

FREUEN SIE SICH AUF DIESE THEMEN

im nächsten Heft

**GELIEBTE
JEANS**
Neue Denim-Hosen
- mit perfekter
Passform

Wir nehmen's leicht

Über unser Glück
entscheiden wir
jeden Tag selbst.
Eine Anleitung für
mehr Gelassenheit
und Lebensfreude



Eine runde Sache

Deftig, süß und über-
raschend: Diese
Knödel-Rezepte sind
was für Genießer



Schutz vor Gürtelrose

Die Krankheit ist
alles andere als
harmlos. So kann
man vorbeugen



FRÜHLING IN TOPF UND TASSE

In altem Geschirr kommen Tulpen, Hyazinthen und
Narzissen besonders gut zur Geltung: Unsere Ideen
zum Dekorieren können Sie leicht nachmachen

AUSSERDEM IM MÄRZ · Fitness: Das beste Krafttraining ab 50 plus ·
Alle Wetter: Claudia Kleinert im Interview · Neue Frisur: Tolle Styling-Tipps ·
Vögel: Rabeneltern - viel besser als ihr Ruf · Hobby: Malen macht glücklich



Die neue
Frau im Leben -
ab 2. Februar
im Handel

Frau EXTRA-HEFT

Daheim

MUT ZUR FARBE
Wie Ihr Zuhause noch
gemütlicher wird
AUFGEMÖBELT
Neuer Anstrich für
alte Schätze
PSYCHOLOGIE
Was Farben bewirken

+16
Seiten



MEDIZIN

Wie Kälte
den Schmerz
ausschaltet

STÄDTE-REISE

Jetzt entdecken:
Bremen und
Bremerhaven

