAM/BILLKAULITZ;
FOTOS INHALT: OHWOW, INSTAGRAM/ALESSANDRAMBROSIO, INSTAGRAM/LEWISHAMILTON, GETTY IMAGES, LAUNCHMETRICS/SPOTLIGHT (3), LULLY KRUG, PR (3)

Frisch vom Laufsteg

Style

- 37 NEWS**
Wir lieben florale Düfte und Kaffee trinken bei Armani
- 42 HERBSTTRENDS**
Unsere Highlights direkt von den Catwalks
- 48 DER STYLE-CHECKER**
Überraschender Sommer-Hit: Langarm-Shirts
- 50 VERONICA FERRES**
... und Lilly Krug im großen Mutter-Tochter-Beauty-Talk
- 54 FLIEDER WIRD FUNKY**
So mutig schminken Stars die zarte Farbe
- 56 SELF CARE**
Pflege-Know-how für sonnengestresste Haut
- 58 HEALTH**
Was Sie Ihren Arterien Gutes tun können
- 62 GOURMET**
Kabeljau trifft Tomate
- 64 TRAVEL**
Ein Traum in Grün: Die schönsten Golf-Resorts
- 66 LIVING**
Cottage-Flair zieht bei uns ein



Stories

- 71 NEWS**
„Babylon Berlin“: Was die letzte Staffel bringt
- 72 HAYDEN PANETTIERE**
Zum tragischen, viel zu frühen Tod der Schauspielerin erinnert GALA an ihr kompliziertes Leben – und ihr Charisma

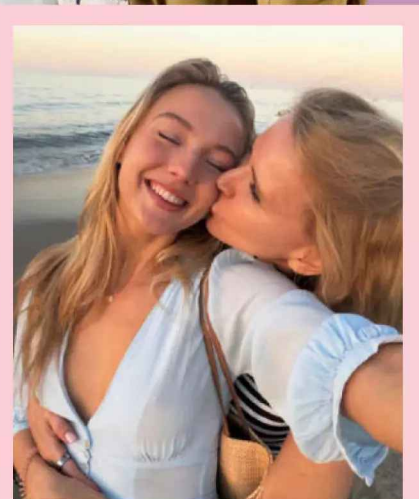
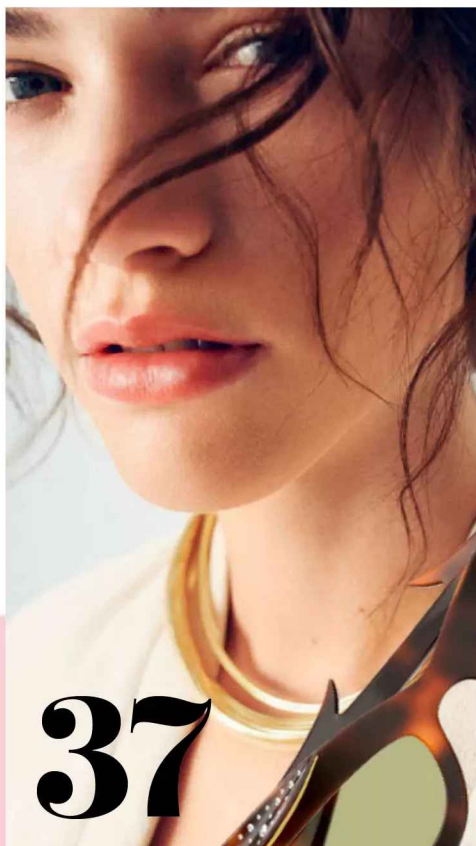
Society

- 74 AACHEN: REIT-WM**
- 78 ANNE HATHAWAYS BABYBAUCH-PARTY**
- 80 LOCARNO: FILMFEST**
- 81 BERLIN: JUBILÄUM**

GALA-STANDARDS

- 5 EDITORIAL**
- 68 HOROSKOP**
- 69 RÄTSEL, RÄTSEL-AUFLÖSUNG**
- 69 IMPRESSUM**
- 82 FRAGEBOGEN: SOPHIE VON KESSEL**

Outfit scharfstellen? Eine Cat-Eye-Brille muss her! Oder ein puristisches Collier. Mehr Tipps in den Style-News



Bezaubernd: Veronica Ferres und Tochter Lilly Krug. „Wir haben den gleichen Humor!“, erfährt GALA





LUISA **LC** CERANO®

WWW.LUISACERANO.COM

Amore mio



Kein Schattenmann

Seit einigen Monaten sind sie ein Paar, jetzt postete **Michelle Hunziker**, 49, erstmals ein inniges Foto mit **Giulio Berruti**, 41, auf Instagram (vom Sardinien-Urlaub). Der Zahnarzt scheint der Richtige zu sein und ihr große Ruhe zu geben: „Bei ihm fühle ich mich sicher. Ich schlafe wunderbar“, schwärmte die Moderatorin neulich.



KLAGE AM HALS

Ärger für **Selena Gomez**, 34: Investoren ihres Mental-Health-Start-ups Wondermind werfen der Sängerin falsche Versprechungen vor und wollen ihr Geld zurück: über eine Million Euro. Gomez' Anwalt bezeichnet die Vorwürfe als „haltlos“.

STARS



GANZ SCHÖN GRUSELIG

Hilfsmittel

D

as ist ein echt schräges Geständnis: Als Kind, so berichtet Model **Kaia Gerber**, 24 (o. l.), in einem Podcast, sei ihr oft gesagt worden, sie sei von etwas Übernatürlichem „besessen“. Also arrangierten ihre Eltern – Supermodel **Cindy Crawford**, 60 (o. r.), und Ehemann Rande Gerber, 64 – einen Exorzismus, eine Austreibung also.

„Sie haben ein Didgeridoo über meinem Körper gespielt.“ Also, wenn überhaupt, eine eher kindgerechte Form der Geisteraustreibung – und offenbar erfolglos. Denn Kaia sagt auch jetzt noch voller Überzeugung: „Ich habe tatsächlich das Gefühl, dass ich Wesen aus anderen Dimensionen anziehe.“ Warum sie das erzählt? Sie spielt in der Serie „American Horror Story“ mit. „Mama gab mir Weihwasser mit ans Set.“ Verrückt! ●



Das **Didgeridoo** ist ein traditionelles Blasinstrument der nordaustralischen Ureinwohner. Aber vertreibt man mit der Musik wirklich böse Geister?

STARS

9

Kinder, legt doch mal das Handy weg! Musiker **Cruz Beckham** und seine Freundin **Jackie Apostel** machen lieber Selfies, statt die Natur zu bewundern



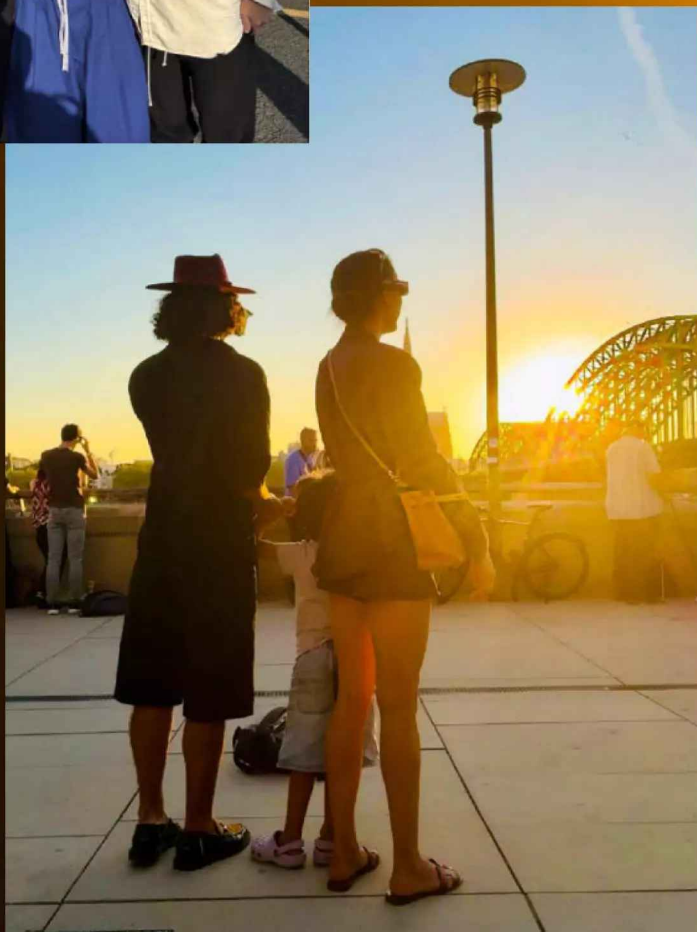
HIMMEL, IST DAS SCHÖN!

Brille auf
und staunen!
Bei der
Sonnenfinsternis
werden Stars
zu Fans



Gleich geht's los:
Vor ihrem Auftritt
in der Royal Shakes-
peare Company im
britischen Stratford-
upon-Aven stellen
sich **Bill Pullman**,
Regisseurin **Amber
Gadd** und **Helen Hunt**
(v. l.) kurz als
Eclipse-Trio auf

Profitänzer
Massimo Sinato
und Moderatorin
Rebecca Mir
bestaunen das
Sonnenspektakel
mit ihrem Sohn
in Köln an der
Rheinpromenade
mit Blick auf
Hohen-zollern-
brücke und Dom



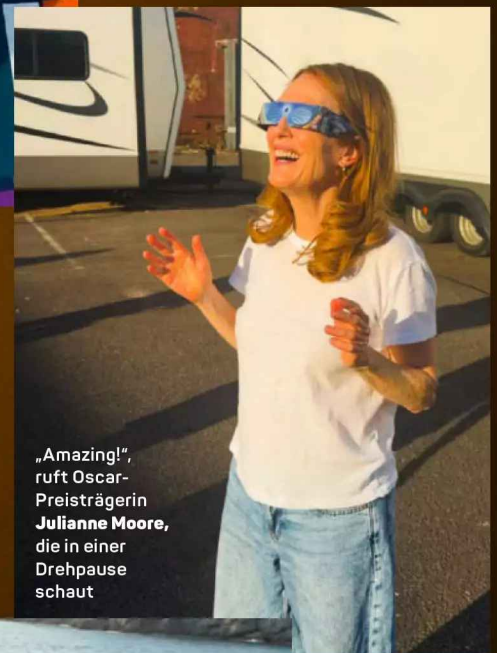
Ein Mann schaut nach oben: Auf Island ist die totale
Sonnenfinsternis ein MegaEvent – also besucht
„Eat, Pray, Bark“-Star **Rurik Gislason** seine Heimat

FOTOS: GETTY IMAGES, INSTAGRAM@JULIANNE MOORE/
@FLORIAN DAVIDITZ/@RURIKGISLASON/@MASSIMO SINATO/
@ANTONIO GALDRAG/@REBECCAMIR17/@DETANSKREKONGERUS/
@JACKIEAPOSTEL/@DAVIDBECKHAM



Schauspieler
**Florian David
Fitz** beim
Public Viewing
im Münchner
Olympiapark

„Die Natur ist das einzige, das mich nie langweilt“, kommentiert Schauspieler **Antonio Banderas** dieses Foto. Lebensgefährtin **Nicole Kimpel**, mit ihm in Málaga, wirkt genauso fasziniert – und nicht beleidigt



„Amazing!“, ruft Oscar-Preisträgerin **Julianne Moore**, die in einer Drehpause schaut



Klar, als König hat **Frederik von Dänemark** natürlich den Premiumpplatz. Im Kopenhagener Rundetårn darf er durchs historische und frisch restaurierte Teleskop schauen

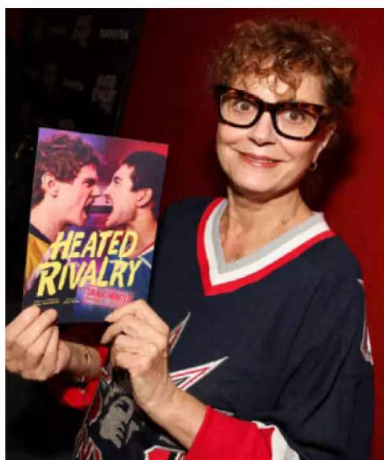


Schon ihre zweite gemeinsame Sonnenfinsternis: Die letzte war 1999, in dem Jahr haben **Victoria und David Beckham** geheiratet, nun schauen sie auf einer Yacht vor Ibiza zu



KLEINE UND GROSSE ROLLEN

Ihren 58. Geburtstag nimmt „Akte X“-Star **Gillian Anderson** mit Humor. Statt topgestylt vom roten Teppich zu grüßen, bedankt sie sich für die vielen Glückwünsche mit XXL-Lockenwicklern aus der Maske. Ab 21. September geht es im Londoner Westend als Martha in „Wer hat Angst vor Virginia Woolf?“ los.



Heiß auf Eis

Oscar-Preisträgerin **Susan Sarandon**, 79, ist ein so großer Fan der queeren Eishockey-Romanze „Heated Rivalry“, dass sie unbedingt auch das Musical dazu in New York sehen will. Dass in dem Stück alle Frauen Susan heißen? Findet sie urkomisch.



RUHE VOR DEM PARTYSTURM

Erst Singen in Posen, dann Posen im Whirlpool: Nach ihrem Auftritt beim polnischen „BitterSweet Festival“ erholt sich Sängerin **Rita Ora**, 35, auf Ibiza. Aber nur kurz: Im Urlaub richtet sie auch die Feier zum 51. Geburtstag ihres Ehemannes Taika Waititi aus. „Rita ist mein ultimativer Party-Guru“, sagt der Regisseur über seine bestens organisierte Frau.

Filmreifes Duo



Trifft ein Mann eine Frau

„So läuft es eigentlich jedes Mal ab, wenn wir zusammen sind. Ein schönes Foto, und schon bricht Gelächter aus“, erzählt **Jane Seymour**, 75. Der Mann an ihrer Seite war früher mit ihr verheiratet. Allerdings nur in ihrer Erfolgsserie „Dr. Quinn“ – es handelt sich um **Joe Lando**, 64, alias Byron Sully.

NATURALIST

Dass er eine innige Beziehung zu Pflanzen hat, ist bekannt. Angeblich spricht **König Charles**, 77, auch mit seinen Blumen. Als er zu Ehren seiner Großmutter die „King's Rose“ im schottischen Castle of Mey pflanzt, gibt es sogar Streicheleinheiten.



BESTER LIEGEPLATZ

Kissen? Braucht sie nicht. **Eva Mendes**, 52, hat etwas viel Besseres, Flauschigeres, um ihren Kopf abzulegen: Magic, ihren Hund! Mit dem Doodle-Mix, den die US-Schauspielerin und ihr Mann Ryan Gosling vor zwei Jahren aus dem Tierschutz adoptierten, kuscheln auch die zwei Töchter des Hollywood-Paares gern. Gerade nahm die Familie einen weiteren Hund bei sich auf. Magic aber bleibt für Eva Mendes immer der absolute Lieblingsplatz.



Synchron-Kuscheln

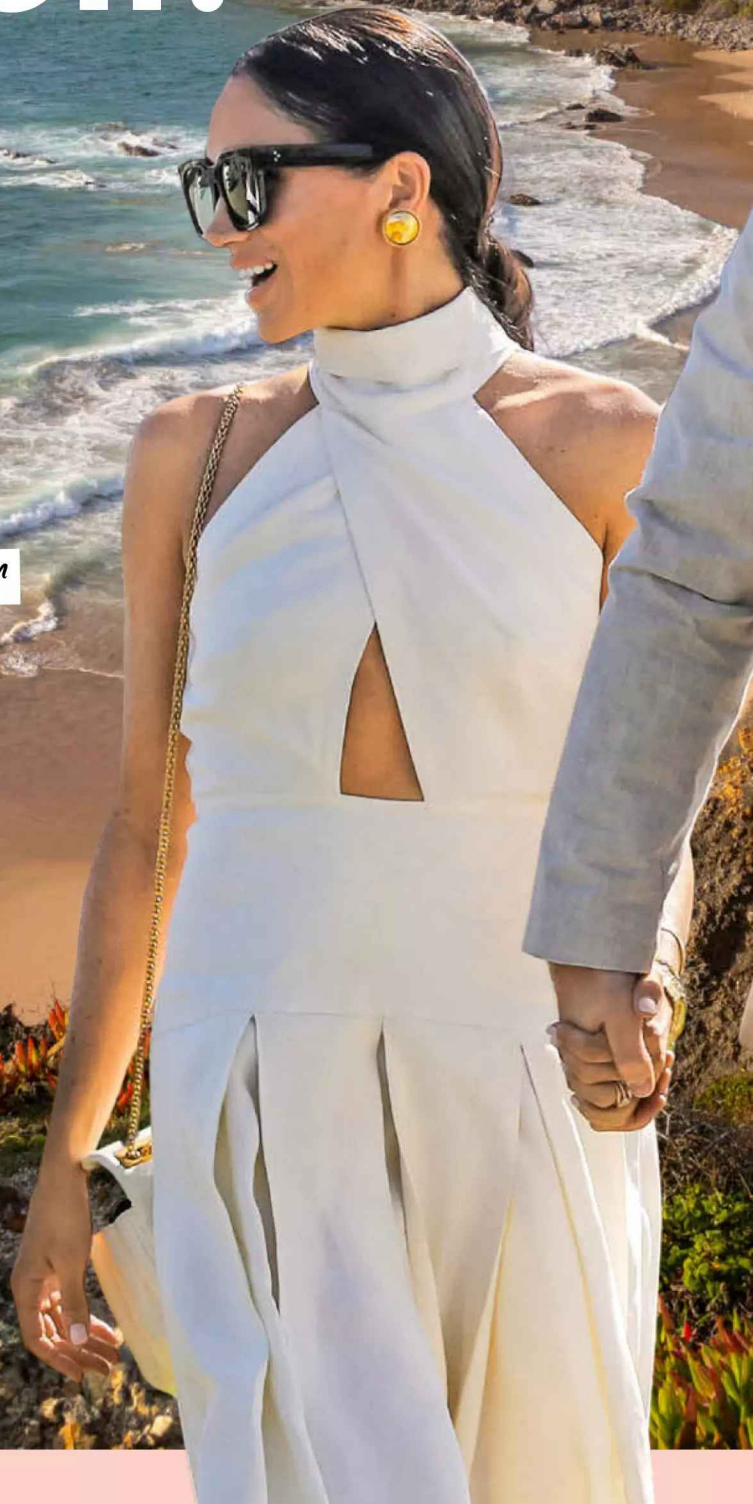
Paradies gefunden!



Köstlich hier

Genuss und Lebensfreude – besonders für Meghan ist Portugal die ideale Food-Destination: Sie liebt frischen Fisch mit Gemüse

An einem Ort können **Herzogin Meghan & Prinz Harry** wirklich loslassen: in Portugal. GALA weiß, wie und wo genau sie dort leben, was sie unternehmen – und weshalb das Land so wichtig für sie ist



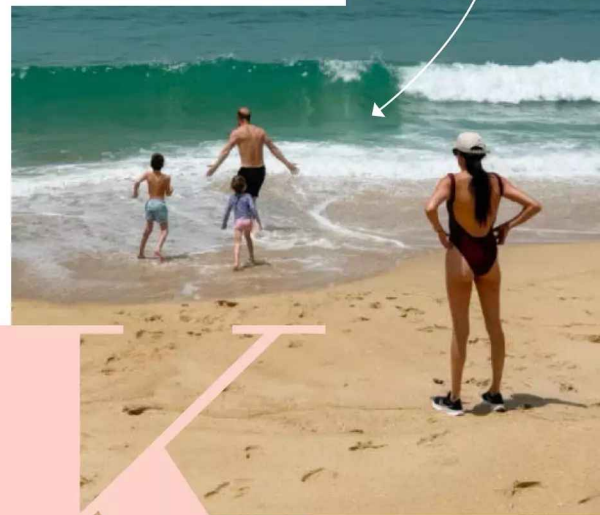
Familienzeit am Meer



In den USA fühlt sich Prinz Harry nicht wirklich wohl, Meghan mag nicht in London sein. In ihrer persönlichen Glücksoase Portugal sind beide happy



Links: Kuscheln mit Aussicht – Meghan mit Tochter Lilibet, 5, genannt „Lil“. Unten: Der Strand beim „CostaTerra Golf & Ocean Club“ ist wie für Meghan, Harry, Archie, 7, und Lilibet gemacht: Feinsandig, malerisch und: ohne viel Trubel. Beim Planschen in den Atlantik-Wellen passt Papa auf



önnte man diesen Duft nur einfangen und konservieren! Nach Pinien riecht es am Sehnsuchtsort von Meghan, 45, und Harry, 41. Außerdem nach frischem, würzigen Eukalyptus aus dem nahen Wäldchen. Etwas ganz Entscheidendes fehlt hier, an der urwüchsigen Atlantikküste, dagegen: Die vielen Menschen, die in Montecito, ihrem Zuhause, den Beach bevölkern. Im Gegensatz dazu empfangen Portugals Strände die beiden und ihre Kinder mit weichsandiger Einsamkeit und dem unschlagbar guten Gefühl von Freiheit, das sie in ihrem Alltag in den USA oft vermissen.

Meghan selbst postete jüngst Fotos von ihrem letzten Besuch Anfang Juli. Man sieht sie entspannt an einem Strand nahe des Örtchens Comporta stehen und ihrer Familie hinterhersehen, die gleich in die Wellen

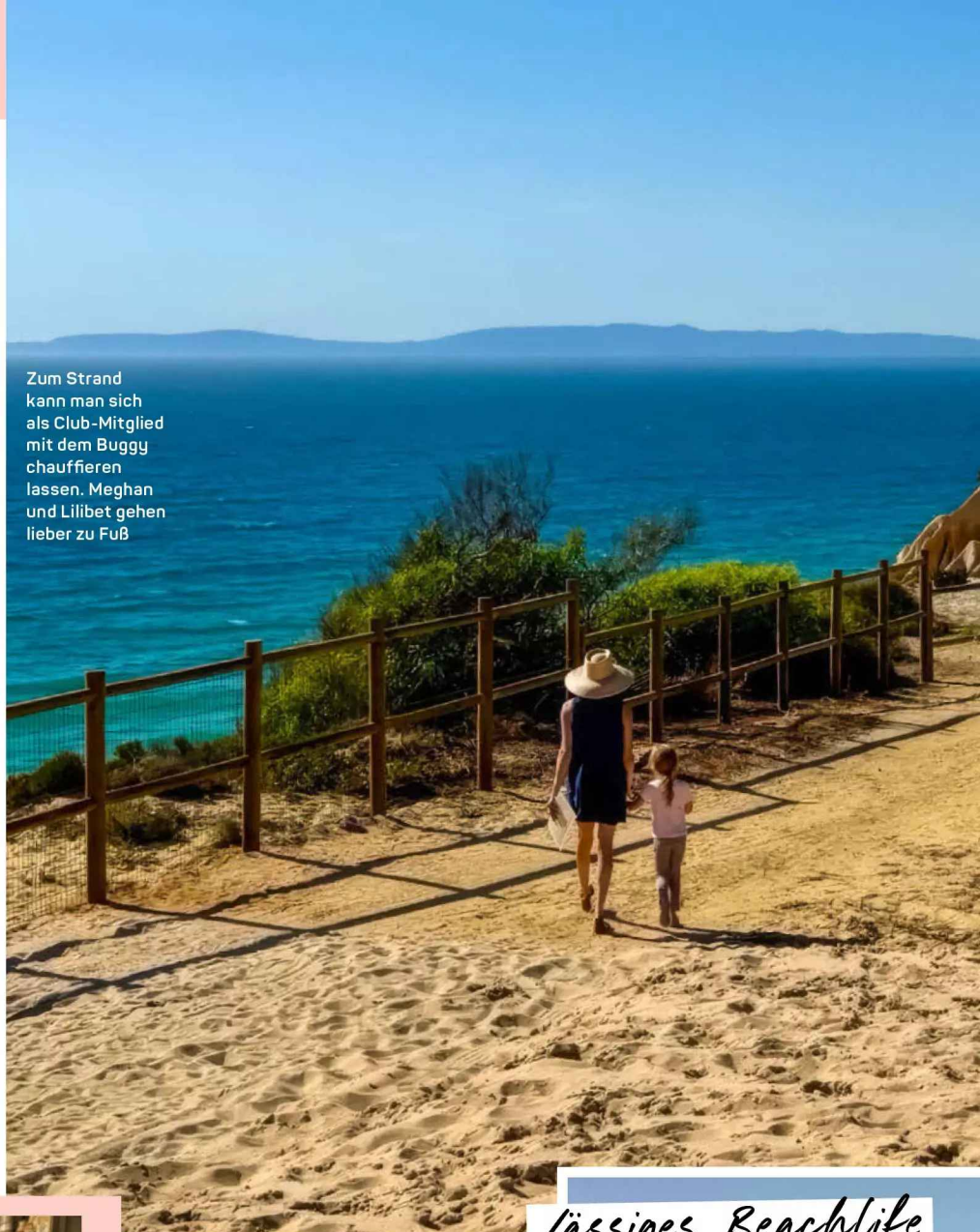
hüpfen wird. Eine andere Aufnahme zeigt das Paar in bester Ferienlaune beim Essen, vor sich ein Glas Rotwein. Dass sie beim Restaurantbesuch angesprochen wird, muss Meghan nicht befürchten: In Comporta ist man dezent. Außerdem finden die exklusivsten Dinner der High Society nicht öffentlich, sondern in sorgfältig abgeschotteten Villen statt.

Und wo genau wohnen die Sussexes in Portugal? Schon 2024 kaufte sich das Paar für rund vier Millionen Euro ein Grundstück im exklusiven „Costa Terra Golf & Ocean Club“, einer bewachten Community mit Golfplatz, Tennis- und Padel-Courts, zig Wassersportmöglichkeiten, einem Wasserpark für Kids plus auf dem Gelände verteilten Häuschen mit Gratis-Süßigkeiten für die Kleinen. Einen klitzekleinen Schönheitsfehler hat das Ganze aber doch, erfährt GALA: Das Anwesen der Royals ist noch nicht fertig, weil der Top-Bauunternehmer der Gegend dank einer wahren Flut bauwütiger Superreicher auf Jahre ausgebucht ist. Meghan und Harry müssen also warten, bis sie an der Reihe sind.

Ein anderes Luxusdomizil im nahen Brejos da Carregueira hätten die beiden übergangsweise gemietet, hört GALA. Von dort aus startete Meghan im Juli ihre Ausflüge, wie etwa in den hippen Concept-Store „Caju“ in Carvalhal, einer Nachbargemeinde Comportas. Gemeinsam mit drei Freundinnen stöberte sie in Keramik-Unikaten,

FOTOS: LOOK PHOTOS, DANA PRESS, INSTAGRAM@MEGHAN (5), INSTAGRAM@PRINCESEUGENIE (2), COSTA TERRA GOLF & OCEAN CLUB (2), WENN

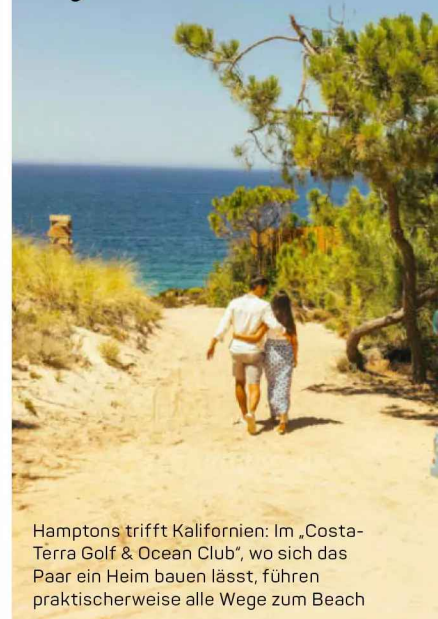
Zum Strand kann man sich als Club-Mitglied mit dem Buggy chauffieren lassen. Meghan und Lilibet gehen lieber zu Fuß



Lässiges Beachlife

Deko-Artikeln und bestaunten fließenden Kaftane der brasilianischen Designerin Renata Lins – kaufte aber nichts. Meghan erregte sonst kein Aufsehen. Berühmtheiten in ihrer Liga (und darüber) ist man hier gewohnt.

Außerdem gibt's bereits eine echte Königin vor Ort, von allen geliebt, weil so unprätentiös und sympathisch: Andrew Mountbatten-Windsors Tochter Prinzessin Eugenie, 36, die mit ihrem Mann Jack Brooksbank, 40, und den mittlerweile drei Kindern einen Großteil des Jahres auf dem Gelände des „CostaTerra“-Clubs direkt am Meer wohnt. Von Portugal ist sie begeistert: „Es ist ein Traum! Ich kann in Sportklamotten und mit Dutt in den Supermarkt gehen. Es interessiert niemanden“, beschrieb Eugenie einmal ihr portugiesisches Lebensgefühl im Podcast „Table Manners“.



Hamptons trifft Kalifornien: Im „CostaTerra Golf & Ocean Club“, wo sich das Paar ein Heim bauen lässt, führen praktischere Wege zum Beach



Das „Caju“ in Comporta ist ein Laden genau nach Meghans (mit Tasche) Geschmack

In Ruhe stöbern



Ein Haus auf dem knapp 300 Hektar großen Club-Gelände. Man darf hier aber auch ganz anders bauen, je nach Geschmack

Auf dem Weg zum „JNcQUOI Beach Club“ an Comportas Pego-Strand: August, 5, (auf Mamas Arm rechts) und Ernest, 3, die Söhne von Eugenie und Jack Brooksbank (o.), sind perfekte Spielkameraden für Archie und Lilibet

So gut gefällt es der Prinzessin, dass sie Anfang August Kind Nummer drei, eine Tochter, in Lissabon zur Welt brachte und sie Adelaide Elizabeth Annina nannte. Ein Name, als „Teil der englischen und portugiesischen Geschichte, zwei Orte, die wir lieben und unsere Heimat nennen“, wie Eugenie auf Instagram kürzlich verkündete.

Zurück nach London, wo stets das Damoklesschwert Andrew über ihr schwebt, zieht sie wenig.

Außerdem arbeitet ihr Mann Jack im „CostaTerra“-Club und ist für Vermarktung und Verkauf der Luxus-Immobilien zuständig. Auch bei ihm läuft's: Meghan und Harrys Zuzug gilt als sein PR-Coup, der den Verkauf der immerhin über 300 Wohneinheiten auf dem Clubgelände ordentlich in die Höhe schraubte.

Auch Prinz Harry liebt den neuen anvisierten Zweitwohnsitz, ist Portugal doch ein guter Zwischenstopp, knapp drei Flugstunden von seinem eigentlichen Wunschziel London entfernt.

Nur zu gerne würde er öfter in seine Heimat zurückkehren, Termine absolvieren und ausgewählte Familienmitglieder wie seinen Vater König Charles, 77, treffen. In Portugal kann er vorm Wiedersehen mit den Royals noch einmal durchatmen.

Oder danach – je nachdem, wie es lief. ● MARTINA OCHS, HILI INGENHOVEN

Prinz Harry wird bald erneut in Europa erwartet: Anfang September reist er zu einem Charity-Event nach London. Meghan soll noch überlegen, ob sie mitkommt

Nach Sucht, Scheidung und dem Zerbrechen seiner Familie schien **Brad Pitt** neu anfangen zu haben. Nun trinkt er wieder Alkohol – und spricht über Einsamkeit, die ihn nie losgelassen hat

Fast beiläufig fällt das Geständnis, als das US-Magazin „Esquire“ Brad Pitt zu Hause besucht. Als der Interviewer wissen will, ob der angebotene Wein nur für Gäste gedacht sei, antwortet Pitt: „Nein. Ich war sieben Jahre lang nüchtern. Dann fiel ich wieder vom Wagen.“ Ein paar Gläser Wein könne er inzwischen vertragen, sagt der 62-Jährige. „Aber nicht viel. Ich muss professionell damit umgehen.“ Und man muss beim Lesen selbst schlucken: „Vom Wagen gefallen“ heißt Rückfall. Laut „Page Six“ war der Megastar Anfang Juli bei Taylor Swifts Hochzeit von verblüfften Gästen beim Trinken beobachtet worden. Dabei gilt für Menschen mit einer Alkoholabhängigkeit nun einmal völlige und dauerhafte Abstinenz als primäres Therapieziel.

Ausgerechnet Brad, der die Kontrolle schon einmal verlor, spricht heute davon, „professionell“ damit umgehen zu können? Vermutlich meint er verantwortungsbewusst. Als ich, der GALA-Reporter, ihn einmal vor einigen Jahren ziemlich betrunken bei den Filmfestspielen in Cannes erlebte, hielt er sich gegen drei Uhr morgens an der Bar des legendären „Hôtel du Cap-Eden-Roc“ fest, nuschelte grinsend: „Un vodka on the rocks, s’il vous plaît.“ Als sein Thekennachbar sagte: „Dein Glas ist ja noch halb voll“, stürzte Brad den Rest hinunter und antwortete schelmisch: „Halb voll war!“

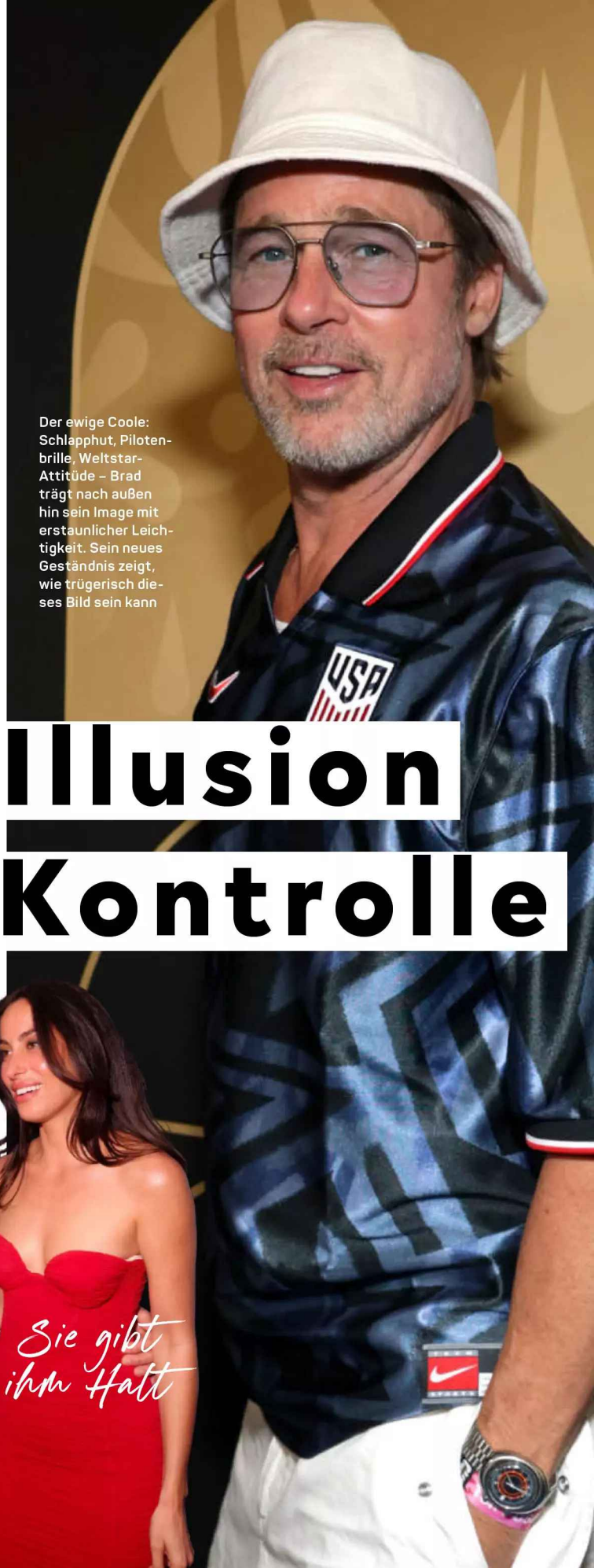
Damals wirkte es einfach wie die enthemmte Nacht eines Mannes, der das strahlend schöne Epizentrum des Festivals war. Im Rückblick bekommt

Die Illusion der Kontrolle

Der ewige Coole: Schlapphut, Pilotenbrille, Weltstar-Attitüde – Brad trägt nach außen hin sein Image mit erstaunlicher Leichtigkeit. Sein neues Geständnis zeigt, wie trügerisch dieses Bild sein kann



Seit 2022 ist die gebürtige Schweizer Schmuckdesignerin Ines de la Fruz die Frau an seiner Seite. Heiratspläne habe der Schauspieler nicht mehr, heißt es



Die verlorene Familie



»Mein Schmerz war so erdrückend«

BRAD PITT

die Szene einen bitteren Beigeschmack: 2016 zerbrach nach einem eskalieren Flug mit Angelina Jolie und den sechs Kindern das Bild der perfekten Familie. Jolie erhob schwere Vorwürfe: Der stark alkoholisierte Brad soll damals Bier über sie geschüttet, sie geschüttelt und am

Ellbogen verletzt haben – auch eines der Kinder soll er angegriffen haben. Sie reichte die Scheidung ein. „Ich war an einem Punkt angelangt, an dem es so nicht mehr weitergehen konnte“, sagte Brad später. Es folgten Therapie und eineinhalb Jahre bei den Anonymen Alkoholikern. Dort habe er Männer erlebt, die mit einer für ihn völlig neuen Offenheit miteinander sprachen. Seinem Kumpel Bradley Cooper, 51, der selbst seine Alkohol- und Kokainsucht überwunden hatte, dankte Pitt 2020 öffentlich, ihm den Weg in die Nüchternheit gewiesen zu haben.

Bis heute bleibt Pitt für viele der coole, lebenshungrige Kerl aus Hollywoods-Boys-Club, der wohl nie dieses betörend Jungenhafte verliert.

Dabei konnte er selbst das Grundrauschen um seine Person noch nie gut aushalten: „In den Neunzigern warf mich die ganze Aufmerksamkeit völlig aus der Bahn.“

Während alle Welt bald seine Frisuren, seinen Körper und seine Beziehungen zu Gwyneth Paltrow oder Jennifer Aniston sezierte, kämpfte er mit eher düsteren Filmen wie „Sieben“ oder „Fight Club“ gegen die Schönlings-Schublade. Um dem Gewirr aus Erwartungen und Urteilen zu entkommen, „kiffte ich mich mit der Bong ins Abseits“. Bald habe er kaum noch unterscheiden können, welche Wünsche seine eigenen waren – und welche andere auf ihn projizierten. Vielleicht auch, weil es schon in seiner Familie nie selbstverständlich war, über Gefühle zu sprechen. Als er als Kind vom Suizid eines Schauspielers erfuhr, den er bewundert hatte, weinte er bitterlich, aber lautlos, damit seine Eltern nichts bemerkten: „Das war nicht die Zeit dafür. Jungs und Tränen.“

Seit vor einem Jahr seine geliebte Mutter Jane starb, besucht Brad öfter seinen Vater William, 85, in Missouri. Sie sitzen auf der Veranda, beobachten Glühwürmchen und sprechen über die Frau, die fehlt – auf ihre Art, wie Brad erzählt: „Wir sind Leute vom Land. Wir gehen nicht wirklich in die Tiefe.“ Er selbst hat es inzwischen ein bisschen gelernt, spricht in „Esquire“ offen über Trauer: Verlust sei „das Tiefgreifendste, was ein Mensch ertragen kann“, die daraus entstehende Einsamkeit „die größte Folter“. Er meint nicht nur die Trauer um seine Mutter: Das Verhältnis zu seinen Kindern ist bis



2013 waren Jolie und Pitt noch „Brangelina“, die in Hollywood alles überstrahlende Supernova. Links: Das Paar 2011 mit den Kindern (v. l.) Zahara, heute 21, Knox, 18, Maddox, 25, Shiloh, 20, Pax, 22, und Vivienne, 18. Alle Kinder wuchsen bei Angelina auf, Brad hatte Besuchsrecht, doch der Kontakt soll nach Sorgerechtsstreit und Rosenkrieg gleich Null sein

heute zerrüttet. Inzwischen sollen alle sechs – jüngst, an ihrem 18. Geburtstag, auch die Zwillinge Vivienne und Knox – den Namen Pitt abgelegt haben. Laut Freunden soll das dem Schauspieler sehr zusetzen.

Auch seine dunkelsten Gedanken teilt Pitt im Interview. Eigentlich sei er „nie suizidal“ gewesen, einmal jedoch habe er verstanden, wie ein solcher Tod als Erlösung erscheinen könne. „Mein Schmerz war so erdrückend.“ Auf die Frage, ob das mit den Kindern zusammenhing, sagt Brad nur: „Familien-sachen. Belassen wir es dabei.“ Dann fällt ihm plötzlich ein: „Dabei redet ihr mit einem Mann, der im Lotto gewonnen hat!“ Ein Satz, der ihn fast selbst erstaunt. Als könne er nicht glauben, dass sein beruflicher Erfolg ihn nicht vor Verlust bewahrt hat. Und dass seine Sucht und Dämonen nicht entschuldigen können, wie tief er Angelina und seine Kinder verletzt haben muss.

Warum genau Brad Pitt nach sieben nüchternen Jahren wieder Alkohol trinkt, verrät er nicht. Vielleicht gelingt ihm tatsächlich, Maß zu halten. Vielleicht ist „professionell damit umgehen“ aber auch nur die gefährliche Hoffnung eines Mannes, der glaubt, die Grenze selbst ziehen zu können. ●

ROLAND RÖDERMUND

Benötigen Sie selbst Hilfe oder machen sich Sorgen um eine nahestehende Person? Die Telefonseelsorge ist kostenlos, rund um die Uhr und anonym für Sie da. Unter 0800/111 0 111 oder 0800/111 0 222 stehen Ihnen Berater für schwierige Situationen zur Seite

Spiel mit dem Feuer

Brad bei den SAG Awards in Los Angeles. Im Showbusiness ist Alkohol allgegenwärtig – gefährlich in einer Branche, die sehr von Leistungsdruck, Isolation und Größenwahn geprägt ist



Single **Bill Kaulitz** genießt eine Luxus-Reise mit seiner Mutter. Und die überrascht mit einem neuen Look



Chic, Charlotte!

Bill und seine Mama auf dem Weg zum Dinner, beide prächtig aufgerüstet. Links: Charlotte 2024 bei einer Premiere



Beste Begleitung

Frische Austern und Roséwein zum Mittagessen. Ein farbenprächtiger Sundowner mit Blick auf den Stromboli und Champagner satt. Die Reise mit dem Luxus-Kreuzfahrtschiff „Orient Express Corinthian“ ist ganz nach dem Geschmack von Bill Kaulitz, 36. Zum unvergesslichen Ferienerlebnis für den Tokio-Hotel-Sänger wird die Cruise jedoch durch seine gut gelaunte Begleitung: Mama Charlotte Trümper, 57.

Die ehemalige Kunstmalerin, die den Nachnamen ihres Ex-Mannes trägt, steht ihren Söhnen sehr nahe; sie zog die beiden lange Zeit alleine in der Nähe von Magdeburg groß. Die Öffentlichkeit meidet sie normalerweise. „Meine Mama ist 'ne schüchterne Maus. Also ganz anders als ich“, erklärte Bill, als er und sein Zwillingbruder



Küsschen vorm Trevi-Brunnen: In Rom trägt Bill einen Sonnenschirm, Charlotte Strick-Top und XXL-Ledertasche

Beim Frühstück tritt Charlotte, stylish mit Hut, ihr Ei an Bill ab, dazu Toast und Orangensaft – und ein Foto



Sonnenuntergang mit Champagner, Cocktail und der Vulkaninsel Stromboli bei Sizilien im Hintergrund

Tom sie vor zwei Jahren zur Premiere ihrer Netflix-Doku „Kaulitz & Kaulitz“ mitnahmen. Mittlerweile war sie schon häufiger in der Serie zu Gast. Und vielleicht schafft es ja sogar dieser Urlaub, Teil der vierten Staffel zu werden?

Privat lebt sie den Kontrast. Mit ihrem aktuellen Partner Werner wohnt sie ganz bodenständig in einem Haus in der Nähe von Hamburg, das die Jungs ihr gekauft haben. Die Kreuzfahrt mit Bill scheint Mama Kaulitz, die nur vier Jahre älter ist als ihre Schwiegertochter Heidi Klum, 53, trotzdem zu genießen. Auffällig: ihr neuer Style. Trug sie sonst lange Haare und unauffällige Kleidung, sind nun bunte Sommer-Outfits im Gepäck, eine auffällige goldene Kette und XL-Sonnenbrillen. Steht ihr – genauso wie der Kurzhaarschnitt.

Bei ihrem viertägigen Segeltörn lassen sich Bill und Charlotte von Rom über Neapel und Sizilien bis nach Malta keine Sehenswürdigkeit entgehen und genießen das nagelneue Schiff, das den gleichen Namen trägt wie der berühmte Luxus-Zug, der vor 140 Jahren erstmals zwischen Paris und dem heutigen Istanbul verkehrte. Eine tolle Zeit: Charlotte blüht sichtlich auf – und Bill genauso. Er ist froh, dass er keinen Single-Urlaub machen muss – und sicher auch, dass er seine Mama mal ganz für sich allein hat. ●

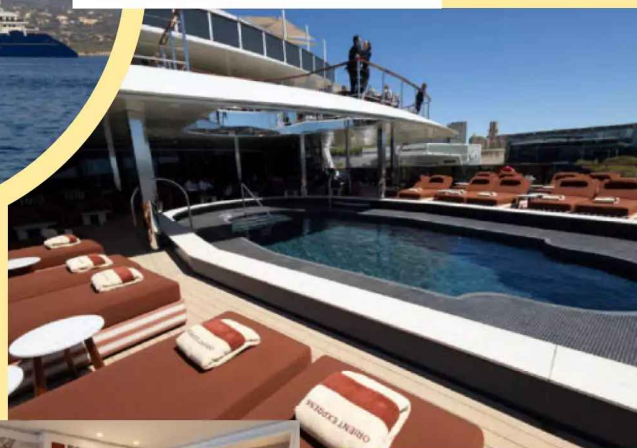
STEFANIE RICHTER



Luxus - Yacht

Die „Orient Express Corinthian“ ist das modernste und größte Segelschiff der Welt. Es ist 220 Meter lang, besitzt drei 100 Meter hohe Masten und einen nachhaltigen Hybridantrieb

Für die 110 Passagiere gibt es mehrere Pools, Kino, Konzertsaal, Theater und Bibliothek sowie 14 Restaurants



Die luxuriöse Einrichtung erstreckt sich bis ins Badezimmer. Das hat natürlich seinen Preis: Die insgesamt 54 Suiten kosten jeweils rund 7.000 Euro pro Nacht

ZUM GLÜCK GLÜCKLICH

Früher Schauspielerin, heute Sängerin: Miley Cyrus holte 2024 mit ihrem Hit „Flowers“ zwei Grammys, hat mehr als 20 Millionen Tonträger verkauft

Sie ist 31 und seit mehr als 20 Jahren im Showbiz. Andere scheitern am frühen Ruhm, **Miley Cyrus** hat die Kurve gekriegt

Die wilden Jahre sind vorbei



Mit 14 startete Miley als „Hannah Montana“ durch, da stand sie schon vier Jahre vor der Kamera

Ich war damals furchtlos. Wie ein Kind, das mit dem Rad einen Hügel hinunterrast und noch nie gestürzt ist, also denkt es gar nicht daran, sich zu verletzen.“

Doch dann fiel sie. Hollywood macht den Zugang zu Alkohol und Drogen leicht; Miley geriet in einen Sumpf der Süchte – auch, um den Erwartungsdruck zu kompensieren. „Ich war so jung, und manchmal glaubte ich, die Vorstellungen anderer von mir seien meine eigenen“, erkennt sie heute. Sie habe zeitweise gedacht, die Welt allein verbessern zu müssen. Nun weiß sie: „Veränderung geschieht, wenn jeder seinen Beitrag leistet.“

In ihrem Fall: erst mal gut für sich sorgen, also konsequent abstinent leben, sich mit dem ambitionierten Vater versöhnen und ihre Leidenschaft, das Singen, ausleben.

Und siehe da: Mit ihrer Empowerment-Hymne „Flowers“ hat sie die Welt ein bisschen schöner gemacht. ● TATJANA DETLOFF

Papa Billy Ray Cyrus 2009 mit Miley, damals 17. Er soll sie sehr gepusht haben. Miley heute: „Ich habe Frieden geschlossen, weil wir Brücken gebaut haben“

»Ich war
damals
furchtlos
wie ein
Kind«

Sie hätte daran zerbrechen können wie so viele ihrer Kolleginnen. Miley Cyrus, 31, aber fühlt sich gerade so stark und glücklich wie nie zuvor in ihrem Leben. In einem Interview zum 20. Jubiläum ihrer Disney-Serie „Hannah Montana“ mit dem britischen Magazin „Wonderland“ reflektiert sie ihre eigene Entwicklung vom Teeniestar zu gefeierten Musik-Ikone. „Ich bin dankbar, dass ich diese wilden Jahre erlebt und überstanden habe.

Seit fünf Jahren ist Miley Cyrus mit dem Schlagzeuger **Maxx Morando** liiert. Die erste Ehe scheiterte 2020



Der Newsletter
mit Herz

Willkommen in der GALA-Glam-WG!

Ihr wöchentlicher Insider-
Blick in die Welt der Stars

HIER
KOSTENFREI
ABONNIEREN!

Einfach den QR-Code
mit Ihrem Smartphone
scannen



Sechs Meinungen, ein Sofa, die heißesten Star-Stories:
Unsere WG spricht Klartext. Jeden Freitag im neuen Newsletter

Kleiner Mann, große Familie



Baby an Bord:
Windeln wechseln
im Privatjet – das
übernimmt Papa
François lässig mit
Kopfhörern im Ohr



*Mama-
Glück*

Nickerchen auf
der Picknickdecke –
mit Hut-Schatten
fürs Baby



Model **Lara Henckel
von Donnersmarck** &
Unternehmer **François
Pinault** zeigen ihr
Baby. Es wächst in
zwei spannende
Clans hinein



Mini mit Maxi-Hunger! François,
etwas müde, gibt seinem
Stammhalter das Fläschchen



Idyllisch
inszeniert:
Lara Cosima,
die ihren Vater
früher oft an
Filmsets be-
gleitete, mit
Baby, Hut und
Blumenkorb

Spaziergang im Garten – und dann schnell wieder ins Haus, damit der Kleine nicht zu viel Sonne abbekommt



Im Februar veröffentlichte Lara Cosima erstmals ein Paar-Foto von sich und François bei Instagram



FOTOS: INSTAGRAM (7), BESTIMAGE, BABIRAD PICTURE

des milliardenschweren französischen Unternehmers François-Henri Pinault, 64, der den Luxuskonzern Kering leitet, zu dem Marken wie Gucci oder Balenciaga gehören.

Doch nur „Neпо Baby“ sein und nichts tun, ist nicht Lara Cosimas Ding. Sie studierte an der renommierten Parsons School of Design in New York, machte ein Praktikum bei Dior in Paris, wo sie auch lebt und als Model und Mode-Influencerin arbeitet. 2023 durfte sie am „Bal des Débutantes“ teilnehmen, einem der exklusivsten Events der High Society. Über ihre Zukunftspläne sagte sie vor drei Jahren zu GALA, sie wolle ihre Kreativität in der Mode ausleben, aber sie sehe sich auch im Filmbusiness – wie ihr Vater: „Ich möchte schreiben, Regie führen und hoffentlich auch schauspielern, aber nur in meinen eigenen Filmen.“

Jetzt aber hat Lara Cosima erst mal eine ganz andere Rolle – und ist mit voller Hingabe Mutter. ●

STEFANIE BÖHM

Ganz nebenbei verrät das Model hier nicht nur, dass das Baby den Namen seines Vaters und Großvaters trägt, sondern, dass offenbar auch eine Hochzeit stattgefunden hat. Bislang war nur bekannt, dass das Paar sich im Frühjahr verlobt hat, kurz nachdem es seine Beziehung in den Sozialen Medien mit einem gemeinsamen Foto öffentlich gemacht hatte.

Eine Beziehung, die wie ein modernes Märchen anmutet: Sie, die Tochter eines Drehbuchautors und Oscarpreisträgers, der aus einem altschlesischen Adelsgeschlecht stammt. Er, der Sohn



Stief-Oma Salma Hayek, 59, mit dem großen und dem kleinen François

Ihre Eltern



Regisseur Florian Henckels von Donnersmarck (hier 2007 mit seinem Oscar für „Das Leben der Anderen“) und seine Frau, die Juristin Christiane Asschenfeldt

François stammt aus der ersten Ehe von Unternehmer François-Henri Pinault. 2009 heiratete er Hollywoodstar Salma Hayek



Seine Eltern

1998



Links: MTV Award für den Hit „Torn“. Rechts: Natalie Imbruglia, 51, voriges Jahr bei einer Ausstellungseröffnung in ihrer Wahlheimat London



Kein leichter Weg

„Torn“-Sängerin **Natalie Imbruglia** meldet sich zurück – mit Bekenntnissen und viel Zuversicht

Dieses Lied! Ende der Neunzigerjahre kam am Debüt-Hit von Natalie Imbruglia niemand vorbei, so eindringlich performte die Australierin mit der melancholischen Stimme „Torn“, einen Song über das schmerzliche Gefühl, wenn sich die rosa Wolken einer großen Liebe verflüchtigen.

Der Hit war ihre Rettung, wie sie jetzt im Podcast „Big Again“ erzählte: Zuvor habe sie aus Geldnot im Keller eines Freundes in Chelsea gehaust. Nicht die einzige Herausforderung ihres Lebens: Weil sie unbedingt Mama werden wollte, aber Single war, entschied sie sich 2019, eine Samenspende zu nutzen. Erst nach etlichen Versuchen klappte es mit der Befruchtung der Eizelle. Heute ist Sohn Max Valentine sechs Jahre alt und Imbruglia überglücklich. Dass vor Kurzem ADHS und eine Zwangsstörung bei ihr diagnostiziert wurde, kann sie deshalb auch nicht aus der Ruhe bringen: „Es ist meine Superkraft.“ ●

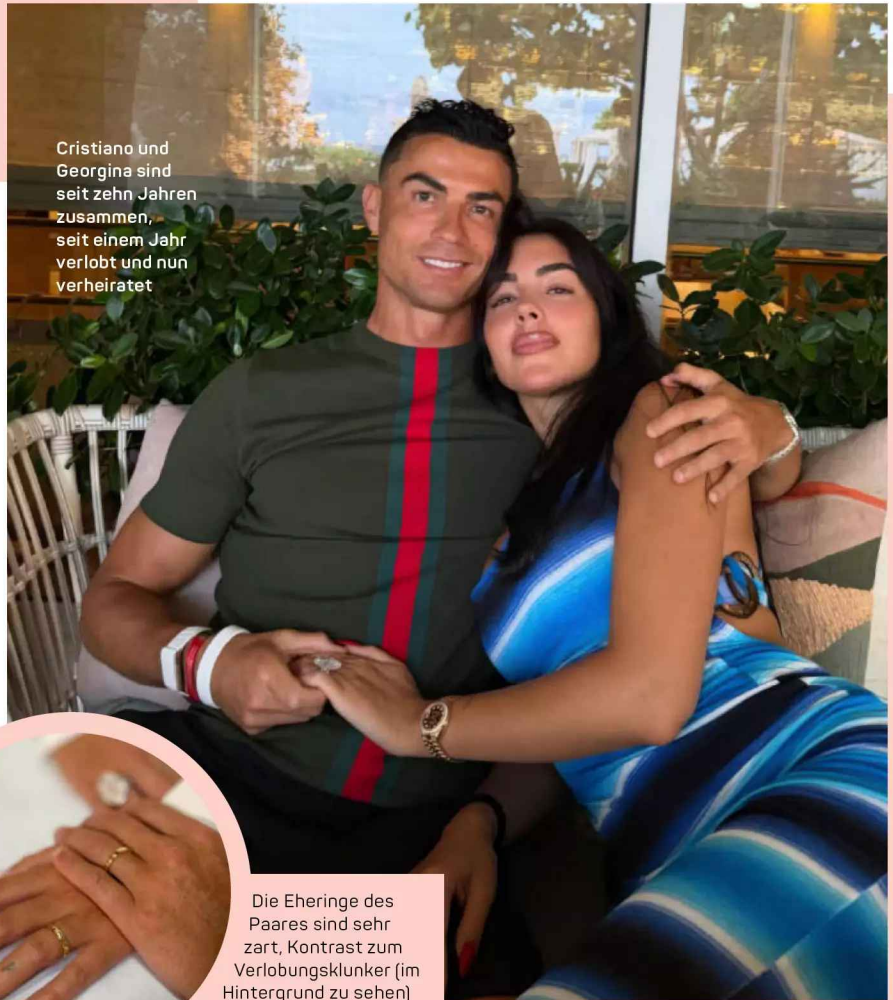
Jawort im Wohnzimmer

Eigentlich muss bei **Cristiano Ronaldo** alles groß sein. Seine Hochzeit aber wurde nun klein, aber sehr besonders

Das Happy End kam anders als erwartet: Cristiano Ronaldo, 41, der Mann der Superlative – erster und einziger Fußball-Milliardär und fünffacher Weltfußballer – hat seine Hochzeit mit Georgina Rodríguez, 32, maximal minimalistisch gefeiert: im Wohnzimmer! Während Fans in Ronaldos Heimat Madeira vor der Kathedrale von Funchal auf eine Trauung ihres Idols hinfieberten, sagte er zu Hause im portugiesischen Cascais Ja. Natürlich waren alle fünf Sprösslinge dabei, die das Paar großzieht: Cristiano Jr., 16, die Zwillinge Eva und Mateo, 9, und die gemeinsamen Töchter Alana, 8, und Belle, 4.

Die Kinder sind auch der Grund für den außergewöhnlichen Ort der Zeremonie: Die Hochzeit, so Georgina zur „Vogue“, sollte stattfinden, „wo wir frühstücken, zu Mittag und zu Abend essen und wo wir unser Leben leben, denn in 30 Jahren sollen die Kinder denken: An diesem Tisch geschah etwas Wunderbares.“ Danach gab es noch einen Segen im Wallfahrtsort Fátima.

Immerhin, Braut und Bräutigam trugen beide Gucci – auch das hat symbolischen Wert, denn sie haben sich vor zehn Jahren in einem Madrider Gucci-Store kennengelernt. ●



Cristiano und Georgina sind seit zehn Jahren zusammen, seit einem Jahr verlobt und nun verheiratet



Die Eheringe des Paares sind sehr zart, Kontrast zum Verlobungsklunker (im Hintergrund zu sehen)

FOTOS: GETTY IMAGES, PICTURE ALLIANCE, PENNY LANCASTER/ CRISTIANO & GEORGINA @ INSTAGRAM.COM

Ganz der Alte!



Rod Stewart und Penny Lancaster sind seit 2007 verheiratet

LIEBE IST DIE BESTE MEDIZIN

Er wollte es noch einmal wissen, noch einmal so richtig die Bühne rocken, das Publikum begeistern – doch „One Last Time“, die Abschiedstour von **Rod Stewart**, 81, wurde zum wiederholten Mal unterbrochen. Ernster Hintergrund dieses Mal: Dem Sänger musste ein Koronarstent eingesetzt werden, die Sauerstoffversorgung des Herzens war zuvor dramatisch gesunken.

Inzwischen geht es dem schottischen Rocker besser. Das liegt entscheidend auch an **Penny Lancaster**, 55. Seine dritte Ehefrau weicht ihm nicht von der Seite, sorgt für gute Stimmung und schickt Liebesgrüße: So postete sie nach der Herz-OP ein inniges Kuss-Video zu seinem Schmusesong „You’re In My Heart“. Und Rod schrieb kurz drauf: „Ich freue mich, bald wieder auf der Bühne zu stehen.“

Knapp ein Jahr nach dem Tod von Bulldogge Roscoe hat Formel-1-Star **Lewis Hamilton** einen neuen Hund. Und punktet damit bei Kims Familie

Patchwork mit Hund

Man möchte ihn einfach nur an sich drücken! Der Golden-Retriever-Welpen von Lewis Hamilton, 41, wickelt gerade nicht nur den siebenfachen Formel-1-Weltmeister um die Pfote. Die kleine Halo wird auch von Lewis' Freundin Kim Kardashian, 45, und ihren Kindern geknuddelt und geküsst und herumgetragen.

Cleverer könnte Lewis sich bei der Kardashian-Bande kaum beliebt machen. Anfang des Jahres wurde zwischen ihm und der TV-Personality aus Freundschaft Liebe. Und nun wird er langsam in den Familienalltag integriert, machte auch schon Urlaub mit allen. Mit Halo wird das noch leichter.

Ein Hund als Charme-Offensive?

Nein, für Lewis geht es um mehr. Vor elf Monaten hat er seine geliebte Bulldogge Roscoe verloren. Lewis hatte sie 2013 zu sich geholt; seitdem begleitete Roscoe ihn überallhin, sogar ins Fahrerlager, hatte nicht nur einen eigenen

Paddock-Pass, sondern auch einen super beliebten Instagram-Kanal mit 1,3 Millionen Followern. Als der Hund im September 2025 mit einer Lungenentzündung in die Tierklinik kam, sagte Lewis sogar einen Ferrari-Reifentest ab, um bei ihm zu sein. Nichts half, schließlich musste das Tier eingeschläfert werden. „Die schwerste Entscheidung meines Lebens“, so Lewis.

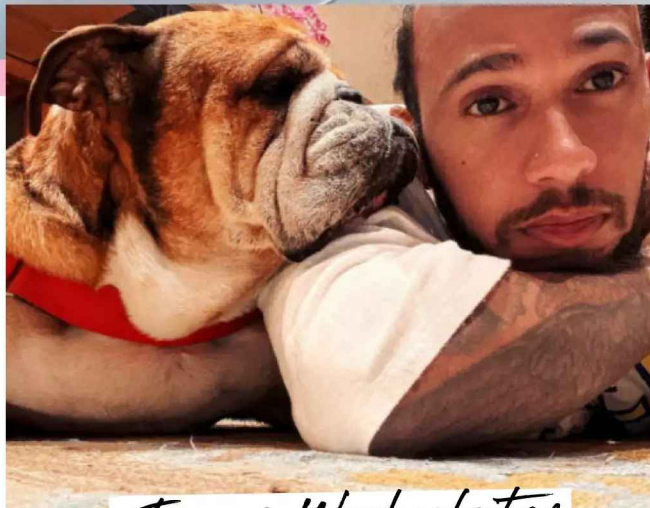
Nun, nach knapp einem Jahr Trauer, ist er bereit für Roscoes Nachfolger, der aus der Golden-Retriever-Zucht „Goldiva Goldens“ im US-Bundesstaat Maine stammt. Bevor der Welpen zu Lewis zog, reiste Hamiltons langjährige Hundetrainerin Kirstin McMillan dorthin, um Halo



Lewis, ...

Willkommen, du süßes Fellbündel! Hamilton begrüßt Golden-Retriever-Hündin Halo in Los Angeles

FOTOS: INSTAGRAM/KIMKARDASHIAN (2)/LEWISHAMILTON/ROSCELOVESCO



Treuer Wegbegleiter

Die englische Bulldogge Roscoe war zwölf Jahre bei Hamilton. Sie starb im September 2025 in seinen Armen



... die Kinder ...

Chicago, 8, Psalm, 7, und Saint, 10, (v. l.) wachsen im Luxus auf – über den kuscheligen Welpen freuen sie sich trotzdem wie jedes andere Kind

kennenzulernen und ihr Benimmregeln beizubringen. Auch Roscoe gehörte bereits zu ihren Schützlingen.

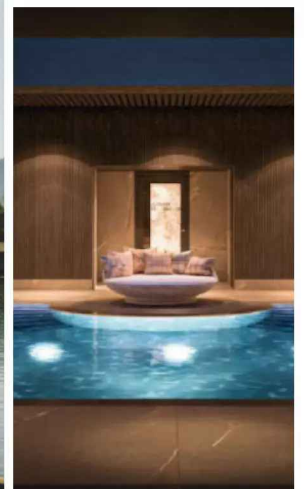
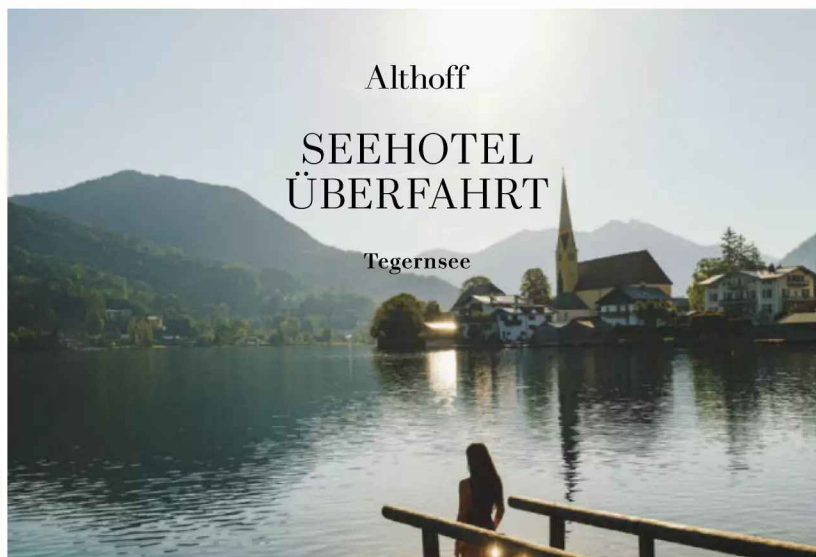
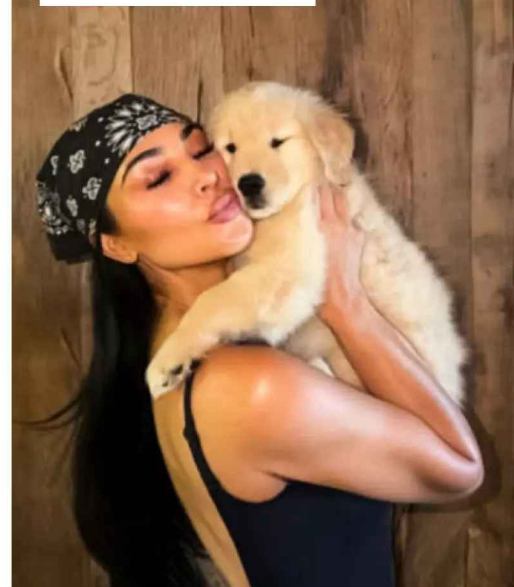
Der Name, den Lewis dem Welpen gab, hat – so mutmaßen Fans – eine besondere Bedeutung. „Halo“ heißt nämlich der Titanbügel über dem Cockpit eines Formel-1-Wagens, der den Kopf des Fahrers bei Unfällen schützt – und so Leben retten kann. Hamilton weiß das aus eigener Erfahrung. Nach einem heftigen Zusammenstoß mit dem niederländischen Konkurrenten Max Verstappen in Monza 2021 sagte er: „Der Halo hat mich und meinen Nacken gerettet.“

Auch sein Social-Media-Debüt hatte Halo inzwischen auf dem Kanal der Züchterin. Sie postete ein Bild von Halo – stilecht mit Rennhelm. Das Bild bekam 10.000 Likes. Noch längst nicht die Reichweite, die Roscoe erzielte. Aber es sind halt große Fuß-, äh Pfotenstapfen, die er hinterlässt. ●

BETTINA HENNIG

... und Kim lieben Halo

Sieben Zwergspitze hat Kim Kardashian schon zu Hause – doch in ihrem Herz ist auch noch Platz für Halo



DIREKT AM SEE. DIREKT IM GLÜCK.

Der Moment, in dem alles leiser wird.

Wasser, Stille und ein Ort zum Ankommen.
Unser grundlegend neugestalteter Spa schenkt besondere Momente der Ruhe.



www.seehotel-ueberfahrt.com

»Ein Sprung ins Unge

Mutig, wild, emotional. **Nicole Kidman** erfindet sich neu und öffnet ihr Herz. Sie spricht sogar über Tom Cruise

Wer diesen Sommer auf Ibiza in einem der Rave Clubs durchgemacht hat, sollte vielleicht noch mal ganz genau überlegen: War es vielleicht Nicole Kidman, 59, die neben mir getanzt hat? Getarnt mit dunkler Perücke und Sonnenbrille, wie die Schauspielerin gerade in einem Interview erzählte. Portofino, Mykonos, London, Paris – Kidman erlebt einen „heimlichen Sommer“ in Europa. Und fühlt sich so frei und lebendig wie lange nicht mehr.

Eine Phase des Glücks, die für sie den Abschluss „eines nicht so leichten Jahres“ bildet. „Ich stand vor der Entscheidung, ob ich mich verkrieche oder voller Hoffnung nach vorne blicke“, sagt die Oscarpreisträgerin im britischen Magazin „Vogue“ und macht klar, dass sie sich für die zweite Option entschieden hat. Vor einem Jahr gab Kidman die Trennung von Keith Urban, 58, bekannt, im Januar schon war die Scheidung durch. „Es gab einen Moment, da war ich sehr ängstlich und zutiefst verletztlich“, gesteht Kidman und ist dankbar, dass sie zu ihrer alten Stärke zurückgefunden hat. „Ich kenne mein Talent. Ich weiß, wer ich bin. Es ist okay, wenn was schief geht. Andere haben das auch erlebt.“

Fehler zu machen, zu scheitern und wieder aufzustehen, die Liebe anzunehmen und Möglichkeiten zu nutzen, das sei ihre Einstellung. Überraschend nahbar, voller Tatkraft, Lebenslust



Wow-Effekt Sexy und cool zeigt sich Nicole Kidman (Kleid von Dolce & Gabbana) in der September-Ausgabe der britischen „Vogue“. Anlass ist die Europa-Premiere ihres Films „Zauberhafte Schwestern 2“ mit Sandra Bullock am 10. September

wisse«

Ehe Nr. 1

Was 1990 mit stürmischer Liebe und dem Jawort begann, endete 2001 mit „unüberbrückbaren Differenzen“. Eine Rolle soll dabei auch Tom Cruise' Engagement für Scientology gespielt haben. Die Adoptivkinder Bella, heute 33, und Connor, 31, blieben beim Vater

und privat wie selten zeigt sich die Schauspielerin in dem Gespräch anlässlich des Kinostarts von „Zauberhafte Schwestern 2“. Lachend erzählt sie, dass sie früher von Drag Queens gelernt habe, sich Haare und Make-up zu machen und sich dabei erstmals hübsch fand. Kichernd verrät sie, dass sie schon seit 20 Jahren eine heimliche Wohnung in London besitzt und erstmals thematisiert sie auch ihre gescheiterte Ehe mit Tom Cruise. „Ich war 22/23 und hatte plötzlich diesen riesigen Filmstar als Ehemann“, erinnert sie sich. Wir haben uns Hals über Kopf verliebt, so einfach war das.“ Die Warnungen, dass sie für diese Beziehung vielleicht ihre eigene Karriere opfern müsste, wischte sie beiseite. „Ist mir egal. Ich bin verliebt. Ich will heiraten“, habe sie gedacht.

Nun wurde sie selbst berühmt, die „Vogue“ feiert sie „als einen unserer letzten wirklich legendären Filmstars“. Dass das Leben nicht planbar ist, diese Erfahrung hat sie mehrfach gemacht. „Die Zukunft ist mir völlig unbekannt“, sinniert sie und weiter: „Freier Fall? Ein Sprung ins Ungewisse? Wo gehe ich hin? Und was kommt als Nächstes?“ Ein knappes Jahr vor ihrem 60. Geburtstag hat sie mehr Fragen als Antworten, will sich vom Herzen leiten und nicht vom Verstand beherrschen lassen. Wie passend, dass sich in ihrem perfekten Sommer auch ein Urlaubsflirt ergab. Ob Investor Michael Reinsteins, 54, aber mehr als eine wohlige Meeresbrise ist, wird sich erst noch zeigen. Alles andere als die Familie sei unwichtig, so Kidman. Nur für ihre Töchter Sunday, 18, und Faith, 15, würde sie alles stehen und liegen lassen. ●

TATJANA DETLOFF

Ehe Nr. 2

Nach knapp 20 Jahren ließ Kidman sich im Januar von Countrysänger Keith Urban scheiden. Offizieller Grund auch hier: unüberbrückbare Differenzen. Es heißt, das Paar habe sich beim Pendeln zwischen USA und Australien entfremdet

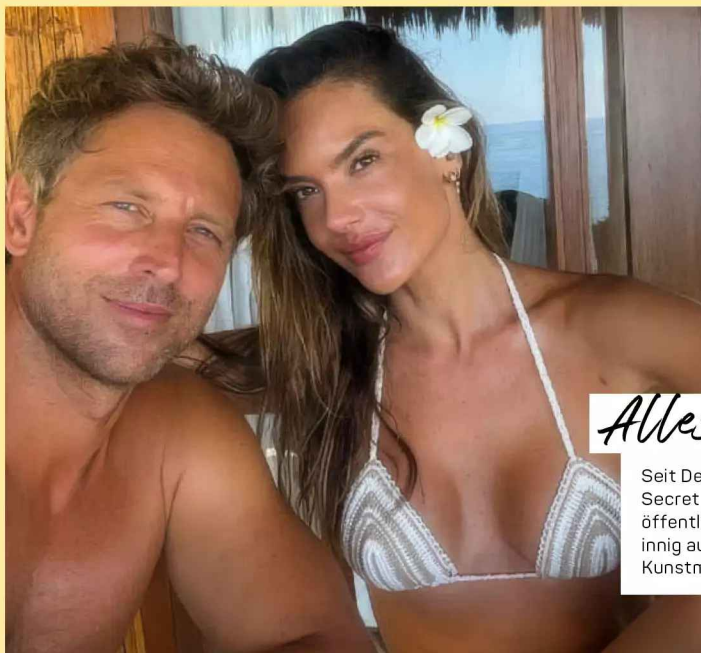
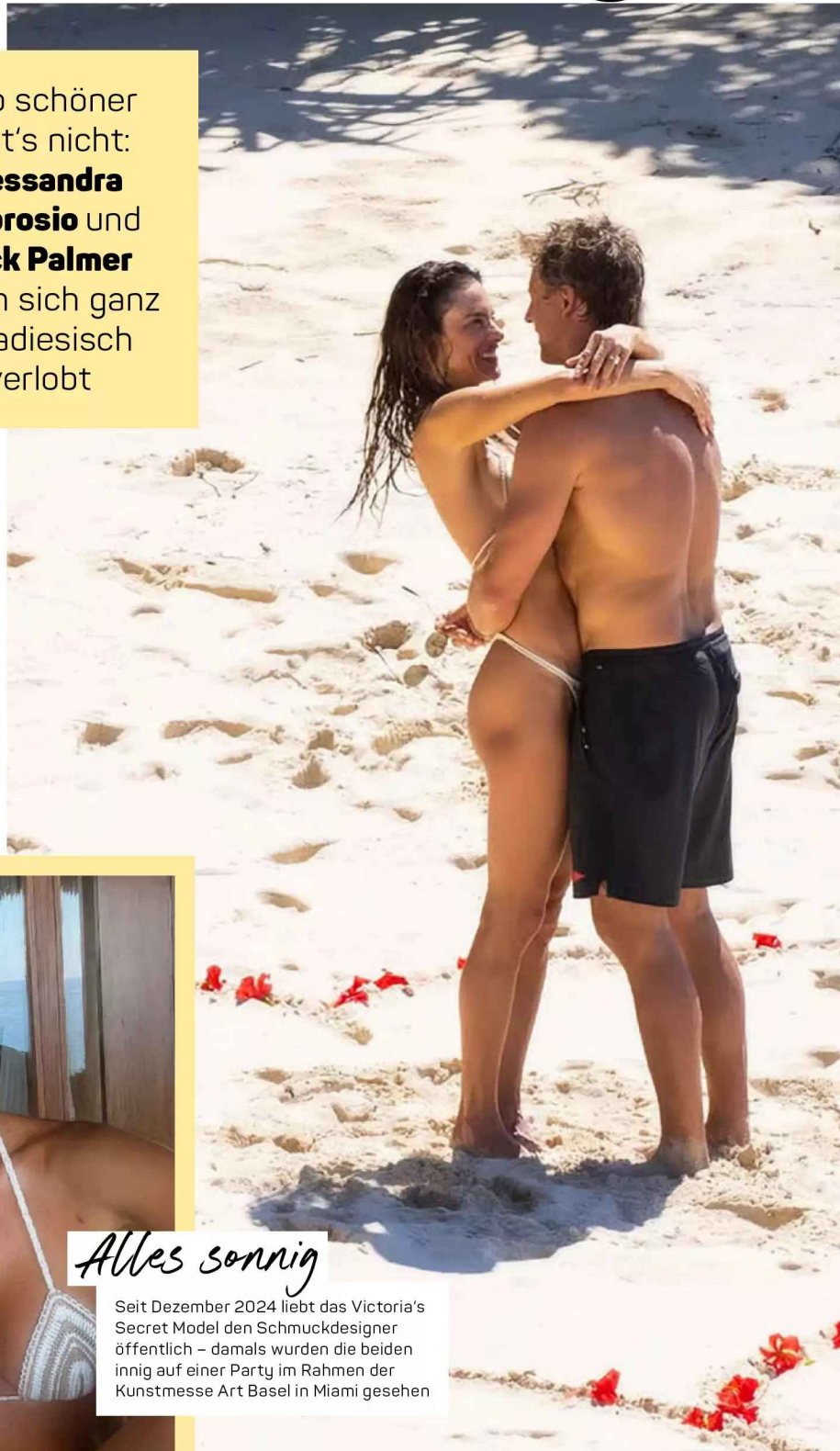
Auch wenn Kidman und Urban das gemeinsame Sorgerecht für Sunday (!) und Faith haben, leben die Mädchen die meiste Zeit bei der Mutter

Für immer? Logo!

Ob Alessandra Ambrosio, 45, länger als eine Millisekunde überlegen musste? Der Antrag von Schmuckdesigner Buck Palmer, 44, wirkt fast zu perfekt, um wahr zu sein: Für die Frage aller Fragen wählte der Australier einen gemeinsamen Trip auf die indonesische Insel Sumba südöstlich von Bali, ging am Traumstrand in einem kurz zuvor gelegten Blütenherz auf die Knie – und hielt dem Supermodel einen gelbgoldenen Hochkaräter mit ovalem Stein hin. Dabei geschah all das schon im April, dafür ließen sie es jetzt bei der Verkündung des freudigen Ereignisses krachen – mit beneidenswerten Bildern auf Instagram. Dazu schreibt die Brasilianerin: „Ich würde dich in diesem Leben und in jedem Leben wählen.“ Wann das Ja-Wort stattfindet, ist ungewiss, doch sie wird das sicher nicht auf die lange Bank schieben – mit dem Unternehmer Jamie Mazur war sie zuvor zehn Jahre verlobt; Zeit für die Hochzeit blieb zwischen ihren gemeinsamen Kindern Anja, 17, und Noah, 14, und vielen beruflichen Verpflichtungen nicht. 2018 trennte sich das Paar nach 13 Jahren. Falls es mit Buck zeitlich auch knapp wird: Ihre filmreife Verlobung kann den beiden keiner nehmen! ●

CHIARA SOPHIA WEGENER

Also schöner geht's nicht:
Alessandra Ambrosio und **Buck Palmer** haben sich ganz paradiesisch verlobt

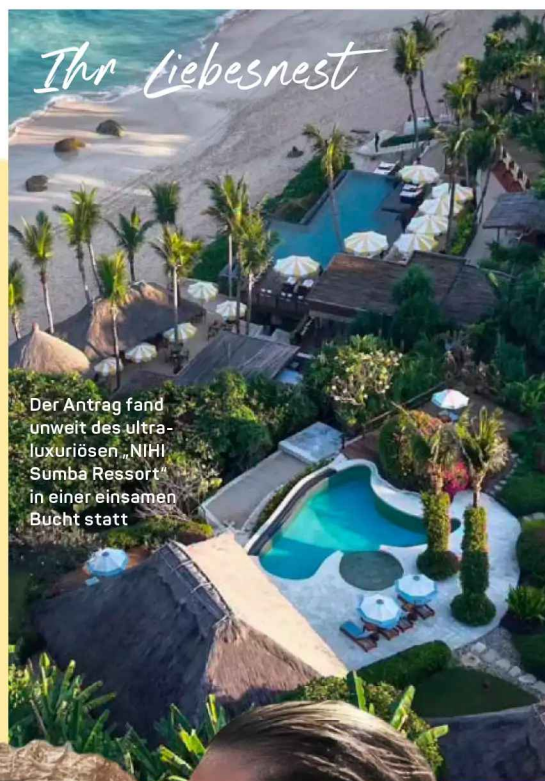


Alles sonnig

Seit Dezember 2024 liebt das Victoria's Secret Model den Schmuckdesigner öffentlich – damals wurden die beiden innig auf einer Party im Rahmen der Kunstmesse Art Basel in Miami gesehen



Wenn schon,
dann schon:
Klassisch mit
Kniefall hält Buck
mit Ring um
die Hand seiner
Liebsten an



Ihr Liebesnest
Der Antrag fand
unweit des ultra-
luxuriösen „NIHI
Sumba Resort“
in einer einsamen
Bucht statt

FOTOS: INSTAGRAM/LESSANDRAAMBROSIO (6), INSTAGRAM/NIHI, GETTY IMAGES

Perfekt inszeniert

Bilder für die Ewigkeit: Mit Drohne
hielt ein Videograf den Antrag
im Blütenherz vor der paradies-
sichen Kulisse fest



Für Alessandra
ist es Ehe Nr. 1,
Buck war zuvor
mit dem aus-
tralisches Model
Ashley Hart
verheiratet

Patchwork? Klappt!

Für die Kinder Noah und Anja halten Alessandra und
Jamie Mazur (2. v. l.) zusammen – und so darf auch
Buck Palmer selbstverständlich mit aufs Familienfoto



»Ich bin immer ins Risiko gegangen«

W

ie habe ich das alles geschafft? Nina Ruge wundert sich, wenn sie auf ihre vergangenen 70 Lebensjahre zurückblickt. Mit 17 schon Abi, mit 23 Lehrerin, nebenbei Filmklasse, dann Regieassistentin und schließlich Moderatorin, zehn Jahre lang als Gastgeberin des ZDF-Magazins „Leute heute“, wo sie einem Millionenpublikum bekannt wurde. Um VIPs ging es da, und GALA, erzählt sie, liest sie heute noch. Ruge lebt in der Toskana und in der Schweiz und widmet sich seit zehn Jahren vor allem ihrer großen Leidenschaft: Longevity, also der Frage, wie wir möglichst lange gesund leben können. Dazu führt die Biologin und Germanistin in ihrem Podcast Gespräche mit Fachleuten, hält Vorträge und schreibt Bücher – soeben erschien das neueste. Darin verrät sie passend zum Geburtstag am 24. August ihre 70 Erkenntnisse zur Langlebigkeit – und auch, wie wichtig es ist, jeden Tag kleine Glücksmomente zu sammeln.

„Mal nur chillen“ will **Nina Ruge** an ihrem Siebzigsten. Mit GALA spricht sie über ihr volles Leben – und wie sie gesund bleibt

Es ist 12 Uhr. Haben Sie schon Goldnuggets, wie Sie Ihre Momente nennen, gefunden?

Ja, ich hatte Tora, meine Perserkatze, auf dem Schoß, sie musste gerade an den Augen operiert werden und hat mich schnurrend angeschmachtet. Dann war ich in meinem Gewächshaus, wo es die letzten Tage sehr heiß war, und habe mich gefreut, dass es meinen



Ihre zwei Katzen, hier Tora, helfen Nina Ruge, Regenerationsphasen in ihr Leben einzubauen. Darin ist sie sonst noch nicht so gut, findet sie

Pflanzen so gut geht. Es ist überwölbt von einer Seidenakazie mit unglaublich schönen rosa Blüten. Ich stand darunter und war einfach nur dankbar, in der Toskana leben zu dürfen. **Mussten Sie dieses Bewusstsein erst lernen?**

Ich fing sehr früh an, mit 16 oder 17, mich für spirituelle Themen zu interessieren, und habe von da an sozusagen ein „Doppelleben“ geführt. Auf der einen Seite liebe ich die Wissenschaft, auf der anderen lebe ich nach dem Ausspruch, der dem Religionsphilosophen Martin Buber zugeschrieben wird: „Vertiefe dein Leben, und die Zeit hört auf, dir davonzufliegen.“ Dieser Satz ist mein Mantra. **Wie begegnen Sie Ihrem Siebzigsten?** Es ist eine Mischung. Einerseits denke ich „Kenn ich dich, du Zahl?“ Sie ist mir so fremd. Die tradierten Rollenbilder einer 70-Jährigen haben nichts mit meiner Generation zu tun. Wir Frauen sind agil, bleiben neugierig und wehren uns gegen eine Etikettierung des „Verwelkens“. Andererseits ist da auch eine gewisse Melancholie. Viele Menschen aus meiner Familie, aus meinem Umfeld, sind nicht mehr. Und mit jedem Menschen versinkt eine Welt. Mein Mann mahnt immer mal wieder: Die Einschlüge kommen näher.

Sie nennen das den „Circle of Life“, den Lebenskreis.

Ja, entstehen und vergehen. Es geht um die tiefe Akzeptanz des Todes. Was nicht heißt, dass wir uns Krankheit und Siechtum einfach hingeben sollten. Im Gegenteil: Wir können sehr viel dafür tun, bis ins hohe Alter gesund und fit zu bleiben. Deshalb engagiere ich mich so sehr dafür, Prävention und Selbstverantwortung für die Gesundheit in die breite Öffentlichkeit zu tragen. Allerdings: Verheißungen, wir würden bald alle locker den 100. Geburtstag erreichen oder gar 120 werden, sind derzeit völliger Unsinn. Heute können wir froh sein, wenn wir mit 90 gesund das Zeitliche segnen.

Möchten Sie das Alter erreichen? Gesunde 90, das wäre mein hohes Ziel.



70 Tipps

In ihrem neuen Buch nimmt Nina Ruge auch drei Longevity-Säulen in den Blick: Diagnostik, Muskelaufbau und Stressmanagement (Gräfe & Unzer, 192 S., 22 Euro)

Aber erst mal habe ich die Hoffnung, dass ich die nächsten zehn Jahre gesund bleiben darf.

Was wünschen Sie sich zum Geburtstag?

Ich habe mir nie etwas gewünscht. Ich bin dankbar, dass ich in Italien so privilegiert leben darf, mit meinem Mann, auf dem kleinen Weingut, das er managt. Das ist ein großartiges Geschenk.

Werden Sie denn feiern?

Ich habe auch noch nie groß gefeiert, aber diesmal habe ich meine engsten Freunde, das sind 14, in ein schönes

Hotel am Meer nach Griechenland eingeladen. Einfach chillen, kein großes Programm. Außer abends gemeinsam Essen passiert nichts Geplantes. Das gönne ich mir sonst nie. Auch hier in Italien fühle ich mich für vieles verantwortlich. Deshalb erfülle ich mir dann doch einen Wunsch: eine Woche lang loszulassen und mich um nichts kümmern zu müssen.

Das waren aber auch pralle sieben Jahrzehnte. Wie blicken Sie jetzt zurück?

Mit einem gewissen Staunen und großer Dankbarkeit, dass ich unendlich viel erleben durfte. Ich gehöre zu der ersten Generation von Frauen, die kompromisslos tun konnten, was sie wollten. Ich verließ Männer, ging nach Berlin, wechselte meine Jobs und habe mich immer neu gefordert. Dazu gehören auch Niederlagen, Unsicherheiten und Krisen. Ich bin immer ins Risiko gegangen und bin daran gewachsen.

Bedauern Sie, dass Sie keine Kinder haben?

Da ist eine gewisse Wehmut. Ich konnte mir

nur mit meinem jetzigen Mann Kinder vorstellen, aber da war es zu spät. Es ist, wie es ist – und es macht keinen Sinn, damit zu hadern.

Das Thema Longevity scheint heute Ihr Lebensinhalt zu sein.

Ja, Menschen zu motivieren, sich um ihre Gesundheit zu kümmern und sie entsprechend aufzuklären – das ist der Sinn, den ich meinem Leben gebe.

Was haben Sie heute schon für Ihre eigene Langlebigkeit getan?

Ich bin mit meinem Hund gelaufen, schnell und steil bergauf, im Trab wieder runter. Später werde ich noch 800 Meter schwimmen. Das Zeitfenster dafür trage ich sogar in meinen Kalender ein.

Sie probieren viel aus, was die Branche so hergibt. Fühlen Sie sich auch mal als Versuchskaninchen?

Ich teste nur das, was laut Studienlage sinnvoll oder zumindest vielversprechend ist, bin also kein weiblicher Biohacker, kein Selbstoptimierer um jeden Preis. Ich halte sehr viel von seriöser, umfassender Diagnostik – sie kann uns helfen, individuelle Risiken frühzeitig zu erkennen und gezielt zu reduzieren.

Macht Ihr Mann eigentlich mit? Sie löffeln zumindest von seinem Eis, haben Sie in Ihrem Buch geschrieben. Er nascht also noch.

Er hat seine Ernährung doch sehr umgestellt, ich rede ihm nirgendwo rein. Er isst immer noch Fleisch, hat aber die Kohlenhydrate stark zurückgefahren. Seinen Zuckerwert checkt er sehr genau und reagiert darauf. Also: kein Eis mehr zum Nachtsch. An Nahrungsergänzung ist er auch sehr interessiert. Er nimmt wie ich auch Urolithin A, Kreatin, Spermidin ...

Sie scheinen da gleich zu ticken.

Ja, genau – Gemeinsamkeit hält uns gesund! ●

TATJANA DETLOFF

»Ich verließ
Männer,
ging nach
Berlin,
wechselte
Jobs«



Feiern im September Silberhochzeit: Nina Ruge und Ex-Manager Wolfgang Reitzle



LUNCHBOXEN, DIE GLÜCKLICH MACHEN

FÜR DICH. FÜR MICH. FÜR DIE GANZE FAMILIE



DAS KOCHBUCH-MAGAZIN - JETZT IM HANDEL

Hier direkt
bestellen:



Oder unter
www.eatclub.de/zeitschriften



Da passiert was

Sie ist ein wahres Sensibelchen: Nicht nur, dass man der „True Round Open Heart“ von Rado tief ins Innere blicken kann – bei Lichteinfall **errötet** sie und ihr roséfarbenes Ziffernblatt verwandelt sich in ein kräftiges Magenta. (Limitiert, ca. 2900 Euro)

Die Zeiger kreisen um die Glückszahl 8



STYLE

Irina Shayk im Blazer aus Stretchflanell mit Georgetteschal, ca. 520 Euro, Wide-Leg-Jeans, ca. 200 Euro, Kunstfelljacke, ca. 335 Euro. Alles von Marella



Alltags- held

★
GALA
STAR



MAL SO, MAL SO

Mischhaut kann sich nicht entscheiden: Hier ist sie trocken, da fettig. Die „L-Carnosine Anti-A.G.E. Cream Normal to Combination Skin“ geht auf jedes Bedürfnis ein. (Von Dr. Susanne von Schmiedeberg, 50 ml, ca. 80 Euro)

„Swiss Pristine Serum“ von La Prairie, 30 ml, ca. 300 Euro



PRÄZISION

Das visionäre Luxus-Serum stärkt die Barriere, mildert Linien und Rötungen und lässt unseren Teint so kristallklar – fast wie ein Alpensee – strahlen.



Is klassisches Kleidungsstück fürs Büro oder zu offiziellen Anlässen ist der Blazer nicht mehr wegzudenken. Für die italienische Marke **Marella** ist er der Inbegriff selbstbewusster Weiblichkeit und somit ein Key Piece ihrer Herbst/Winter-Kollektion. In verschiedenen Materialien und ausgestattet mit einem abnehmbaren Schal, der ihm zusätzlich Leichtigkeit verleiht, kommt der Alltagsheld jetzt ganz groß raus. ●

A full-page photograph of actress Natalie Portman walking from left to right. She is carrying a very large, vibrant bouquet of flowers, including pink and orange roses, carnations, and smaller white and pink blossoms. She is wearing a short, white, floral-patterned skirt and light pink high-heeled sandals with bows. The background is a textured, light-colored stone wall with classical architectural details like balustrades and arched niches.

Lieblings- düfte

Als Kind wünschte sich Natalie Portman, dass alles nach Vanille duftet. Heute liebt die Schauspielerin florale Noten. „Seitdem ich die Rosenfelder in Grasse in voller Blüte sehen durfte, bin ich begeistert von ihrem magischen Duft.“ In „Miss Dior Eau de Parfum“ vereinen sich ihre Kindheitsliebe und ihr heutiger Favorit: Vanille und Rose.

„Miss Dior Eau de Parfum“ von Dior,
EdP, 50 ml,
ca. 125 Euro





FRISCHMACHER

Schnell aus dem Bett in
die Dusche springen:
Der spritzig krautige Duft
von Zitronenverbene
aus der Provence weckt
sofort die Sinne und steckt
im „Duschgel Verveine“
von L'Occitane.
(250 ml, ca. 18 Euro)



Hübscher Evergreen

Aufsehen erregte er vor allem in der modischen Ära der „Swinging Sixties“, doch den Riemchenschuh mit runder Leiste gibt es schon viel länger: Benannt nach einer Comicfigur von 1902, macht er bis heute als „Mary Jane“ Karriere! (Aus Lackleder von Gabor, ca. 120 Euro)

KOMM DOCH MAL RÜBER

Nach dem Shopping noch einen Drink? Giorgio Armani ist mit seiner neuen Boutique in Hamburg ein paar Hausnummern weiter gezogen und bietet nun nebenan ein Café mit Bar. Damit erweitert die Marke ihr Konzept von Mode, Design und Gastlichkeit. (Neuer Wall 42, Hamburg)



TOP 5 Perlen

Zarter
Perlen-
schmuck
von Bruna



Gelbgoldring
mit Akoyaperlen
von Yana Nesper,
ca. 3200 Euro

Collier aus
Süßwasser-
perlen mit
diamant-
besetzten
Goldelementen
von Christ, ca.
1300 Euro

Goldener
Ohrstecker
mit Ming-
Zuchtperlen
von Gellner,
ca. 700 Euro

Roségoldkette
mit Südseeperle
und Diamantring
von Bron, ca.
9700 Euro

Edelstahl-
Ohrhinge mit
Süßwasser-
perlen von
Cœur de Lion,
ca. 60 Euro



Starke Basis, schöne Haare

Für alle, die mehr wollen: Das „Grow Abundant Anti Hair-Loss Scalp Serum“ ist eine **stärkende Leave-in-Pflege** für die Kopfhaut. Mit Pro-Vitamin-Komplex und Niacinamid wirkt es direkt an der Wurzel, reduziert nachweislich Haarverlust und verdichtet die Haare. (Von Pantene Pro-V, 60 ml, ca. 13 Euro)



READY, SET, GLOW!

Kann Alltag und Glam: Der „Flawless all day! Glow-up Filter“ ist Foundation und Highlighter in einem. Seine leichte Textur perfektioniert den Teint, sorgt für mehr Ausstrahlung und pflegt die Haut mit fermentiertem Grünteesamenöl und Hyaluronsäure. (Von One two free!, 30 ml, ca. 20 Euro)

GLAM Must-have



Alessandro Michele, Chefdesigner bei Valentino, liebt es, popkulturelle Einflüsse mit Retro-Elementen zu glamourösem Kitsch zu mixen. Accessoires sind für ihn das wichtigste Mittel, um individuelle Exzentrik auszudrücken – wie diese strassverzierte Cat-eye-Brille! (Preis auf Anfrage)



STREET STYLE Crush

Diese Besucherin der Haute-Couture-Schauen in Paris trägt ein **extravagantes Denim-Outfit** von Viktor & Rolf: **1** Der Clou des Tanktops ist das **Multi-Layering**. **2** Das weit und spitz nach unten gezogene **Revers** der Jeansjacke verpasst ihr eine lässige Optik. **3** Der **Balloon-Fit** der Jeanshose erhält durch abgesteppte Längsnähte eine definierte Silhouette. **4** Die **East West Bag** ergänzt mit ihrer länglichen Form die skulpturale Anmutung des Outfits.

A close-up portrait of a woman with dark hair and blue eyes, looking slightly down. She is wearing a thick, multi-strand gold necklace. The background is a soft, out-of-focus light blue.

Besondere Handwerks- kunst

Für die neue Schmucklinie „Roza“ des französischen Labels Polène werden Rattanstränge von Hand geschmeidig gemacht, gebogen und schließlich mit Messing überzogen und vergoldet. Die daraus entstandenen Colliers, Armreife und Ohrringe sind eine beeindruckende Kombi von fließender Struktur und warmem Glanz.

Collier aus vergoldetem Rattan von Polène, ca. 550 Euro

Mix & Match

MEHR IST MEHR

Jetzt wird gemixt. Hemden verschwinden unter Strick, Röcke werden über Hosen getragen und unterschiedliche Muster treffen ganz selbstverständlich aufeinander. Der neue **Layering Look** lebt von spannenden Kontrasten und beweist: Stil entsteht oft dort, wo Regeln keine Rolle mehr spielen.

KOMMT

Das gefällt uns aber sehr: Die **Trends vom Catwalk** setzen in diesem Herbst/Winter auf Proportionen, Kontraste, starke Farben und Stilbrüche



Animalisch schön

RUF DER WILDNIS

Ob Leo, Tiger, Zebra oder Python – **Animal Prints** zeigen sich in dieser Saison so vielseitig wie nie. Neu ist vor allem ihre Wirkung: Statt laut sind die Muster edel, glamourös und alltagstauglich. Getragen werden sie nicht nur als Akzent, sondern auch selbstbewusst von Kopf bis Fuß.



JIL SANDER



GUCCI



FENDI



ERMANNO SCERVINO



NINA RICCI



JOSEPH



GIVENCHY

GUT

Form- sache

ROCK IT!

Der **Pencil Skirt** ist zurück. Neue Materialien wie Leder, Wolle und Spitze verleihen ihm eine spannende Note – lässig gestylt wirkt der Klassiker aktueller denn je.



JIL SANDER



PRADA



SAINT LAURENT



TORY BURCH



MUGLER

Auf- gepumpt



BOTTEGA VENETA



DRIES VAN NOTEN



BALENCIAGA



ANDREAS KRONTHALER FOR VIVienne WESTWOOD



MISSONI

STATEMENT

Ob aus Wolle, Teddyfell oder gesteppt, mit Karomuster oder im Signalton: Mäntel setzen diese Saison auf **XL Volumen** und werden zum Herzstück jedes Looks.

Farbe

TONANGEBEND

Blau ist die auffälligste
Trendfarbe der Saison.
Das intensive **Yves Klein-
Blau** setzt starke Akzente
und wirkt als Total Look
besonders eindrucksvoll.

Wer es dezenter mag,
kombiniert den leuchten-
den Farbton einfach mit
Schwarz – schon ein
einzelnes Kleidungsstück
reicht für einen
prägnanten Auftritt.





STELLA MCCARTNEY



GIVENCHY



CHRISTIAN DIOR



ALAIN PAUL

Anhänglich

KLEINES DETAIL

Mehr Form,
weniger Romantik:
Das **Schößchen**
zeigt sich diese
Saison architek-
tonisch statt
verspielt und
rückt die Taille
in den Fokus.
Das Ergebnis ist
eine klare, femi-
nine Silhouette.



ELISABETTA FRANCHI



VALENTINO



STELLA MCCARTNEY



MUGLER



N° 21

GLANZZEIT

Gold, Silber,
Kupfer und Bronze
verlassen die Abend-
garderobe – nun
bringen **Metallics**
auch Glanz in
den Alltag. Klare
Schnitte verleihen
den schimmernden
Stoffen eine
ruhige Eleganz.



EMILIA WICKSTEAD



JOSEPH

CHANEL

AKRIS

FERRAGAMO

Shine on

Präsentiert von **Brigitte Gala**

STYLE DAY

05. Dezember

20 26

Dein Beauty- und Fashion-Event des Jahres!
**Erlebe einen unvergesslichen Tag voller Inspiration,
Trends und Glamour.**

feel
beautiful &
healthy

- **Inspiration pur:** Exklusive Einblicke in die neuesten Beauty-, Fashion- und Selfcare-Trends
- **Workshops & Talks:** Über 15 spannende Formate mit Stargästen wie Judith Williams
- **Exklusiv vor Ort:** Lerne die Redakteurinnen von BRIGITTE und GALA in Vorträgen und Talks persönlich kennen
- **Geballtes Expertenwissen:** Zahlreiche Profis beraten dich, teilen ihr Wissen und ihre Lifehacks
- **Vorweihnachtliches Shopping:** Stöbere durch ausgewählte Einkaufsmöglichkeiten unserer Partner
- **Goodie-Bag als Erinnerung:** Nimm eine prall gefüllte Tasche voller Überraschungen mit nach Hause

Jetzt Tickets
sichern und
10 % Rabatt
mit dem Code
STYLEDAY
sparen!

Live vor Ort:



Judith Williams



Dr. Yael Adler

Wir freuen uns auf Dich!



Tickets und Infos unter:
brigitte.de/styleday

s.Oliver

lavera
NATURKOSMETIK

Bahlsen

Mumm
&Co.

Gala
loves
judith williams
COSMETICS

 **TOM TAILOR**

ECKES
SEIT 1857

L'OCCITANE
EN PROVENCE

BB
BIJOU BRIGITTE

CLARINS

Dr. Bouhon

frei
öl

PARSA
BEAUTY

Melitta

PAUL MITCHELL

Der Style-Checker



*Marcus
Luft*

**Unser Fashion
Director**
schreibt über
die Dos & Don'ts
der Mode

Schlichte **Langarm-Shirts**
sind das überraschende
Must-have des Sommers

Da ich mich nie über schlechtes Wetter, Regen oder Sturm beschwere, sag ich es ganz offen: Ich mag den Hochsommer nicht. Meinetwegen müsste es nie wärmer als 23 Grad sein. Als ich gestern in meinem Hotel in München ankam, warf ich meine Pläne um. Statt draußen einen Kaffee zu trinken, kühlte ich mein Zimmer auf 18 Grad herunter und blieb bis zu meinem Termin einfach drinnen.

Insofern kommt mir der Überraschungstrend des Sommers sehr gelegen: Langarm-Shirts aus dünner Baumwolle. Dass dies ein Hit werden könnte, wurde mir schon im Januar klar, als sich Frauen im Store von Miu Miu um gestreifte Longsleeves rissen. Danach sah man Stars darin. Und spätestens dann ist klar: Jetzt kommt niemand mehr daran vorbei.

Sie müssen auf jeden Fall oversized geschnitten sein, das sieht nicht nur gut aus, sondern macht das Ganze auch schön luftig. Sie passen zur sportlichen Jeans genauso wie zu einem schmal geschnittenen Rock oder, sehr heiß, zur Hot Pants Denim. Ich habe bereits welche im Schrank und werde sie bei unserem Kurzurlaub nach Stockholm tragen. Denn dort herrschen, wenn ich meinem Freund Anton aus Schweden trauen kann, genau meine Temperaturen. Dafür gibt's Mücken. Aber da sind lange Ärmel ja auch hilfreich. ●



Easy Chic:
Hailey Bieber
mixt ihr Long-
sleeve zur
Jeans und
Flip Flops



Haushalt

IN Kaffeemaschine
von Aarke, hier in der
Farbe Sand
OUT Herz-Eiswürfel



Oberteile

IN Stylisher Streifen-
pullunder, hier von Oui
OUT Tank-Tops mit
Logos



Schmuck

IN Ring aus Weißgold
mit Aquamarin, hier
von Christ
OUT Lab-Grown-Steine



Strick

IN Vintage-Cardigan,
z. B. von Mother
OUT Lange Leinen-
Strickjacken

„Während andere Diäten den Stoffwechsel schädigen, repariert Almased den Stoffwechsel.“

„Nur Almased durchläuft während der Herstellung einen einzigartigen naturidentischen Fermentations-Prozess, der die Aminosäuren aus dem Eiweiß verfügbar macht. Deshalb wird er von vielen auch ganzjährig als Eiweiß Drink zu sich genommen.“

60 bioaktive Peptide & Aminosäuren

52 g fermentiertes Protein

23 Vitamine & Mineralstoffe



Abnehmen mit dem Stoffwechsel-Trick

Abnehmen wirkt oft einfach: Weniger essen, mehr Bewegung. In der Praxis ist es schwieriger. Selbst wenn man sich gesund ernährt, bremst jede Kalorienreduktion den Stoffwechsel aus. Der Körper schaltet in den Hungermodus und verliert wertvolle Muskulatur. Selbst wenn man Sport treibt, baut man zunächst Muskeln ab und erst sehr viel später Fett. Der Körper versucht sein Höchstgewicht zu halten und speichert jede Extra-Kalorie als Fett. Das Resultat? Der gefürchtete Jo-Jo-Effekt.

Die Lösung: Der ganzheitliche Ansatz

Diese Lösung existiert tatsächlich schon seit 30 Jahren und hat schon Tausenden beim nachhaltigen Abnehmen geholfen. Almased ist in einer Heilpraxis entstanden, als Nahrungsergänzungsmittel für den Stoffwechsel. Es bekämpft die Ursache und nicht das Symptom. Der Almased Stoffwechsel-Shake ist der einzige Mahlzeitenersatz der nachweislich mit dem Stoffwechsel arbeitet, während andere Produkte ihn schädigen oder verlangsamen.

Der Stoffwechsel-Trick

Die ganzheitliche, natürliche Rezeptur aus fermentiertem Protein, bioaktiven Peptiden und sekundären Pflanzenstoffen gibt es so nur bei Almased. Das macht die Stoffwechsel-Shakes zu einem besonders funktionellen

Lebensmittel. Ihr spezielles Aminosäure Muster beeinflusst die Hunger- und Sättigungsregulation auf natürliche Weise. Das bedeutet: Bremst den Heißhunger, weniger ständiges Verlangen nach ungesundem Essen – dafür langanhaltende Sättigung und ein stabiler Blutzuckerspiegel.

Funktioniert ganz flexibel

Ob zum Frühstück, Mittag- oder Abendessen – den Effekt merkt man sofort, denn der Stoffwechsel läuft auf Hochtouren. Schon nach wenigen Tagen verändert sich das Essverhalten ganz natürlich hin zu gesunden Lebensmitteln. Mehr Konzentration und Leistungsfähigkeit gibt es kostenlos dazu. Almased ist der einzige Shake, der in 32 wissenschaftlichen Studien getestet wurde und messbare Erfolge zeigt. Der Stoffwechsel wird optimiert und kann effektiv Fett verbrennen. Wichtige Muskelmasse bleibt erhalten und die Körperform wird spürbar schlanker. Höchste Qualität der Rohstoffe und das exklusive Fermentationsverfahren machen die Wirkweise in Almased einzigartig gegenüber anderen Mahlzeitenersatz- oder Proteinprodukten.

Ein Team aus Ernährungswissenschaftlern berät Sie bei Almased persönlich. Telefonisch unter 0800 366 62 50 oder per E-Mail unter info@almased.de. Probieren Sie es aus!



André & Ann-Kathrin Trouillé

„Damit Ihr Stoffwechsel wirklich bestens funktionieren kann, achten wir bei Almased darauf, dass unser Produkt keine ungesunden Inhaltsstoffe enthält.“

- ✓ kein Maltodextrin
- ✓ keine künstlichen Zusätze
- ✓ keine künstlichen Süßungsmittel
- ✓ keine künstlichen Aromen



Jetzt Starterpaket mit GRATIS Shaker online kaufen

Neu: Almased Kakao



Als Einzeldose dauerhaft in der Drogerie und Apotheke erhältlich.



»Sei wild und vertraue dir«

Veronica Ferres hat ihrer Tochter **Lilly Krug** nicht nur die blonden Haare vererbt, sondern auch ihre Haltung zum Leben. In GALA sprechen die beiden Schauspielerinnen über ihre innige Beziehung und verraten, welche Frisuren sie bereuen

REDAKTION: NICOLE LÖTTERS

O

b bei gemeinsamen Filmarbeiten oder zu Hause bei der Beautyroutine – gut verstanden haben sich Veronica Ferres, 61, und ihre Tochter Lilly Krug, 25, schon immer. Jetzt starten die beiden Schauspielerinnen ein neues Projekt: Sie sind die Gesichter der diesjährigen John-Frieda-Co-Creation-Kampagne und

damit die Nachfolger von Film-Multitalent Matthias Schweighöfer und seiner Frau Ruby O'Fee, die 2024 als Powerpaar Testimonials des Labels waren. 2025 standen die Schauspieler Jella Haase und Gizem Emre für das Thema Freundschaft Pate. Nun setzen Mutter und Tochter das Motto „Generations“ um.

Was hat Sie an der Mutter-Tochter-Kampagne gereizt?

VERONICA Dass sie sehr persönlich und authentisch ist. Mütter und Töchter haben immer eine einzigartige Beziehung. Eben auch in Bezug auf Beautyrituale, die weitergegeben werden. Ich habe zum Beispiel einen Grundsatz, egal wie toll die Premierenfeier war, die Geburtstagsparty, egal wie spät es ist: immer abschminken und die Haare vorbereiten zum Schlafen. Ich versorge meine Haarspitzen jeden Abend mit Pflege und mache mir einen Dutt oder flechte Zöpfe, damit sich die Haare nicht an der Oberfläche des Kopfkissens aufräuen. Und das habe ich auch bei Lilly gemacht, deshalb habe ich eine so schöne Tochter. *(lacht)*

LILLY Wenn ich als kleines Kind schon sehr müde war, durfte ich mir im Bett die Zähne putzen. Das war so ein Highlight!

Sie haben ja beide diese blonde Haarpracht ...

VERONICA Ja, die habe ich Lilly vererbt. Ich habe für meine Haare eine ganz klare Routine: jeden zweiten Tag waschen, auch mit Conditioner, und einmal die Woche ein 20-minütige Haarkur. ▶



Good Hair Days

Die aktuelle Kampagne von John Frieda zeigt Veronica Ferres (l.) und Lilly Krug in vertrauten Momenten. Mutter und Tochter mögen ausgiebige Haarpflege. Die Lieblingslinie der beiden ist übrigens „Frizz Ease“ von John Frieda



Früher



Wild und wunderbar Lilly Krug als ausgetobte Zweijährige mit ihrer Mutter Veronica Ferres. Zuvor hat sie deren Gesicht bemalt. Heute gehen sie als Style-Zwillinge durch, hier bei einer Film Premiere in Berlin (gr. Foto)

Veronica Ferres
liebt den natürlichen
Look mit wenig Make-up
und Naturlocken

»Ich bin immer weich
gefallen, denn Mama
hat mir von Anfang an
gezeigt, was Liebe ist«

Ich mag meine Naturwelle, lasse oft lufttrocknen und setze auf Volumen. LILLY Ich mag meine Haare lieber glatt und style sie entsprechend. Und ich habe noch einen Geheimtipp: mit Conditioner oder Kur in die Sauna. Die Wärme verstärkt die Pflege

Welche Frisur haben Sie beide am meisten bereut?

LILLY Zu Halloween hat Mama mir mal die Haare hochstehen lassen. Mit vier Dosen Haarspray! (lacht) Das Rauswaschen später war ein Albtraum!

VERONICA Als Kind hatte ich einen Dutt. Den hat meine Mutter mir jeden Morgen mit einer Art Donut gemacht, durch den die Haare gezogen wurden. Das hat so geziept, dass ich das Gefühl hatte, die Haare werden jeden Tag weniger.

Abgesehen von den Haaren – wo sind Sie sich wirklich ähnlich und wo unterscheiden Sie sich?

VERONICA Wir haben denselben Humor!

LILLY Oh ja! Wir können so doll miteinander lachen!

VERONICA Aber Lilly hat einen größeren Bewegungsdrang als ich. Ich mag eher Pilates und Reiten. Lilly sucht mehr die Herausforderung. LILLY Hiken, Tauchen, Indoor Cycling Instructor, Volleyball, Fußball, Basketball – ich habe eine Abenteuerlust und liebe körperliche Herausforderungen. Dadurch kann ich immer wieder meine Grenzen und Willenskraft testen. Ich mache aber auch viel Pilates.

Lilly lebt inzwischen in L.A., hat Psychologie studiert und ihre Schauspielkarriere dort gestartet. Wie war das Loslassen für Sie?

VERONICA Das ist mir wirklich sehr schwer gefallen, als Lilly mit 18 Jahren nach Los Angeles gezogen und sogar alleine auf den Kilimandscharo gestiegen ist – ich hatte solche Angst. Es war nicht immer leicht, diesen großen Drang nach Selbstständigkeit zu fördern und meine eigenen Ängste und Sorgen zurück-

Haarige Erinnerungen

Ihre Kinderfrisuren fanden Veronica Ferres (o.) und Lilly Krug (l.) gelegentlich haarsträubend. Anders dieses Jahr bei den Filmfestspielen in Cannes. Auf dem roten Teppich (r.) bei Women in Cinema hatten beide ihre Naturwelle zu leichten Locken gestylt – sehr glamourös

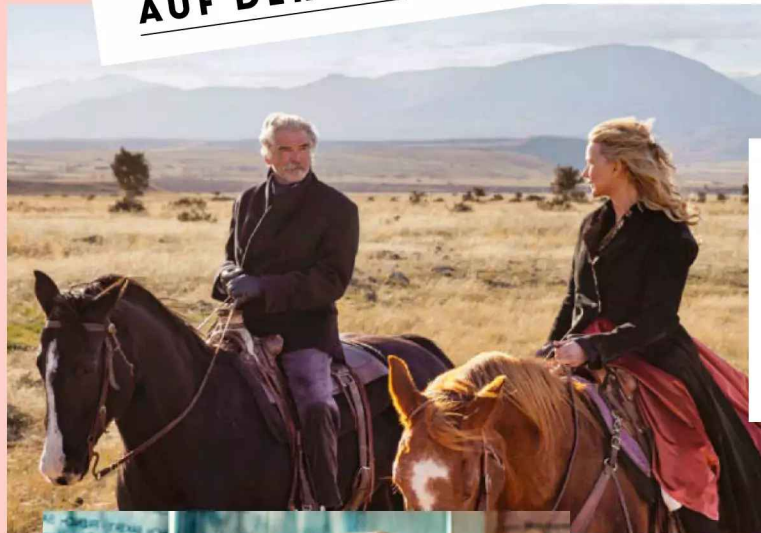
VERONICA FERRES

LILLY KRUG

Schön wie Mama

„Ich habe das große Glück, die Haare von Mama zu haben“, so Lilly, links mit einer eleganten Hochsteckfrisur

AUF DER LEINWAND



Immer busy

Veronica Ferres liebt reiten. Im Hollywood-Western „The Unholy Trinity“ saß sie neben Pierce Brosnan (l.) fest im Sattel. Aktuell dreht sie eine BBC-Serie und die dritte Staffel der Krimireihe „Alpentod“

zunehmen, um sie nicht zu belasten und sie fliegen zu lassen. Das hat mich auch Demut gelehrt. Aber Lilly ist eine Macherin. Und ich habe ihr vertraut.

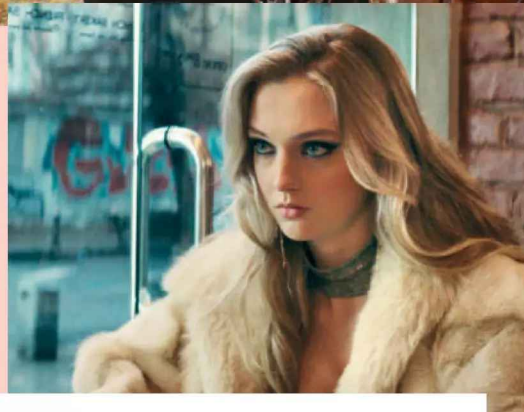
LILLY Meine Eltern haben mich meine Fehler machen lassen und dann gesagt: „Komm her, wir halten dich im Arm.“ Meine Mama hat mich nie verurteilt oder mir ein schlechtes Gewissen gemacht. Egal, was ich angestellt habe, sie hat mit Akzeptanz und Verständnis reagiert. Ich bin immer weich gefallen, denn Mama hat mir von Anfang an gezeigt, was Liebe ist, weil sie sie mir immer bedingungslos gegeben hat.

Was war für Sie die größte Herausforderung beim Erwachsenwerden, Lilly?

LILLY Ich versuche, Herausforderungen als Chancen zu sehen, die mich wachsen lassen können. Aber als ich mich für die Schauspielerei entschieden habe und mir in Deutschland kaum eine Chance gegeben wurde, weil ich „die Tochter von“ war, war das schon eine krasse Zurückweisung. Erst über die internationalen Projekte habe ich viel über Mut, Selbstbewusstsein und kreative Freiheit gelernt – und habe darüber auch endlich die Chance bekommen, in Deutschland zu drehen.

L.A. und München – wie schaffen Sie es, sich nah zu bleiben?

VERONICA Lilly ist mir immer nah. Sie ist immer mein erster Gedanke nach dem Aufwachen und immer mein letzter vor dem Einschlafen.



Die Schauspielkarriere fest im Blick:

Der Weg über Amerika nach Deutschland: Im internationalen Science Fiction Thriller „April X“ spielt Lilly Krug eine Hauptrolle. Bei uns soll der Film voraussichtlich im Herbst zu sehen sein. In Deutschland steht Lilly Krug aktuell für eine ARD-Serie vor der Kamera

LILLY Ich glaube, es kommt auch nicht darauf an, wie oft man sich sieht, sondern wie die Qualität der gemeinsamen Zeit ist.

Gibt es gemeinsame Traditionen?

VERONICA In der Adventszeit machen wir seit Jahren ein gemeinsames „Mädchenwochenende“. So mit Weihnachtsmarkt, Museen und Theater, nur wir und Handy aus. Früher waren wir dann bei Oma und Opa in Solingen, später in Köln, Düsseldorf, Wien, London und auch einfach gemütlich zu Hause in München

An welchen Mutter-Tochter-Moment erinnern Sie sich gerne?

LILLY Einmal war ich im Krankenhaus und super deprimiert, weil ich Bettruhe brauchte, aber ein sehr aktiver Mensch bin. Da hat meine Mutter nachts mit mir eine Abenteuerreise durch die Flure gemacht. Wir haben alles erkundet: wo das Personal sich umzieht, wo die Küche oder wo der OP-Bereich ist. Und das ist so typisch Mama für mich! Wenn alles so richtig schlimm ist, hat Mama verrückte Ideen und findet die eine Sache, die mich wieder glücklich macht.

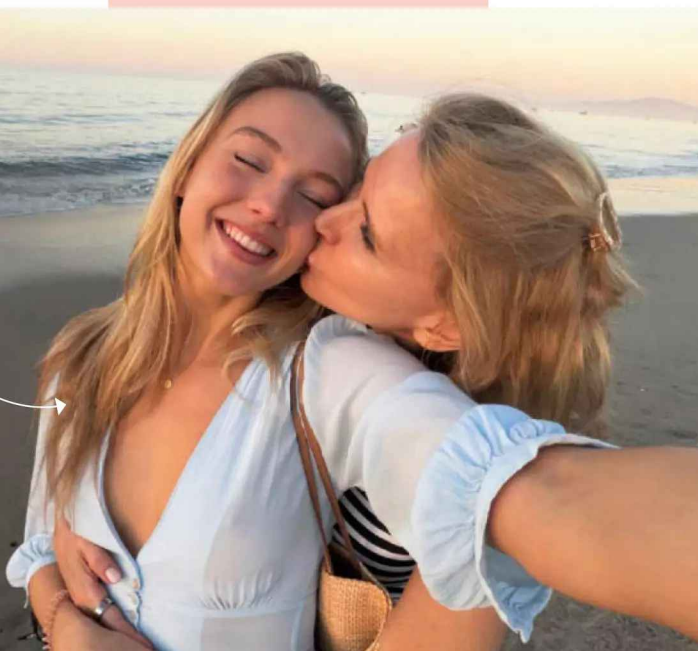
VERONICA Ich erinnere mich, als Lilly noch sehr klein war, da weckte sie mich, hob mein Augenlid, stellte sich so nah vor mich, dass ihr Auge direkt in meins guckte und sagte: „Milch!“ Ich wünschte, ich könnte diesen Moment noch einmal erleben.

Lilly, wenn Sie einen Rat Ihrer Mutter in einem Glückskeks weitergeben könnten, welcher wäre das?

LILLY Sei wild und vertraue dir. ●

Quality Time

Urlaubs-Selfie mit Knutscher: „Unsere Beziehung ist nicht mehr nur Mutter und Tochter, sondern hat sich zu einer Freundschaft entwickelt“, so Lilly



LOOK²

Flieder-Lider

Strahlender Akzent? Oder gar monochromer Gesamtlook? Diese Promis zeigen, wie extravagant man die **neue Trendfarbe** jetzt sehr gern tragen darf



SUBTIL



Perfect match: sanftes Lila zu den schillernden Kristallen am Kleid von Celia Kritharioti

Jennifer Lopez

Getreu dem Motto „Frozen Eden“ sorgt Jennifer Lopez, 57, bei der Couture Show von Celia Kritharioti in Paris mit ihrem frostigen Make-up für optische Abkühlung. Celebrity Makeup-Artist Rokael Lizama veredelt den matten lavendelfarbenen Eyeshadow auf dem Lid durch schimmernde Akzente im Augeninnenwinkel und unterhalb der Brauen. Dazu trägt die Sängerin ausdrucksstarke Wimpern, pinkfarbenes Blush und glossige Lippen. ●



1 Hochpigmentiert
„Velvet Love Eyeliner Pencil - Metallic Lavender“ von Zoeva, ca. 20 Euro
2 Zarter Kuss
„Glaze Guard Lip Treatment - Mentally Elsewhere“ von Catrice, ca. 5 Euro



ALL-OVER

So inszenierte Make-up-Artistin Lake Sanu die Sängerin in der Modemetropole Paris

Joyce Cissé

Dass das Make-up genauso kunstvoll sein kann wie die Garderobe, beweist Sängerin Joyce Cissé, 21, bei der Dior Haute Couture Show: Es greift die pastellige Farbwelt ihres Looks auf. So geht's: Mattes Flieder auf Lid und unteren Wimpernkranz auftragen, mit einem Lidstrich in Lila intensivieren und die Wimpern kräftig tuschen. Dazu die Lippen mit braunem Lipliner umranden und in der Mitte mit schimmerndem Flieder betupfen. ●



3 Pastell-Liebe
„Skinfinish Colourstruck Blush - Lalalavender“, Mac Cosmetics, ca. 34 Euro
4 Multitasker
„Dior Backstage Glassy Glow Stick - Glazed Lavender“ von Dior, ca. 46 Euro





*I am
Mercedes*

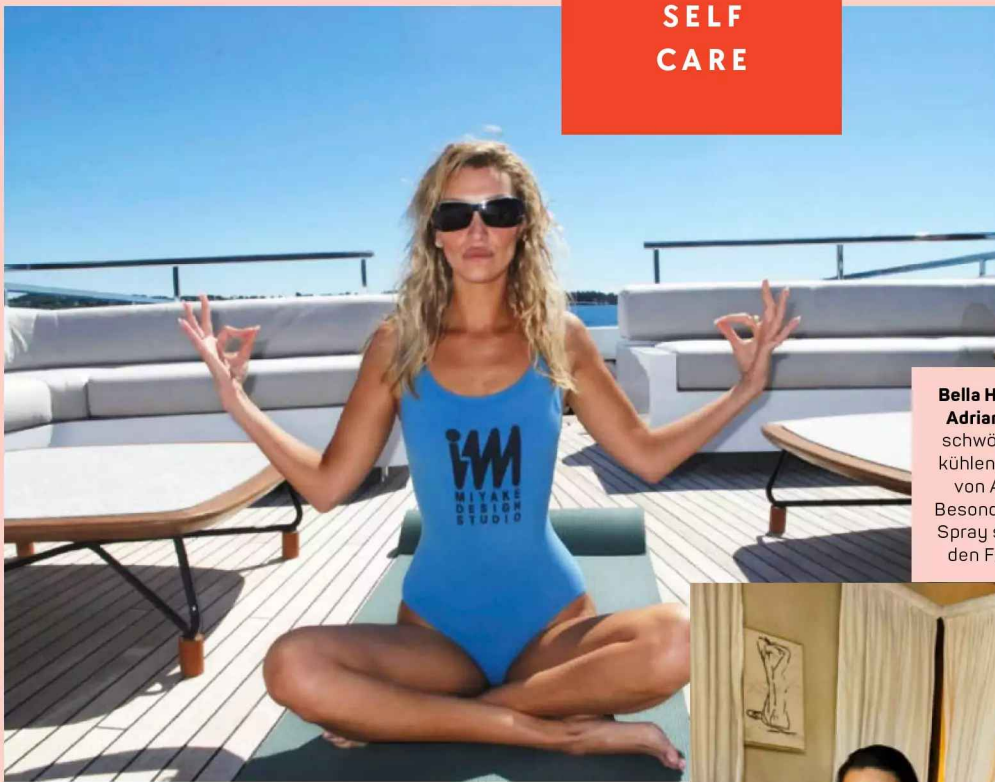
For Fierce Women



Jetzt exklusiv*
erhältlich bei Müller

*vom 17.08. – 30.09.2026

The new fragrance by
Mercedes-Benz



Bella Hadid (l.) und **Adriana Lima** (u.) schwören auf die kühlende Wirkung von Aloe Vera. Besonders als Gel-Spray sorgt es für den Frischekick

DIE BESTE PFLEGE NACH DEM URLAUB?

After-Sun-Lotion gilt für viele als Pflichtprogramm nach dem Sonnenbaden. Doch braucht die Haut wirklich eine spezielle Pflege? Anja Bettin, Gründerin von V Sun, erklärt, was gut für sonnenbeanspruchte Haut ist.

Was braucht unsere Haut nach der Sonne?

Vor allem sanfte Reinigung, Feuchtigkeit und Beruhigung. Nach UV-Belastung sollten Sonnenschutzreste, Schweiß sowie Salz- oder Chlorwasser mit einem milden Duschprodukt entfernt werden. Sonne belastet die Haut auch ohne sichtbare Rötungen, sie verliert Feuchtigkeit, wirkt trocken und juckt. After Sun hilft ihr zurück ins natürliche Gleichgewicht. Der Teint wird beruhigt, gepflegt und erhält einen gesunden, natürlichen Glow.



Anja Bettin
gründete unter anderem die Sonnenschutz-Marke V. SUN

Reicht da nicht eine herkömmliche Bodylotion?

Nein, denn jetzt hat die Haut besondere Bedürfnisse. After-Sun-Produkte sind speziell darauf abgestimmt.

Und welche Wirkstoffe sollte eine gute After-Sun-Pflege enthalten?

Aloe Vera, Panthenol, Glycerin und Ectoien gelten als echte After-Sun-Helden: Sie spenden Feuchtigkeit, beruhigen und stärken die Hautbarriere. Sheabutter und Jojobaöl sorgen zusätzlich für Geschmeidigkeit. Wichtig: After-Sun pflegt, kann Sonnenschäden aber nicht rückgängig machen. Sonnenschutz bleibt immer das A und O. ● HEIKE RHEKER



Erst Bräune, dann Pflege Reich an Antioxidantien mit einem zitruschblumigen Duft: „After Sun Body Lotion“ von V. Sun, 200 ml, ca. 10 Euro

GLÜCK- LICH- MACHER

*für
babynweiche
Füße*



Schnell & präzise: „Expert Care Elektrischer Hornhaut Entferner“ von Scholl, ca. 19 Euro



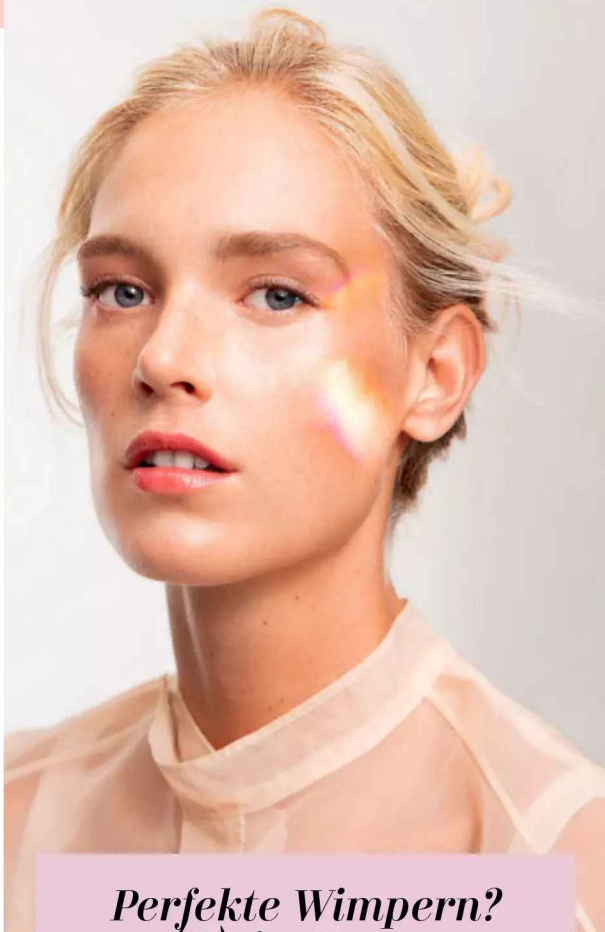
Mit Honigextrakt und Milchpeptiden: „Soft Feet Creme“ von Gehwol, 125 ml, ca. 23 Euro



Farbintensive, starke Nägel: Nagellack „64 Fifth Avenue“ von Essie, 13 ml, ca. 10 Euro



Birgit Potzkai, Beauty-Redakteurin, steht auf gepflegte(n) Sohlen



Perfekte Wimpern? (K)ein Traum

Im Schlaf etwas für traumhaft lange und dichte Wimpern tun? Das geht in nur zwei Schritten: Die sulfatfreie Formel des „**Cleansing & Moisturizing Foam**“ reinigt zunächst die empfindliche Augenpartie sanft, entfernt Make-up gründlich und bewahrt die Feuchtigkeit der Haut. Anschließend entfaltet das „**Eyelash Activating Serum**“ seine ganze Power. Es wird wie ein Eyeliner entlang des Wimpernkranzes aufgetragen und unterstützt über Nacht das natürliche Wachstum – für sichtbar längere und dichtere Wimpern in nur etwa sechs bis acht Wochen.



- 1 Lösungsformel** für die sensible Augenpartie: „Oil-Free Cleansing & Moisturizing Foam“ von M2 Beauté, 100 ml, ca. 36 Euro
- 2 Aufschwung** und Wachstum für dichte Wimpern: „Eyelash Activating Serum“ von M2 Beauté, 4 ml, ca. 145 Euro

ORIENT- EXPRESS-SPRAY

Einfach mit jedem Sprühstoß eine orientalische Mini-Auszeit genießen? Im Body-Mist treffen sinnliche Orangenblüte auf würzige Noten, während kostbares Argan-Öl die Haut verwöhnt. Das Ergebnis: seidiges, weiches Hautgefühl und Wellness-Vibes wie aus 1001 Nacht. „**Hamam Körperspray Body Mist**“ von Tesori d'Oriente, 200 ml, ca. 5 Euro



BYE-BYE MÜDE AUGEN!

Die Massage-Brille verwöhnt gestresste Köpfe mit Akkupressur, Wärme und Vibration – Wellness de luxe für Büro, Alltag und unterwegs. „Gesichtsmassagegerät Eyeris 3 Eye“ von Renpho, ca. 80 Euro



DUFTER TRAUMBODY

Die pflegende Bodylotion mit Niacinamid und Wildrosenöl versetzt uns sogleich auf ein sommerliches Blumenfeld. Dazu spendet ihre zarte Textur Feuchtigkeit. „**Blossom Bodylotion**“ von Phyris, 125 ml, ca. 23 Euro (limitiert)

94%

DER DEUTSCHEN

verwenden **Parfums**.
Berufstätige variieren
vier oder mehr, um den
Duft der Jahreszeit, dem
Anlass oder ihrer Stim-
mung anzupassen.

Quelle: markenartikel-magazin

GENIESSEN UND BEWEGEN

Stars wie Sharon Stone haben erfahren, dass sich **Gefäßablagerungen** unbemerkt bilden. Was sie heute dagegen tun



PROF. STEPHAN ACHENBACH

Direktor am Uniklinikum Erlangen

„Basic Instinct“-Star **Sharon Stone**, 68, kämpfte sich nach einem Schlaganfall mit Hirnblutungen zurück ins Leben

Eigentlich hat uns die Natur mit einer cleveren Alarmanlage ausgestattet: dem Schmerz. Er meldet, wenn im Körper etwas nicht stimmt. Bei Arteriosklerose, besser bekannt als Gefäßverkalkung, bleibt dieser Warnruf jedoch lange aus. Lagern sich LDL-Cholesterin und andere Stoffe in den Gefäßwänden ab, entstehen Entzündungen und feste Plaques. Die Arterien werden enger und starrer – das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall steigt. US-Star Sharon Stone etwa war 43, als sie eine Hirnblutung erlitt.

Stille Gefahr: Leider spüren wir diese Gefäßveränderungen erst, wenn eine Arterie stark verengt ist und Muskeln oder Organe zu wenig Sauerstoff bekom-

**70
PROZENT**
und mehr muss
ein Gefäß
verstopft sein,
bevor Organe
und Muskeln in
Sauerstoffnot
geraten

men. Sind die Beinarterien betroffen, wird das Gehen schmerzhaft. Viele Betroffene bleiben deshalb immer wieder stehen und betrachten scheinbar die Auslagen, bis die Beschwerden nachlassen – daher der Name Schaufensterkrankheit. Verengte Herzkranzgefäße können Druck oder Enge in der Brust auslösen, im ungünstigsten Fall können das Vorboten eines Herzinfarkts sein, deshalb gilt bei plötzlich starken Brustschmerzen, Atemnot, Lähmungen oder Sprachstörungen immer: 112 wählen.

Gene und Alter spielen bei der Beschaffenheit der Gefäße eine Rolle. Aber auch der Lebensstil ist ein großer Hebel. „Es gibt 80-Jährige mit elastischen, voll funktionsfähigen Arterien, aber auch Mitte 40-Jährige mit übermäßig ver-



John Legend, 47, isst viel Salat, seit sein Arzt dem Sänger riet, auf die Cholesterinwerte zu achten

ZEIT FÜR EINEN ÖLWECHSEL

Gesunde Fett und Öle dienen als Transportmittel für Vitamine und sind Grundgerüst für Zellmembranen. Auch für die Bildung von Hormonen sind Fette nötig. Doppelt so viele Omega-3- wie Omega-6-Fettsäuren sollten wir laut Experten zu uns nehmen. Das gelingt, indem man tierische Fette reduziert und austauscht gegen pflanzliche. Also Olivenöl statt Butter, Rapsöl statt Schmalz. Ein Ölwechsel kann nicht nur das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall verringern und zu hohen Cholesterinwerten senken. Er kann auch bei rheumatischen Erkrankungen helfen; und Omega-3-Fettsäuren bremsen die Hirnalterung. Gute Quellen sind Pflanzenöle und fetter Seefisch. Wer es nicht schafft, den Bedarf über die Ernährung zu decken, kann zu Kapseln greifen (z. B. Doppelherz System Omega-3).

dickten Gefäßwänden“, sagt Prof. Stephan Achenbach, Klinikdirektor am Universitätsklinikum Erlangen. Heißt: Für starke und gesunde Gefäße können wir Einiges tun.

LDL im Blick: Ab 35 übernimmt die gesetzliche Krankenkasse alle drei Jahre den Gesundheits-Check-up. Dabei werden auch die Blutfette untersucht. Ein hoher LDL-Wert fördert Ablagerungen. „Früher glaubte man, hohe HDL-Cholesterinwerte könnten hohe LDL-Werte ausgleichen. Dem ist aber nicht so“, sagt Prof. Achenbach. Welcher Zielwert passt, hängt vom persönlichen Risiko ab. Nach einem Herzinfarkt wird meist ein LDL-Wert unter 55 mg/dl angestrebt – häufig mit Hilfe von Medikamenten. Beim Essen zählt vor allem das Gesamtmuster, nicht das einzelne Ei, bei dem häufig schon die Sorge entsteht, es könnte die Cholesterinwerte in die Höhe treiben. ▶



US-Schauspielerin **Melissa Claire Egan, 44,** bekam kürzlich eine koronare Herzkrankheit diagnostiziert. Seitdem wirbt sie für Früherkennung

JETZT BESSERSCHLÄFER WERDEN!



Kl. geneiertes Motiv

NEU
EXTRA STARK

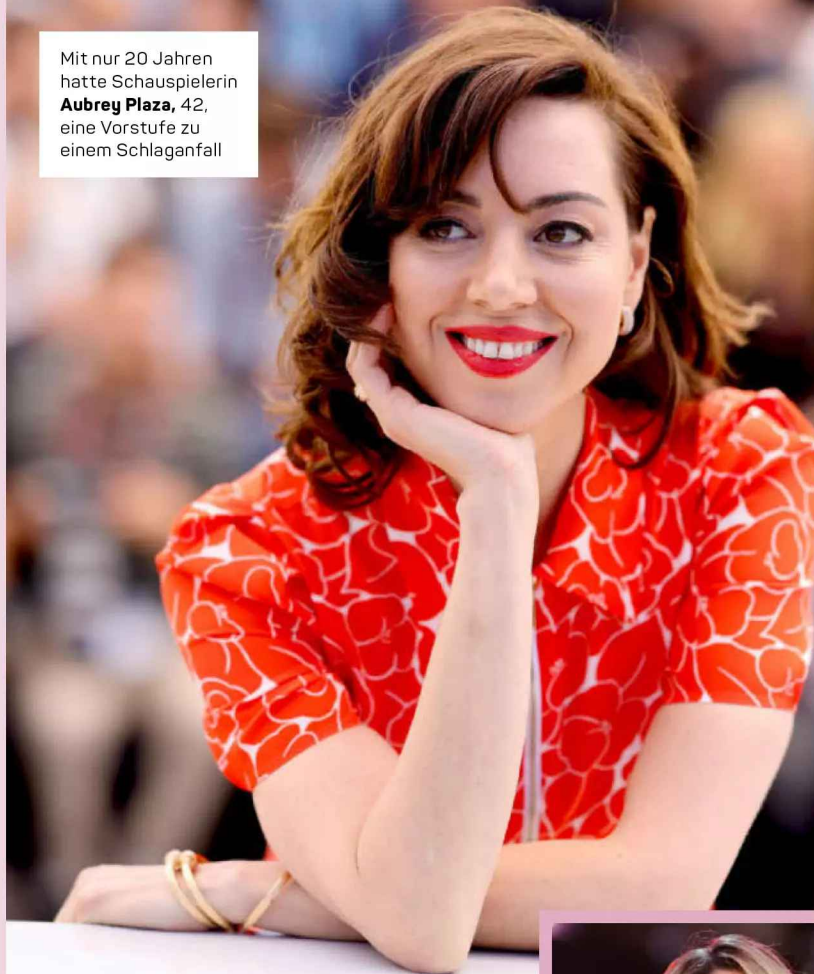


- ✓ **Extra stark**
Mit der höchsten Dosis* beruhigender Passionsblumenkraft
- ✓ **Natürlich besser schlafen**
Gut einschlafen, erholsam durchschlafen, fit aufwachen¹
- ✓ **Führt störende Reize herunter und senkt Cortisol^{2,3}**

*Höchste Dosis Passionsblumenextrakt pro Tablette; 1 Lee et al. (2020) Int Clin Psychopharmacol; 35(1):29-35; 2 Campos et al. (2025) BioChem 5.3:21; 3 Lima Neto et al. (2025). Sci Rep, 15(1), 43616.

Lioran® centra 450 mg. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Besserung des Befindens bei nervlicher Belastung und zur Förderung des Schlafes ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.** Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Flugstraße 11, 76532 Baden-Baden

Mit nur 20 Jahren hatte Schauspielerin **Aubrey Plaza**, 42, eine Vorstufe zu einem Schlaganfall



Hip-Hop-Star **Dr. Dre**, 61, hatte Riesenglück im Unglück: Die Ärzte zweifelten, ob er nach einem Hirn-Aneurysma weiterleben könnte. Heute sagt er: „Ich fühle mich stärker als je zuvor.“

20 BIS 40 JAHRE

können vergehen,
bevor Gefäßver-
kalkung Symptome
verursacht

Druck raus: Hoher Blutdruck strapaziert die empfindlichen Innenwände der Arterien. Deshalb ist es wichtig, die Werte im gesunden Bereich zu halten. Gerade Frauen sollten ihren Blutdruck nach den Wechseljahren neu im Blick behalten, wenn der schützende Östrogen-Effekt nachlässt. Spätestens ab 60 lohnt sich regelmäßiges Messen zu Hause: fünf Minuten ruhig sitzen, dann messen. Liegen die Werte wiederholt bei 135/85 mmHg oder darüber, sollte das ärztlich abgeklärt werden.



Helene Fischer, 42, schwört auf Ingwer: „Diese Knolle ist eine kleine Allzweckwaffe. Sie stärkt das Immunsystem und wärmt die Stimme.“ Und ist entzündungshemmend – gut für die Gefäße

Rauchfrei lohnt sich: „Einer der schlimmsten Gefäßfeinde ist das Rauchen“, sagt Kardiologe Achenbach. Die Giftstoffe im Tabak schädigen die Gefäße und erleichtern Ablagerungen. Zum Glück sinkt mit jedem rauchfreien Jahr das Herz-Kreislauf-Risiko wieder. Unterstützung bieten Hausarztpraxis, Krankenkasse oder Rauchstopp-Programme.

Schützen mit Genuss: Übergewicht begünstigt Bluthochdruck, hohe Blutfette und Diabetes Typ 2. Statt strenger Verbote setzt die gefäßfreundliche Küche auf mediterranen Genuss: viel Gemüse, Salat, Kräuter, Vollkorn und Hülsenfrüchte, dazu Fisch und pflanzliche Öle. Fleisch, tierische Fette und Zucker kommen seltener auf den Teller.

Bewegung wirkt: Die WHO empfiehlt wöchentlich 150 Minuten moderate oder 75 Minuten intensive Bewegung, am besten als Mix aus Ausdauer und Kraft. Wochenend-Sportler dürfen aufatmen: „Auch gebündelt auf Samstag und Sonntag bringen 150 Minuten genauso viel“, sagt Achenbach. ●

DIANA FAUST

Gemeinsam genießen:
Eine bewusste Ernährung ist eine wichtige Grundlage für Leber und Galle

ERKLÄRT
MIT
Gala



LEBER UND VERDAUUNG IN BALANCE

Mehr Wohlbefinden beginnt oft im Inneren. Wer Leber und Verdauung bewusst unterstützt, schafft eine wertvolle Basis für mehr Leichtigkeit im Alltag

Ein unangenehmes Völlegefühl, Verdauungsbeschwerden oder das diffuse Gefühl, aus dem Gleichgewicht zu sein... Viele Menschen kennen diese Signale der Leber, schenken ihnen im hektischen Alltag jedoch zu wenig Beachtung. Dabei spielt die Leber eine Schlüsselrolle für unser Wohlbefinden. Als größtes Stoffwechselorgan verarbeitet sie täglich Nährstoffe, unterstützt zahlreiche Stoffwechselprozesse und trägt zur Entlastung des Körpers bei. Eine unausgewogene Ernährung, Stress oder regelmäßiger Alkoholgenuß können sie zusätzlich beanspruchen. Umso wichtiger sind bewusste Gewohnheiten wie ausgewogene Mahlzeiten und ausreichende Bewegung. Eine sinnvolle Ergänzung können Produkte mit pflanzlichen Inhaltsstoffen sein. Klosterfrau Leber Kraft

kombiniert ausgewählte Inhaltsstoffe wie Mariendistel und Kurkuma mit Cholin. Kurkuma wird traditionell zur Unterstützung der Leberfunktion eingesetzt und Cholin trägt zum Erhalt einer normalen Leberfunktion bei. Auch Klosterfrau Artischocke plus setzt auf die Kraft der Natur. Artischocke regt die Bildung von Gallensäure in der Leber sowie deren Abgabe in den Darm an. Dadurch werden Leber- und Gallenfunktion unterstützt und gleichzeitig kann die Fettverdauung gefördert werden – besonders nach üppigen Mahlzeiten oder in stressreichen Phasen. Wer seiner Leber regelmäßig Aufmerksamkeit schenkt, investiert in das eigene Wohlbefinden. Denn oft sind es die kleinen, bewussten Entscheidungen im Alltag, die langfristig den Unterschied machen.



PFLANZLICHE UNTERSTÜTZUNG

Zusätzlich zu einer bewussten Lebensweise können Produkte mit pflanzlichen Inhaltsstoffen eine sinnvolle Ergänzung im Alltag sein.

- 1. Klosterfrau Leber Kraft** kombiniert Mariendistel, Kurkumawurzel-Extrakt und Cholin – ein starkes Trio zur Unterstützung der Lebergesundheit.
- 2. Klosterfrau Artischocke Verdauungshilfe plus** enthält konzentrierten Artischocken-Extrakt. Artischocke hilft, die Fettverdauung zu erleichtern, und unterstützt die Gallenfunktion.

Übrigens: Die Produkte von Klosterfrau sind im Drogerie- und Supermarkt erhältlich.

Mehr Informationen unter:
klosterfrau.de



Für mehr Infos
den QR-Code
scannen!

Meine Lieblinge



Kathrin Hofmann
Lifestyle-Expertin



Bruchsicher: handgefertigte Teller „Bon Appetit“ aus Emaille (Talking Tables, Ø 25 cm, je ca. 19 Euro, amazon.de)



Flechtwerk: Einkaufskorb „Mix“ aus Seegras und Rattan (Dekoleidenschaft, L 49 x B 34 x H 24 cm, ca. 42 Euro, otto.de)



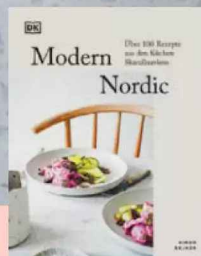
Schnittig: Tomatenmesser mit Wellenschliff-Klinge (Fackelmann, 11 cm, ca. 12 Euro, metro.de)



Üppige Ernte: grüner Keramik-Übertopf „Tomato“ (Kersten BV, H 22,5, ca. 70 Euro, ostermann.de)

HÜBSCH VERPACKT

Zarter **Kabeljau**
„en papillote“ mit grünen
Tomaten und Dill



Nordlichter

Von kreativen Smørrebrød-Variationen über Fisch-Frikadellen bis Kardamom-Reispudding: Mit diesen über 100 Rezepten aus Dänemark, Island, Finnland, Norwegen und Schweden kann man sich am heimischen Küchentisch durch den hohen Norden schlemmen. („Modern Nordic“, DK Verlag, 304 S., 33 Euro)

ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN:

2 kleine grüne Tomaten
2 x 150 g Kabeljaufilet
oder anderes festes,
weißfleischiges Fisch-
filet
20 g Weißkohl, grob
gehackt

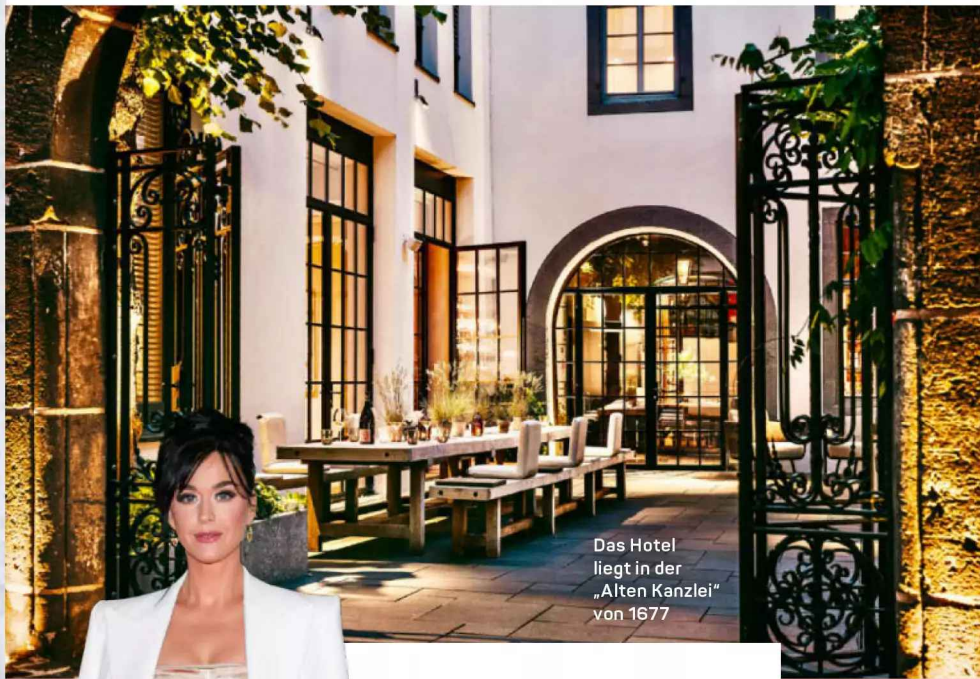
3 Dillolden oder
Dillstängel
1 Prise Lakritzpulver
1 TL Rauchsatz oder
Meersalzflöcken
1 TL Olivenöl

1 Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Ein Stück Backpapier (40 x 30 cm) auf die Hälfte falten. Die Ecken mit der Schere abrunden, dann das Backpapier wieder zu einem herzförmigen Stück auffalten. Tomaten in dünne Scheiben schneiden.

2 Den Fisch in die Mitte des Papiers legen, mit Tomaten, gehacktem Kohl,

Dillolden oder Dillstängeln und Lakritzpulver belegen. Mit Meersalz und Olivenöl würzen, dann das Papier zu einem Päckchen zusammenfallen. Die Ränder einschlagen und an beiden Enden zusammenzwirbeln, um es zu verschließen.

3 Das Päckchen auf der mittleren Schiene des Backofens ca. 12 – 15 Min. backen, bis der Fisch gar ist. Auffalten und direkt aus dem Päckchen verspeisen oder auf Tellern anrichten.



Das Hotel liegt in der „Alten Kanzlei“ von 1677



Chef de Cuisine: Peter Fridén
Küche für Feinschmecker

Rheintal

GLÜCKSMOMENT

Dass hier im kleinen Andernach ganz großes Kino stattfindet, merkt man bereits beim Betreten des „PURS Luxury Boutique Hotel“. Interieur-Ikone Axel Vervoordt verlieh dem Jahrhunderte alten Gebäude einen Wabi-Sabi-Spirit. Die asiatische Lebensphilosophie liebt das Unperfekte und Vergängliche. Beim hiesigen Sternekoch Peter Fridén trifft allerdings nur Letzteres zu: Signature-Dishes wie „Norwegische Langoustine“ oder „Weißer Heilbutt mit Shiro-Miso“ sind perfekt ausgerichtet – und mehr als vergänglich. Haps – ist alles im Mund und perdu. Kein Problem: Entspannen, akzeptieren und morgen wiederkommen. ●

CHRISTIAN JOHANNES MAY

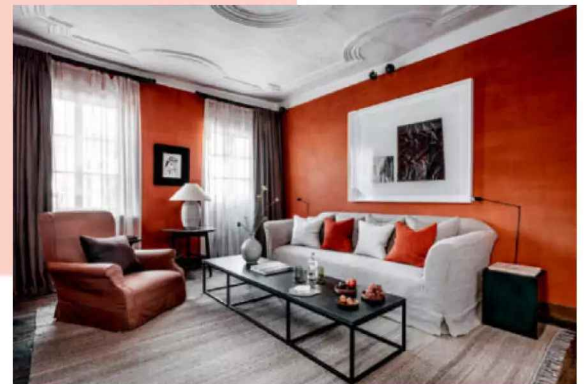
Info: purs.com

Prominenter Fan: Sängerin Katy Perry war bereits zu Gast



„New Nordic Japanese Cuisine“, mit Stern gekrönt!

Farbtupfer setzen in den Zimmern und Suiten Akzente



GENUSS CHECK

Pasta-Partner



CREMOSO TOMATE MOZZARELLA

Cremige Soße, die wie Pesto direkt mit den gekochten Nudeln vermengt wird (Delverde, 290 g, ca. 3,20 Euro, im LEH)



SUGO DI POMODORO AL BASILICO

Fruchtig-aromatisch mit frischem Basilikum – auch top als Pizza-Belag (Don Antonio, 480 ml, ca. 6 Euro, genussland.de)



PESTO VEGAN ROSSO

aus italienischen Tomaten und Cashewnüssen – verfeinert mit Aceto Balsamico di Modena (Barilla, 200 g, ca. 3,60 Euro, edeka24.de)



SAUCE MIT GEGRILLTEM GEMÜSE

und roten Zwiebeln aus Kalabrien sowie reifen Datterini-Tomaten (Mutti Parma, 400 g, ca. 3,30 Euro, rewe.de)

Andalusien

Die Courses des „**La Hacienda Links Golf Resort**“ zählen zu den besten der Welt – Blick aufs Meer und Gibraltar inklusive! Praktisch: Das Hotel „**Fairmont La Hacienda Costa del Sol**“ hat direkten Zugang zu den Plätzen. So hat man es nach der Partie nicht weit zum Dinner bei Zwei-Sterne-Koch Benito Gómez im Signature-Restaurant „**Dalmar**“. (fairmont.com)



ABSCHLAG MIT STIL



Schlagfertig: Moderator Florian Silberstein ist oft bei Charity-Golfturnieren anzutreffen

In diesen luxuriösen **Golfresorts** treffen spektakuläre Greens auf kulinarische Highlights und pure Entspannung



Mitspieler



- 1** Maskottchen: Dekofigur „Vivienne Golf“ aus Holz und Leder (H 20 cm, ca. 2600 Euro, louisvuitton.com)
- 2** Leicht auffindbar: Golfball „Pro Air“ (12 Stk., ca. 46 Euro, vicegolf.de)
- 3** Für Profis: E-Golf-Cart (ca. 11.400 Euro, geco-automobile.de)

Schottland

Ob man gedenkt, heute dem Golfsport zu frönen? Im „**JA Mar Hall Golf & Spa Resort**“ bei Glasgow obliegt es dem Gast, gegebenenfalls das Personal auf den Platz zu scheuchen. Spaß beiseite: Das beeindruckende Anwesen von 1828 wirkt wie aus einem Roman und punktet mit riesigem Golfplatz, beheiztem Megapool und High Tea. (jaresortshotels.com)



Apulien

Eingebettet in uralte Olivenhaine an der Adriaküste lädt der hoteleigene 9-Loch-Platz der „**Masseria Torre Maizza**“ zu einer entspannten Runde ein, während der nur einen Kilometer entfernte „**San Domenico Golf Club**“ Championship-Niveau bei frischer Meeresbrise bietet. Danach geht's zum exklusiven Olivenöl-Tasting im Anwesen – gemeinsam mit lokalen Experten. (roccofortehotels.com)

August & September 2026 | Nr. 5 | 4,20 €

LandIDEE Wohnen & Deko

KREATIVE IDEEN FÜR HAUS UND GARTEN

Neu

45
Ideen zum
Selbermachen
+ Anleitungen

- Pilze und Waldtiere aus Filz
- Deko für den Gartenzaun
- Nähen mit alten Jeans

Mit Liebe saniert: Vom Aus-
siedlerhof zum Wohnraum

Bunte Blütenpracht: Blumen-
deko frisch aus dem Garten

Erntezeit: Hübsche Helfer
fürs Sammeln & Pflücken

Praktische Tipps und Tricks

- Gutes Raumklima: Gesund
wohnen mit Naturmaterial
- Energiesparend heizen –
darauf sollten Sie achten
 - 7 Ideen für eine über-
sichtliche Speisekammer

Gemütlicher Spätsommer

...oder direkt bestellen:

Neu im Zeitschriftenhandel





Hommage:
Buch „British
Living“
(Cristophours,
256 S.,
39,99 Euro,
verlags-
haus24.com)

Guter Halt:
Bibliotheks-
Leiter aus Eiche
(ca. 1100 Euro,
manufactum.de)



Wasserstop:
Gummistiefel
„Kickstream“
(ca. 590 Euro,
moncler.com)



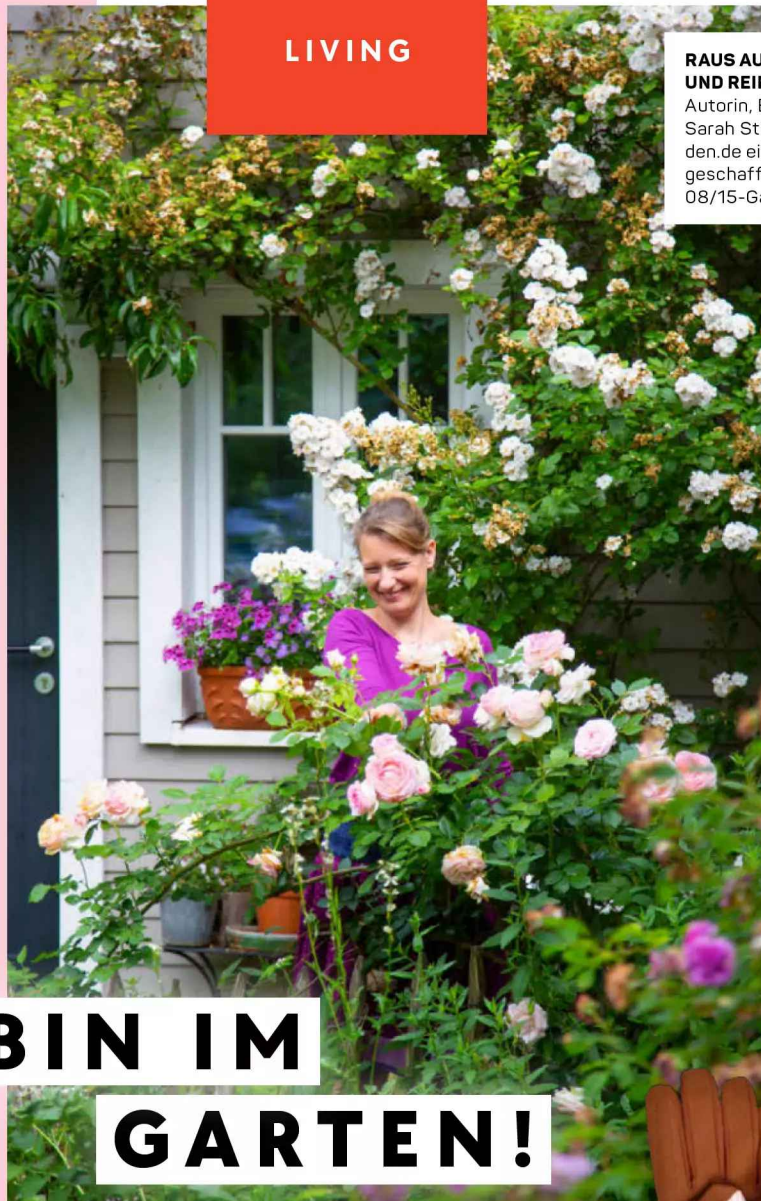
Gassi: Unterset-
zer „Please!“
(At Home in the
Country, ca.
4 Euro, distincti-
vepets.co.uk)



Läuft: Waschtisch-
armatur „Essence
warm sunset“
(Grohe, ca. 230 Euro,
hornbach.de)



Grüner Platz:
Sessel „Model
06“ (laubgrün,
ca. 750 Euro,
swyfhthome.de)



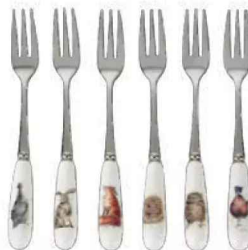
LIVING

BIN IM GARTEN!

Natürliche Materialien, Tiermotive und
Gummistiefel: Britisches **Cottage-Flair**
zieht bei uns zu Hause ein!



Gegacker:
Küchenläufer
„Kitchen
Party“ (ab
60 x 180 cm,
ca. 18 Euro,
kibek.de)



Wild: Dessert-
gabeln „Wrendale“
(Royal Worcester,
6 Stk. ca. 30 Euro,
kitchen-cabinet.de)

RAUS AUS DEM HAUS UND REIN INS GRÜNE

Autorin, Blumenfan und „Gardenista“
Sarah Stiller hat mit mycottagegar-
den.de einen Blog mit Tipps für alle
geschaffen, die keine Lust auf
08/15-Garten haben



Rustikaler
Rahmen:
Spiegel „Adnet“
(Gubi, ab
ca. 730 Euro,
westwing.de)



Sack zu: Wäsche-
sammler „Baggy“
(ca. 35 Euro,
kleinewolke.com)

FOTOS: SARAH STILLER/MYCOTTAGEGARDEN.DE,
ALESSANDRO BRESCHI/COM, CHRISTOPH OUS VERLAG, PR



Können anpacken:
Gartenhandschuhe
„Cottage Gardening“
(ca. 24 Euro,
shop.kew.org)

Beflügelnd: Möbel-Schablone
„Countryside Bird“ (ca. 15 Euro,
anniesloan.com)



RAUM FÜR INSPIRATION

AW ist stilbildender Impulsgeber
für Architektur, Design & Living



JETZT BESTELLEN

Aktuelle Ausgabe AW Architektur & Wohnen sichern.
Digital überall lesen oder gedruckt nach Hause geliefert.

awmagazin.de/gala



Ihr Horoskop

Happy Birthday,

DUA LIPA!
(22.8.1995)



FOTOS: GETTY IMAGES

LÖWE 23.7. - 23.8.

Bis zum Wochenende platzieren Sie Ideen im Job und machen mit natürlicher Souveränität Eindruck. Danach verlagert sich Ihr Fokus wieder: Mit mehr Ruhe geht es stärker darum, was Ihnen wirklich wichtig ist und worin es sich lohnt, Energie zu investieren. Großzügigkeit steht Ihnen – vergessen Sie aber Ihre eigenen Ressourcen nicht. Kleine Pausen bringen Ihnen jetzt mehr als die totale Verausgabung.

JUNGFRAU 24.8. - 23.9.

Zunächst sortieren Sie sich innerlich, dann übernehmen Sie elegant das Kommando. Ab Sonntag wird spürbar, dass Ihre Zeit beginnt: Sie wirken frischer, klarer, entschlossener. Im Job treffen Sie dann gute Entscheidungen, weil Sie nicht nur analysieren, sondern den richtigen Moment erkennen. Auch privat finden Sie die richtigen Worte zur richtigen Zeit – ein klärendes Gespräch bringt Leichtigkeit zurück.

WAAGE 24.9. - 23.10.

Sie tragen derzeit eine besondere Selbstverständlichkeit in sich und genau die macht Sie so anziehend. Selbst heikle Themen lassen sich mit Fingerspitzengefühl besprechen. Am Wochenende darf es romantisch, stilvoll oder einfach genussvoll werden. Schmieden Sie schöne Pläne! Zu Wochenbeginn rückt das Zuhause stärker in den Fokus: Etwas Ordnung oder eine kleine Veränderung wirken wohltuend.

SKORPION 24.10. - 22.11.

Sie spüren schneller als andere, wo etwas kippt – oder sich endlich zum Guten wendet. Und genau diese Sensibilität bringt Sie in Gesprächen und Projekten nach vorn. Am Wochenende wächst Ihre Lust auf neue Eindrücke. Vielleicht machen Sie mal wieder einen Kurztrip? Privat bringt Sie Ehrlichkeit weiter. Wenn Sie klar sagen, was Sie meinen, auch wenn das unbequem sein kann, schafft das Vertrauen.

SCHÜTZE 23.11. - 21.12.

Das Wochenende spielt Ihnen in die Karten: mehr Schwung, mehr Lust auf Menschen, mehr Freude an allem, was nicht nach Pflicht aussieht. Daraus entstehen neue Ideen – bleiben Sie so herrlich neugierig. Vielleicht bei einem ausgedehnten Spaziergang in der Natur? Verlieren Sie beruflich wie privat die Zahlen und Fakten nicht aus dem Blick. Dann wird aus Ihrer Inspiration ein tragfähiger Plan.

STEINBOCK 22.12. - 20.1.

Sie kommen in eine starke Phase, in der Entschlossenheit und Ihr Talent zur Übersicht wunderbar zusammenspielen. Ab Sonntag fühlen Sie sich innerlich gefestigt und wissen genauer, welchen Weg Sie einschlagen möchten. Beruflich profitieren Sie davon, dass Sie nicht laut werden müssen, um ernst genommen zu werden. Privat tut etwas Lockerheit gut – wie wäre Bewegung oder Wellness?

WASSERMANN 21.1. - 19.2.

Diese Woche lebt von Perspektivwechseln – und die liegen Ihnen besonders. Erst beschäftigt Sie ein ernstes Thema, dann öffnet sich der Horizont wieder: neue Gedanken, neue Begegnungen, Lust auf Zukunft. Lassen Sie das zu! Ab der Wochenmitte wächst Ihr Bedürfnis, sich selbst wieder stärker zu spüren. Sie wissen, was Ihrem Körper jetzt guttut. Und dann gelingen Entscheidungen auch am besten.

FISCHE 20.2. - 20.3.

Achten Sie diese Woche auf Ihre Ausgeglichenheit: Privat und im Job werden Sie mit ernsteren Themen konfrontiert. Vor allem beruflich helfen praktische Schritte mehr als langes Träumen, doch genau darin liegt Ihre eigentliche Herausforderung. Naturerlebnisse, Schwimmen, meditative Spaziergänge und Musik wirken jetzt heilsam und geben Ihnen die Ruhe, die Sie für alles Weitere brauchen.

WIDDER 21.3. - 20.4.

Im Miteinander lohnt es sich dieser Tage, erst zuzuhören, bevor Sie Position beziehen. Eine Auseinandersetzung im Kollegium oder ihn Ihrem Umfeld können Sie so deutlich abfedern. Am Wochenende haben Sie Hummeln im Hintern. Sind Sie Single, seien Sie ruhig mutig, sich zu zeigen – authentisch, verletzlich, lebendig. Das zieht andere wie magisch an. Verpartnerte Widder erleben ein paar innige Tage zu zweit.

STIER 21.4. - 20.5.

Auch nach der Urlaubszeit dürfen Sie es sich schön machen. Gerade jetzt stärken Harmonie und eine stimmige Umgebung Ihre Kräfte. Im Job kommen Sie mit Ruhe und Verlässlichkeit weiter als mit Tempo. Und auch im Privaten lassen sich Missverständnisse sanft ausräumen, wenn Sie nichts erzwingen. Kosmische Energie unterstützt Sie jetzt dabei, Routinen für Ernährung und Bewegung zu entwickeln.

ZWILLINGE 21.5. - 21.6.

Es bleibt lebendig – und genau das lieben Sie. Am Wochenende bringen Begegnungen, Einladungen oder spontane Pläne frischen Wind. Im Job ist dann kluges Sortieren gefragt. Das bremst Sie nicht aus, sondern macht Ihre Ideen erst richtig nutzbar. Neuigkeiten im Freundeskreis können zur Wochenmitte überraschend viel in Bewegung bringen. Bleiben Sie nicht zu flexibel, sondern setzen Sie Prioritäten.

KREBS 22.6. - 22.7.

Sie wirken entschlossener als sonst, Mars in Ihrem Zeichen macht Sie aktiv. Im Beruf zahlt es sich aus, dass Sie genauer hinschauen und nicht jede Regung sofort kommentieren. Ab Wochenbeginn laufen Gespräche flüssiger, und auch kleine Alltagspläne gelingen. Wenn Sie bei sich bleiben, gewinnen Sie jetzt viel – aber gönnen Sie sich Auszeiten, etwa beim Sport, um nicht überreizt zu werden.

Sie möchten mehr über Ihre persönliche Zukunft erfahren? www.gala.de/lifestyle/horoskope

Astrologen und Kartenleger von **viversum** haben Antworten auf Ihre Fragen. Testen Sie 15 Minuten **GRATIS** unter **08 00 404 08 05** (gebührenfrei).

IMPRESSUM

CHEFREDAKTEURIN DORIS BRÜCKNER
STV. CHEFREDAKTEUR PHILIPP COENEN,
MARCUS LUFT (Style)

CREATIVE DIRECTOR KERSTIN PETERS

CHEFS V. DIENST ANDREAS MERTEL, TANJA SCHNABEL (Stv.)
TEXTCHEFS NADINE KAMINSKI, BETTINA KLEE,
KRISTINA POEHL (Ehrenzeit), ROLAND RÖDERMUND
AUTORIN TATJANA DETLOFF

UNTERHALTUNG STEFANIE BÖHM, DR. BETTINA HENNIG,
HILI INGENHOVEN (Society), MIRIAM KAERTZ,
JASMIN KAISER (Ehrenzeit), MARTINA OCHS, SANDRA REITZ,
DR. STEFANIE RICHTER (Red. für besondere Aufgaben),
ANDREA SCHUMACHER

MODE MARCUS LUFT, ISA PETERET (Leitung),
SANDRA KRUTZSCH (Deputy Head of Fashion),
SABINE EICHSTEDT, SWOLKE KARBERG,
JANA KRUSE, OLE MILODZIAN;

ASSISTENTINNEN: HANNAH JABS, MERLE NOLTING

BEAUTY MERLE REBENTISCH-BERNIN (Head of Beauty),
NICOLE LÖTTERS (Deputy Head of Beauty), ALEXANDRA BUSSE-RICHTER,

LEA DIEMEL-RELLECKE, VICTORIA FRENKLER (Ass.),
ABENAA NAMSLAU, BIRGIT POTZKAI, HEIKE RHEKER (Health),
CHARLOTTE ISABEL SCHWARCK, RABEA WAHNER (Ass.),

FOOD/LIVING/REISE CHRISTIAN J. MAY (FR), KATHRIN HOFMANN (FR)

BILDREDAKTION SYBILLE SCHARMANN (Head of Foto),
DERYA SERINDAG, ANNE STOLBA

GRAFIK CHRISTIAN STÜBE (Stv. Creative Director), ANNE ELLERKAMP,
TÜLAY GÜRSEL, STEPHANIE PASSOW, NINA ROBERTS, NIKLAS SUXDORF

PROJEKTMANAGER REDAKTION ANDREAS KOSECK
HONORARSERVICE XENIA NATT

DIGITAL GALA.DE

CHEFREDAKTEURIN DORIS BRÜCKNER, Stv.,
NANE MEYER, KATHRIN STAUDINGER-SALLER

SANDRA NEEB (Assistentin der Chefredaktion)

NEWS LISA MARIE HORSTMANN (Leitung),
ANNKRISTIN ENGELBRECHT (Stv.), ANDREA ZERNIAL (Stv.),

CAROLIN BANSER, LINDA GIERE, LEONIE HULTSCH, JULIA KOSCHEL,
CAROLINE MILLER, LIESA NAUMANN, JENIFER NADOLSKI,

CHARLOTTE REPPENHAGEN, JULIA SEIFFERT,
KATHRIN STARK, SALLY TINE, MINKE ZIMMERMANN

MODE + BEAUTY NANE MEYER (Leitung), JESSICA LIEBEKNECHT (Stv.),
LARA GOLOMBEK (Stv.), RIKE REHNKAMP, ILKA ALVES GONCALVES,

JULIKA HOLZ, HANNAH LUTTERBACH, TINE MILBRET,
LINDA SHILLAKU, MELANIE WENZKE

VIDEO HENNING HÖNIGKE (Leitung), MARIE MÜHLENBERG (Stv.),
VANESSA FRITZ, MANON KLATT, CHRISTIAN PÖTZSCH,

ELENA STRITTMATTER, JULIA VOGT
SOCIAL FRIEDRIKE SARLETI (Leitung), HELEN KREIMER (Stv.),
STELLA ARMKNECHT, LUISA KEIM, JULIA LECHER,

ALICIA MARTENS, MADITA MUHS, MARA REHFISCH
RESEARCH & DEVELOPMENT CLAUDIA FUEDEUS (Leitung),
CHRISTIAN REIMERS

VOLONTÄRINNEN LAURA MAGINOT, ANNA WAGENLEITNER,
CHIARA WEGENER

VERLAG UND SITZ DER REDAKTION: FUNKE Women, People & Family GmbH,
Großer Burstah 18-32, 20457 Hamburg, Sitz Hamburg,
Registernummer Hamburg HRB 190549,

GESCHÄFTSFÜHRUNG: Jochen Beckmann, Jesper Doub, Simone Kasik,
Christoph Rütth, Janina Süß, Anna-Lena Kievee

Anschrift: Brieffach 28, 20445 Hamburg,
Gala per E-Mail: redaktion@gala.de

REDAKTIONSVERTRETUNGEN

London: Arndt Striegler, striegler@btinternet.com,
Los Angeles: Andreas Renner, Plan A Creative Media, Inc.,
andreas@planacreativemedia.com

MANAGING DIRECTOR KATHARINA GREVENHORST
PUBLISHING MANAGERIN KATHRIN GIERSCH

SALES DIRECTOR NICOLE CORTEZ
PRODUKTIONS-MANAGEMENT THOMAS MORCINEK

MARKETING ANDRÉ MUSCH
SYNDICATION Picture Press, E-Mail: sales@picturepress.de

REPRODUKTION Stephanie Neumayer, Milena Spang

VERANTWORTLICH FÜR DEN ANZEIGENTEIL:

ASTRID BLEEKER (Stv. General Director Brand Print+Crossmedia),
Ad Alliance GmbH, Picassoplatz 1, 50679 Köln

Es gilt die aktuelle Preisliste. Infos hierzu unter www.ad-alliance.de

VERANTWORTLICH FÜR DEN REDAKTIONELLEN INHALT:

DORIS BRÜCKNER, Großer Burstah 18-32, 20457 Hamburg

Zuweisen unterstützen Agenturen, Hotels oder Veranstaltungen
bei den Recherchen. Unsere Reportagen und Informationen sind dadurch
in keiner Weise beeinflusst.

Inhalte, die wir mit Unterstützung generativer KI produziert haben,
werden gemäß den Grundsätzen der journalistischen Sorgfaltspflicht durch
unsere Redaktion geprüft und verantwortet.

ABONNEMENT

E-Mail-Adresse: gala-kundenservice@dpv.de

GALA im Abonnement Preis für 52 Ausgaben 228,80 € inkl. MwSt. und Versand

ABONNEMENT USA

GALA (USPS no 15043) is published weekly by Funke Women, People & Family GmbH,
Known Office of Publication: Data Media (A Division of Avant Imaging and Integrated

Media LLC), 2221 Kenmore Avenue, Suite 106, Buffalo, NY 14207-1306.

Periodicals postage is paid at Buffalo, NY 14205. Postmaster: Send address
changes to GALA, Data Media, P.O. Box 155, Buffalo, NY 14205-0155.

E-Mail: service@proltek.com, Toll free: 1-877-776-5835

ABONNEMENT KANADA

Anschrift: Sunrise News, 47 Silver Shadow Path, Toronto, ON, M9C 4Y2,
Tel + 1 647-219-3205, e-mail: sunriseorders@bell.net

ABONNEMENT ÖSTERREICH (254,80 €) & SCHWEIZ (369,20 SFR)

Anschrift: GALA-Kundenservice, 20080 Hamburg, Deutschland,
Tel. 0049/40/8770 9590, E-Mail: gala-kundenservice@dpv.de

ABONNEMENT ÜBRIGES AUSLAND

Anschrift: GALA-Kundenservice, 20080 Hamburg, Deutschland,
Telefon 0049/40/8770 9590, E-Mail: gala-kundenservice@dpv.de

Auslandsabonnent- und Luftpostpreise auf Anfrage. Zahlung bitte nach
Erhalt der Rechnung. Der Export von GALA und der Vertrieb im Ausland sind nur mit
Genehmigung des Verlages zulässig. Leserkarte dürfen GALA nur mit Zustimmung des
Verlages führen. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos keine Gewähr.
Rücksendung nur, wenn Rückporto beiliegt. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, Aufnahme
in Online-Dienste und Internet und Vervielfältigung auf Datenträger wie CD-ROM,
DVD-ROM etc. nur nach vorheriger schriftlicher Zustimmung des Verlages.



ISSN 094 84531

ZU GEWINNEN BIS ZU 5000 EURO EINKAUFSGELD!



Wir verwirklichen die Einkaufs-
träume einer GALA-Leserin mit
bis zu 5000 Euro. Kleiden Sie
sich neu ein oder erfüllen Sie
sich einen persönlichen Wunsch.
Lösen Sie hierfür unser Rätsel,
rufen Sie einfach an oder senden
Sie eine SMS. Der Zeitpunkt der
Teilnahme entscheidet über die
Höhe des Gewinns von 100 Euro

bis hin zu 5000 Euro. Jeder Anruf
und jede SMS führt zur Teilnahme
am Gewinnspiel! Natürlich können
Sie zu verschiedenen Zeiten
teilnehmen. Dabei hören Sie bei
jedem Anruf, wie viel Einkaufsgeld
Sie gewinnen können. Die
Ermittlung des Gewinners erfolgt
per Zufallsgenerator unter allen
gültigen Teilnahmen. Viel Glück!

Garten- tätigkeit, Frucht- ein- bringung	eng- lische Schul- stadt	indisches Gewand	digitaler Daten- träger	Funk- tions- prüfung	heiliger Vogel der alten Ägypter	an- wesend	Reptil	alterpu- erischer Herrscher	großes Verlan- gen nach Speisen	Beiname Eisen- hewers	als Akteur durch die Gegend ziehen
Genüg- samkeit			8								
Stadt an der Unter- elbe	6			see- männisch: zurück, rückwärts				Schnee- schuh			
Narr			Film- abschnitt	Behälter für Stimm- zettel		wohnen					11
				Weinver- schnitt			Leicht- metall	Täu- schung		US-Staat an der Ostküste	
Knorpel- scheibe im Knie	Medi- zinerin	Haar- pfle- ge- mittel, Gallert	optisches Bauteil	alte franzö- sische Münze			12				
gerade erst her- gestellt							Grund- stück				
junger Mensch (salopp)			1	ehemal. US-Prä- sident († 1885)		Stadt in Nord- italien			13		
				kathol. Heiliger, Drachen- töter				DDR- Geheim- dienst		zum größten Teil, fast immer	
moussie- ren, in Bläschen schäumen	keine Worte findend	Neben- fluss der Wolga	Koran- abschnitt		10	streich- bare Masse		Sohn Noahs			
Fenster- vorhang				Mai- länder Fußball- club		Tisch mit schräger Fläche				Ausruf beim Rennstart	
Karten- spiel- farbe			Wortteil: Tau- sendstel	ruchlos				orien- talischer Männer- name			
						ostafrika- nischer Binnen- staat	Morgen- land	Notruf auf See		2	
Ver- zierung		Kinder- buchfigur v. Johan- na Spyri	Stadt im Münster- land	Stadt in Groß- britan- nien	Fantast						
US- Raum- fähre											
Händler mit Diebes- gut	7					Wapiti- hirsch	männ- licher Artikel				
Garten- blume						Geweih- sprosse					
Fest- gedicht				tolerieren							
Winkel- funktion			9			kleiner Sport- renn- wagen					

LÖSUNGSWORT

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

TEILNAHME PER TELEFON: Rufen Sie die Gewinn-Hotline an in Deutschland: **01378-220552**
oder in Österreich: 0901-055620 (jeweils 0,50 Euro/Anruf).

TEILNAHME PER SMS: Senden Sie die Lösung mit Kennwort **GALA** wie folgt an **82822**: GALA Lösung Name Adresse
(0,50 Euro/SMS zzgl. SMS-Versand). Keine Benachrichtigung, für welche Geldbeträge teilgenommen wird.

TEILNAHMESCHLUSS IST DER 31.8.2026. Die Ermittlung des Gewinners erfolgt nach Teilnahmeschluss.
Dieser Gewinner erhält den Geldbetrag, der ihm bei Anruf genannt wird bzw. bei SMS-Eingang gültig ist.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

© RATSELMANUFAKTUR

Heft 32: Laura Dern

Die GOLDENE

**Bild
der
Frau**



CHARLOTTE ARNOLD für „Pro Mater Sano e. V.“

Wir lassen junge Mütter mit Krebs nicht allein.

Mehr Infos:



Deutschlands großer Preis für soziales Engagement. Eine Initiative der FUNKE Mediengruppe.

WallDecaux
Premium Out of Home

Rabenhorst

QVC

DERMASENCE
MEDIZINISCHE HAUTPFLEGE

POSTCODE
LOTTERIE

BONITA

STAATL.
FACHINGEN

Ernsting's family
Von kritischen Familien empfohlen.

glow²⁵



KULTUR TIPPS



Musik

BERÜHRT DAS HERZ

„Ein modernes Märchen über erwiderte Liebe“, so nennt Sam Smith „Hazel Eyes“. Und ja, der Mix aus Folk, Baroque Pop und R&B geht direkt ins Herz, vor allem dank der berührend gefühlvollen Stimme des sensiblen Grammy-Gewinners.

CAPITOL RECORDS



Literatur

REIN ODER RAUS?

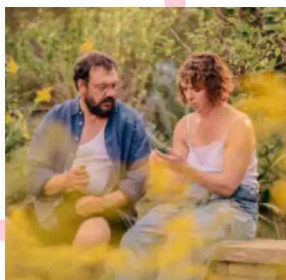
Brandenburg, ein Ferienhaus, das früher eine Kneipe war, und eine Frau, die sich fragt, was sie nach ihrer Scheidung noch damit will. Eva Menasses „Alleinruhe“ ist ein Roman über die Lebensmitte, klar geschrieben und klug beobachtet.

KIEPENHEUER & WITSCH, 224 S., 23 EURO

Kino

FERNWEH UND HEIMAT

Paul (Charly Hübner) träumt von einer Reise nach Italien wie in dem Seume-Klassiker „Spaziergang nach Syrakus“. Doch es ist 1982, und er lebt mit Anne (Lina Beckmann) in der DDR. Kann man heimlich weg – und wiederkehren? Nach einer realen Begebenheit.



STORIES



International gefeiert: Durch „Babylon Berlin“ wurden Liv Lisa Fries und Volker Bruch zu Stars

FINSTERES FINALE



Liv Lisa Fries und Christian Friedel zählen schon seit zehn Jahren zum Cast

S

eheinsüchtig erwartet: Am 10. September geht die fünfte und finale Staffel der Erfolgsserie „Babylon Berlin“ in der ARD-Mediathek online, ab 19. September laufen die insgesamt acht Folgen im TV. Sie führen ins düstere Berlin des Jahres 1933 – in die Wochen zwischen Hitlers Ernennung zum Reichskanzler und der schicksalhaften Reichstagswahl. Neu dabei: Clemens Schick als Adolf Hitler. Auch Schick ist Fan der Serie, hat sich „seit Jahren“ auf jede neue Staffel gefreut. „Jetzt selbst Teil dieses Ensembles sein zu dürfen, ist für mich ein großes Geschenk“, erzählt er GALA. Jeder Drehtag begann für ihn mit drei Stunden in der Maske. „Maske und Kostüm waren nicht nur Verwandlung, sondern ein wichtiger Teil meines Zugangs zur Rolle“. ●

New dabei

Clemens Schick verkörpert Adolf Hitler in den kommenden Folgen – „eine besondere und auch verstörende Erfahrung“

D

as Lachen überraschte am meisten: laut, rau und herzlich. Es schien so gar nicht zu der zierlichen Blondine auf den schwindelerregenden High Heels zu passen. Die nur 1,55 Meter große Hayden Panettiere trug stets Stiletto, um ein wenig größer zu wirken. GALA konnte sich davon selbst überzeugen, als wir sie zum Interview für ihre Erfolgsserie „Nashville“ trafen. Doch statt über ihre Rolle redete Hayden ungewöhnlich offen über ihr Leben, erzählte, dass sie im zweiten Anlauf mit Wladimir Klitschko sehr glücklich sei: „Wir haben uns definitiv weiterentwickelt. Auch als Paar.“ Sie übte Deutsch für ihn, führte uns ihre (sehr guten) Kenntnisse vor. Drei oder vier Kinder wünsche sie sich, verriet sie.

Das war 2013. 13 Jahre später ist klar: Ihr innigster Wunsch, eine große, liebevolle Familie, wird

sich nicht mehr erfüllen. Vorigen Sonntag stirbt Hayden Panettiere fünf Tage vor ihrem 37. Geburtstag in Greenville, South Carolina – der Heimat ihres On-Off-Freundes Brian Hickerson – an einem Herzstillstand. Laut US-Medien fiel bei dem Notfalleinsatz das Wort „Überdosis“, Hinweise auf ein Verbrechen finden sich bis dato nicht.

„In tiefster Trauer teilen wir den tragischen Tod unserer geliebten Hayden mit“, heißt es in dem Statement, dass Vater Skip Panettiere, 66, herausgeben ließ.

Weil sie für ihre heute 11-jährige Tochter Kaya Evdokia nur das Beste wollte, überließ sie Papa Wladimir Klitschko das Sorgerecht



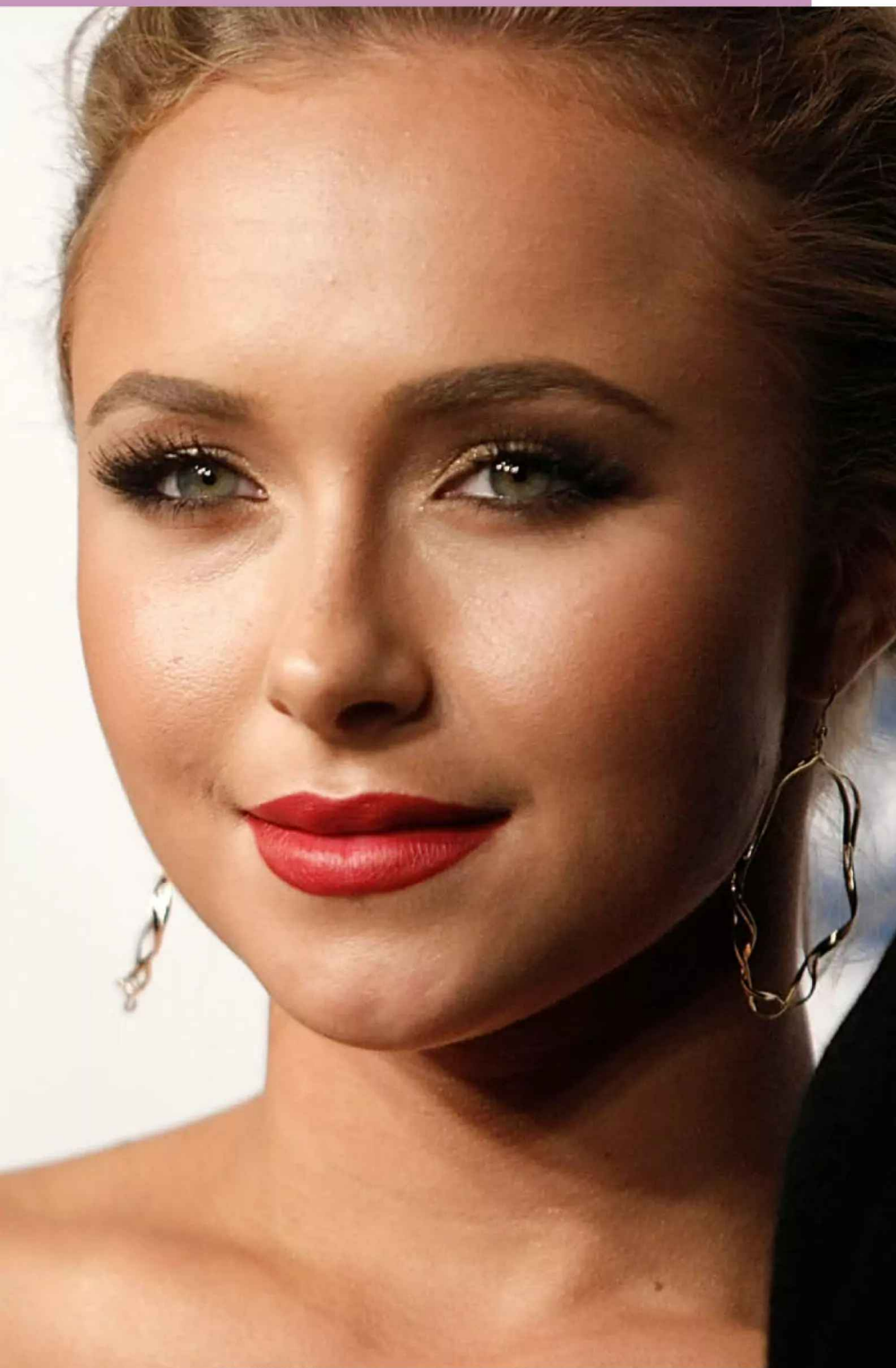
Ihre schönsten Jahre

Gegenüber GALA schwärmte die Schauspielerin von Wladimir Klitschkos fantastischer Figur und seinem scharfen Verstand. 2010 bis 2018 waren sie ein Paar – mit zweijähriger Unterbrechung



AUF DER SUCHE NACH LIEBE

Hayden Panettiere ist im Alter von 36 Jahren gestorben. Das Leben der Schauspielerin und Ex-Verlobten von Wladimir Klitschko war von großen Erfolgen und schweren Krisen geprägt. GALA erinnert sich an eine Begegnung

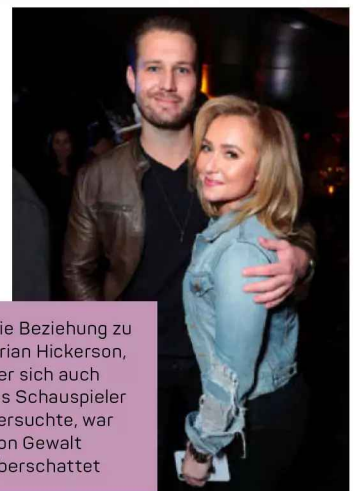


Schön und beliebt: Durch die Musik-Serie „Nashville“ wurde Hayden Panettiere zum Weltstar. Doch der Ruhm brachte ihr kein Glück

„Sie war ein unglaubliches Licht und eine Naturgewalt, die allen Menschen, die sie kannten, und den Millionen, die sie auf der Leinwand sahen, unermesslich viel Liebe und Freude schenkte.“

Für Hayden selbst sollten Liebe und Freude zeitlebens nur flüchtige Bekannte bleiben. Schon als Baby wird sie von ihrer Mutter Lesley Vogel, 70,

vermarktet und ins Rampenlicht geschubst. Für Hayden wird es zu einer tiefen Kränkung, dass ihre Mama sich vor allem als Managerin sieht – und die niedliche Tochter als gewinnbringende Ware. Mit 19 Jahren bricht Hayden mit ihr. Wie bei vielen Kinderstars hinterlässt der frühe Ruhm Spuren: Sie leidet unter Opioid- und Alkoholabhängigkeit sowie Depressionen, sucht nach



Die Beziehung zu Brian Hickerson, der sich auch als Schauspieler versuchte, war von Gewalt überschattet

Halt. Es dürfte kein Zufall gewesen sein, dass sie sich ausgerechnet in den Inbegriff eines starken Mannes und Beschützers verliebt: Profiboxer Wladimir Klitschko, heute 50. Im Dezember 2014 kommt ihr gemeinsames Kind zur Welt, Tochter Kaya. „Wir sind überglücklich und total verliebt“, so Hayden damals. Doch auch das Baby kann ihr keine Heilung schenken. Sie leidet an einer schweren Wochenbettdepression, rutscht zurück in die Sucht.

Das größte Opfer bringt Hayden 2018, als sie und Wladimir sich trennen – und sie ihm das alleinige Sorgerecht überlässt. Der Schritt soll Kaya ein stabiles Umfeld ermöglichen, trifft Hayden aber schwer. Sie zu verlassen, sei „das herzerreißendste“ gewesen, das sie je getan habe, sagte sie einmal.

Kaya geht es gut, ihr selbst leider auch nach mehreren Klinikaufenthalten nicht. Der Mann nach Wladimir Klitschko, Brian Hickerson, 37, ist das Gegenteil eines Beschützers, er wird mehrmals im Zusammenhang mit häuslicher Gewalt gegen Hayden festgenommen. Und doch hält sie bis zuletzt an ihm fest.

Schmerz bleibt ihr Begleiter: Als vor drei Jahren ihr Bruder mit 28 Jahren an einer Herzerkrankung stirbt, beklagt sie tief getroffen den Verlust „ihrer halben Seele“. Vielleicht ist Hayden nun an einem besseren Ort – dort, wo sich ihre Seele erstmals komplett fühlen kann. ●

MARTINA OCHS



2013 trafen sich Martina Ochs (!) und Hayden Panettiere in München zum Interview. Sie lernte eine Frau voller Hoffnungen kennen – doch die Dämonen ließen Hayden nicht los

FOTOS: GETTY IMAGES, DPA/PICTURE ALLIANCE, HAYDEN PANETTIERE/X.COM, SHUTTERSTOCK, PRIVAT

Aufgalopp!

SOCIETY

Star des Abends ist **Prinzessin Amalia** – mit Bundesforschungsministerin **Dorothee Bär** (in Rosa) fährt sie in einer prunkvollen Kutsche ein. Zuvor besuchte Amalia die Vierbeiner im Stall (r.)



Aachen trägt jetzt Krone

Zur spektakulären Eröffnung der **Reit-WM** sorgen VIPs, Royals und Hollywoodstars für Glamour



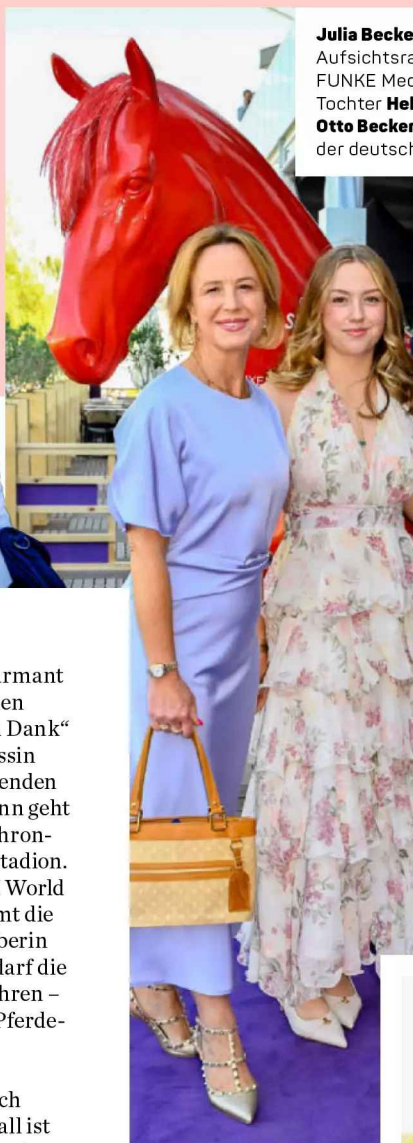
Unsere Society-Chefin **Hilli Ingenhoven** nimmt die Top-Events der Woche unter die Lupe



„Pretty Woman“-Moment: **Königin Mary von Dänemark** ist als Überraschungsgast in Aachen



Mit Hingucker am Revers: **Infanta Elena von Spanien**



Julia Becker, Verlegerin und Aufsichtsratsvorsitzende der FUNKE Mediengruppe (l.), mit Tochter **Helena** und Ehemann **Otto Becker**, dem Bundestrainer der deutschen Springreiter



Punktlandung: **Jana Azizi** setzt wie Königin Mary auf ein gepunktetes Sommerkleid

Mit einem charmant vorgetragenen „Herzlichen Dank“ verabschiedet sich Prinzessin Amalia von den Mitarbeitenden von der „Media Night“, dann geht es für die sympathische Thronfolgerin weiter ins Hauptstadion. Bei der Eröffnung der FEI World Championchips übernimmt die bekannte Pferdeliebhaberin eine besondere Rolle: Sie darf die Kutschenprozession anführen – eine royale Premiere mit Pferde- stärken!

Dicht dahinter folgt noch mehr Adel: Für Zara Tindall ist die Rückkehr nach Aachen, dem Wimbledon des Reitsports, eine ganz persönliche Zeitreise. Zwanzig Jahre nach ihrem großen Triumph kehrt sie an den Ort zurück, der in ihrem Leben eine unvergessliche Rolle einnimmt. Aachen habe einen „großen Platz“ in ihrem Herzen, erzählt die Spring- und Vielseitigkeitsreiterin im Gespräch ▶



Prinzessin Benedikte von Dänemark freut sich über das Wiedersehen mit royalen Pferdeliebhabenden: „Wir halten zusammen!“



Hollywood-Besuch: „Gossip Girl“-Star **Ed Westwick** mit seiner pferdebegeisterten Frau, der Schauspielerin **Amy Jackson**



„Ich freue mich, dass wir so ein Weltereignis in so einer kleinen Stadt wie Aachen haben“, schwärmt Lambertz-Chef und Co-Gastgeber **Hermann Bühlbecker** (mit **Nina** und **Julia Meise**)

Naomi Campbells Mutter **Valerie Morris-Campbell** ist eine enge Freundin von Hermann Bühler und regelmäßig Gast bei den Reitturnieren



Nathalie Prinzessin zu Sayn-Wittgenstein-Berleburg hat sich das neue Premium-Magazin „PADDOCK“ (ab sofort im Handel, 12,50 Euro) über Pferde und Reitkultur geschnappt – und ist begeistert



In dieser Signalfarbe ist Model **Anna Hiltrop** bei der Media Night nicht zu übersehen

mit GALA: „Die Weltmeisterschaften 2006 waren ein Meilenstein in meiner Karriere!“ Und sind ihre Kinder Mia, Lena und Lucas genauso pferdeverrückt? Zara muss lachen. Ganz so viel Begeisterung für die Vierbeiner wie sie haben die drei wohl (noch) nicht. Auch ihr Ehemann, Ex-Rugbyspieler Mike Tindall, ist nicht der größte Pferdefreund.

Wie sehr der Reitsport royale Familien aber doch verbindet, zeigt sich wenig später, als Prinzessin Benedikte ebenfalls in einer der Kutschen Platz nimmt. Den besonderen und frenetisch beklatschten Moment der Tante ihres Mannes, König Frederik, hält Königin Mary mit ihrem Smartphone von der Tribüne aus fest. Ob es für solche Schnappschüsse eine eigene Familien-WhatsApp-Gruppe gibt?

Beim gemeinsamen Mittagessen mit Mary, Benedikte und deren Tochter Nathalie Prinzessin zu Sayn-Wittgenstein-Berleburg gibt es jedenfalls genug (Fach-)Gesprächsstoff: Nathalie trainiert hier den dänischen Reiter Daniel Bachmann Andersen – und freut sich bei dem Großereignis über Unterstützung: „Es ist immer schön, wenn die Familie mit dabei ist.“ Und Mama Benedikte ist so stolz wie 2006, als Nathalie hier selbst professionell im Sattel saß. ●

Nach 20 Jahren ist die Reit-WM zurück in Aachen – das lässt sich Ex-Fechterin und Sportfunktionärin **Britta Heidemann** nicht entgehen



Strahlt mit der Sonne um die Wette: Unternehmerin und Pferdefan **Franca Leheldt**



Seltener gemeinsamer Auftritt: **Heidis Eltern Erna und Günther Klum**



Nicht nur der Gürtel am Outfit von Model **Kim Hnizdo** nimmt den Anlass modisch auf

Luna Schweiger (l.) liebt Pferde und Springreiter Lucas Wenz – und natürlich auch Mama **Dana Schweiger**

Sportlich: **Zara Tindall**, die Nichte von König Charles



WIR FEIERN DIE NEUE MODE ...

... mit den schönsten Looks vom Runway.

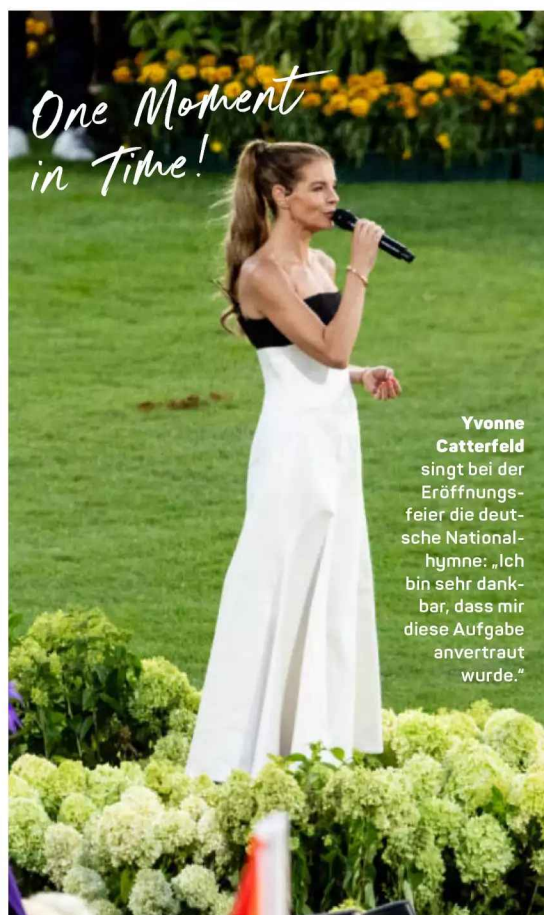
Mit schnellen Backstage-Beauty-Hacks von den Profis. Und smarten Kombipartnern zu den Keypieces der Saison. Ein ganzes Heft voller Trends – für einen atemberaubend schönen Herbst.

Ab jetzt im Handel.

DER WAHRE STIL. **ELLE**

*Begrenzte Stückzahl.
Nur solange der Vorrat reicht.

Hier direkt
bestellen.



Yvonne Catterfeld singt bei der Eröffnungsfeier die deutsche Nationalhymne: „Ich bin sehr dankbar, dass mir diese Aufgabe anvertraut wurde.“

FOTOS: CLEMENS FORIKS, PAULINE VON HARDENBERG (5), HGM PRESS (3), BRAUER PHOTOS, GEISLER-FOTOPRESS, ACTION PRESS (3), ABR-PICTURES/ JONAS KERSTEN, SCHNEIDER-PRESS/RAPHAEL STÖTZEL (2), DDP IMAGES (2), GETTY IMAGES

Schön
schwanger

5. Juli/London:
Romantischer
Rüschen-
Minidress von
Blumarine plus
sexy Over-
knees von
Gianvito Rossi

30. Juli/New
York: Das
weiße Mesh-T-
Shirt setzt den
Bauch in den
Mittelpunkt
des Looks,
dazu Streifen-
rock von **Stella
McCartney** und
eine Tasche
von Prada

30. Juni/
New York:
Knallroter
Jumpsuit
von **Ashlyn**
und Schmuck
von **Bulgari**

9. August/Los
Angeles: Freien
Blick auf ihren
Bauch bietet
der Look von
Prabal Gurung

♥
WE
LOVE

14. Juli/New York:
Wie eine Märchen-
prinzessin sieht Anne
in der maßgeschnei-
derten Traumrobe
von **Prada** aus

1. Juli/New York:
Im senfgelben
Samtkleid von
Lela Rose sieht
man weniger
Bauch als zwei
Wochen später

London, New York, L. A.

BAUCHSACHE

Was tun, wenn Schwangerschaft
und **Werebetour** in die gleiche
Zeit fallen? Schauspielerinnen
Anne Hathaway macht ihre
Auftritte für „Die Odyssee“ zu
ihrem Pregnancy-Look-Catwalk
– sehr selbstbewusst und
wunderschön. ●

6. Juli/London: Himmels-
blauer Tülltraum von
Dior, ein Hinweis auf das
Geschlecht des Babys?
Schmuck: **Bulgari**

Gala

40% Rabatt

NUR FÜR KURZE ZEIT



Sommer-Laune-Angebot

Liebe Leserin, lieber Leser,

der Sommer riecht nach Glamour – nach goldenen Abenden, strahlenden Looks und unvergesslichen Momenten. Genau die richtige Zeit, um sich zu verwöhnen: mit exklusiven Einblicken in die Welt der Stars, aufregenden Fashion-Trends, Beauty-Geheimnissen und den schönsten Lifestyle-Inspirationen, die Sie leicht und stilvoll durch die schönste Saison begleiten.

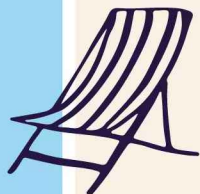
Mit GALA kommt dieses Sommergefühl wöchentlich direkt zu Ihnen nach Hause – und das jetzt zum attraktiven Sommerpreis. Gönnen Sie sich die perfekte Begleitung für entspannte Stunden auf dem Balkon, am Pool oder im Urlaub.

Unser Angebot für Sie:

- 40% Ersparnis
- GRATIS Lieferung – bequem zu Ihnen nach Hause
- 26x GALA zum Angebotspreis von nur 68,64€ statt 114,40€

Ich wünsche Ihnen einen glamourösen, sonnenverwöhnten Lesesommer – voller Inspiration und ganz viel Zeit für sich!

Von Herzen, Doris Brückner



www.gala.de/sommerlesen
oder telefonisch: 040 8770 9590
Best.-Nr. 220156 4





„Das sind hier wunderschöne Tage“, schwärmt Schauspielerin **Susanne Wuest** – in einem Traumkleid von Dorothee Schumacher



Isabella Rossellini erhält für ihr Lebenswerk den „Excellence Award 2026“



Feiert die Weltpremiere ihres Films „Ketticè“: **Monica Bellucci** in Fendi (Schmuck: Cartier)



Puristisch: „The Invite“-Star **Olivia Wilde** begeißt in Fendi



Das Herz von Locarno: Bis zu 8000 Zuschauer verfolgen auf der **Piazza Grande** Kino unter Sternenhimmel

Locarno

GOLDEN GIRL

Ihre Filme spielten zusammen mehr als 15 Milliarden Dollar ein – damit ist Zoe Saldña („Avatar“) der profitabelste Filmstar aller Zeiten. Beim **Locarno Film Festival** wird die Oscar-Gewinnerin mit einem Sonderpreis geehrt, gibt sich zum Thema Weltruhm und Karriere aber ganz bescheiden. „Ich habe keinen persönlichen Fünf-Jahres-Plan“, so Saldña. Familie und ihre drei Kinder haben Vorrang, außerdem wolle sie ihren Mann beim Aufbau seiner Produktionsfirma unterstützen. Einiges hat sie allerdings schon noch vor: „Irgendwann werde ich sagen: Gib mir die Kamera!“ ●



Der Sonderleopard geht an Hollywoodstar **Zoe Saldña**, die sich über den „Special Honorary Pardo“ riesig freut



Die McConaugheys (v.l.): **Levi, Camila, Matthew, Livingston und Vida**

Austin, Texas

PAPA IST STOLZ

Als Date für die **Eröffnung** des nach ihm benannten „Matthew McConaughey Cinema“ in seiner Heimatstadt hat der Hollywood-Star natürlich die ganze Familie dabei. Zur Begeisterung der Anwesenden ist Levi (l.) seinem Vater wie aus dem Gesicht geschnitten – und Vida ist ein Mini-Me von Modelmama Camila! ●



Bestsellerautor
Sebastian Fitzek
zeigt sich tief
gerührt über die
zahlreichen Fans

20 Jahre
Hochspannung

Fans im Doppelpack:
Die Zwillinge **Cheyenne**
(l.) und **Valentina Pahde**
lieben Fitzeks Bücher



Kommt gerade
aus dem Urlaub
in den Bergen:
Moderatorin
Annika Lau (l.) mit
Model und Auto-
rin **Betty Taube**



Berlin

GÄNSEHAUT

Eigentlich ist er Deutschlands Spannungs-Papst, aber Sebastian Fitzek kann auch Comedy! Mit Gags wie „Ihr seid alle Psychothriller-Fans, also seid ihr sicher mit der Bahn angereist“ bespaßt er sein Publikum in der Waldbühne zur Feier von 20 Jahren Bucherfolg, außerdem gibt's Musik, zum Beispiel von Rea Garvey. Mit der **Jubiläumsshow** geht für den Berliner ein Traum in Erfüllung. ●

5 TIPPS bei Hautentzündungen

Hautentzündungen können jeden treffen: Oft genügen kleine Kratzer, Reibung oder gereizte Hautstellen, damit Bakterien eindringen. Die Haut rötet sich, schwillt an, spannt oder bildet Eiter. Dann ist gezielte Unterstützung gefragt.

- 1. Frühzeitig handeln**
Bei ersten Anzeichen wie Rötung, Schwellung oder Spannungsgefühl sollte die Haut gezielt unterstützt werden.
- 2. Sanft reinigen**
Die betroffene Stelle vorsichtig reinigen und bei Bedarf desinfizieren. So kann die Keimbelastung reduziert werden.
- 3. Wärme gezielt nutzen**
Warme Kompressen können die Durchblutung fördern und den natürlichen Heilungsprozess unterstützen.
- 4. Finger weg!**
Nicht ausdrücken, aufkratzen oder quetschen. Das kann die Haut zusätzlich reizen und die Beschwerden verschlimmern.

- 5. Pflanzliche Unterstützung aus der Apotheke**
ilon® Salbe classic unterstützt mit Lärchenbalsam¹ aus Tirol sowie ätherischen Ölen aus Strandkiefer und Eukalyptus die Behandlung entzündeter Hautstellen.

Sie wirkt antibakteriell und entzündungshemmend und kann Beschwerden wie Rötung, Schwellung und Spannungsgefühl lindern. Dabei ist sie angenehm in der Anwendung: mit dezentem Duft und kaum sichtbar auf der Haut.

ilon® – wenn die Haut rot sieht, hilft die Kraft der Natur.

ANZEIGE

Motiv KI-generiert

ilon SALBE CLASSIC
Bei leichten, lokal begrenzten, eitrigen Entzündungen der Haut

ilon SALBE CLASSIC
Bei leichten, lokal begrenzten, eitrigen Entzündungen der Haut

PZN 10056674 (25 g)

¹ Der Begriff Lärchenbalsam ist eine alternative Bezeichnung für Lärchenterpentin, ein Wirkstoff, der durch Reinigung und Filtrierung aus dem Harz der Lärche gewonnen wird.
ilon Salbe classic, Wirkstoffe: Lärchenterpentin, Terpentinalöl vom Strandkiefern-Typ, Eukalyptusöl. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Behandlung leichter, lokal begrenzter, eitriger Entzündungen der Haut, wie z.B. Eiterknötchen, entzündete Haarbälge und Schweißdrüsenentzündungen ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. Enthält Butylhydroxytoluol. (Stand 12/2024)
Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Flugstraße 11, 76532 Baden-Baden

Hätten Sie gewusst?

Dass ich an der Supermarktkasse ...

... neuerdings alle Flaschen
in Laufbandrichtung lege.
Und stolz darauf bin.

Dass mein Teenie-Schwarm ...

... Otto Waalkes war.

Dass ich einen Strafzettel ...

... bekommen habe, weil ich
zu langsam (!) gefahren bin.

Dass ich es schon immer
gehasst habe ...

... hochhackige
Schuhe zu tragen.

Dass ich manchmal Dinge zu Fuß
erledige ...

... weil ich Angst habe,
meinen super Parkplatz
zu verlieren.

Dass ich im Bett ...

... immer einschlafe, bevor
ich bis drei gezählt habe.

Sophie von Kessel

Die Wahlmünchnerin, 57, („Schloss Hohenstein“) stammt aus einer Diplomatenfamilie, ist in Mexikostadt geboren, wuchs in Finnland, Kroatien und den USA auf. In der Miniserie „München Beats“ (26./27.8., je 20.15 Uhr, ZDF, und in der Mediathek) entführt sie in die wilden Neunzigerjahre.

DIE NÄCHSTE GALA ERSCHEINT AM 27.8.

Bis dahin alle Neuigkeiten zu Ihren VIPs auf **GALA.DE**

PADDOCK

Das PREMIUM-MAGAZIN
für Pferde, Menschen, Reitsport & Kultur



Jetzt
40%
Rabatt



◆ 4 Hefte nur 30 € statt 50 € ◆ Gratis E-Paper ◆ Portofreie Lieferung

JETZT BESTELLEN!



paddock-magazin.de/gala



PADDOCK erscheint 4x im Jahr. Jahresabonnementpreis nur 50 € inkl. Porto. Nach Ablauf des Mindestbezugszeitraums ist das Abonnement jederzeit kündbar.
Angebot gilt nur in Deutschland. PADDOCK erscheint in der FUNKE Medien National Brands GmbH, Großer Burstah 18–32, 20457 Hamburg. Registergericht Hamburg HRB 134730.
Mit Bestellabschluss gibt der Kunde ein verbindliches Angebot zum Abschluss eines Abonnements der Zeitschrift PADDOCK ab. Der Kunde ist an dieses Angebot bis zum 17.11.2026 gebunden.
Der Vertrag kommt nur zustande, wenn FUNKE oder ein mit FUNKE verbundenes Unternehmen innerhalb dieser Frist die Annahme des Angebots erklärt.
Erfolgt keine entsprechende Erklärung innerhalb dieser Frist, erlischt das Angebot automatisch.

WAHRE  WERTE

Wellendorff

