

# Schnupfen weg in 24 Stunden

► Von Altenpflegerin bis Verkäuferin

## Verdienen Sie genug?

Wie Sie kriegen, was Ihnen zusteht S. 44

Neuer Mann, neuer Job  
„Im Urlaub fand ich das Glück“ S. 80

# Bild der Frau

Die Nr. 1 bei Frauen | www.bildderfrau.de

3 Tage =  
3 Kilo weg!

# Sofort schlanker mit Vitamin C

► Genauer Plan, leckere Rezepte S. 46



Pepita, Glencheck, Hahnentritt  
**Geliebte Klassiker** S. 10

Leihmutter Olga (30):  
„Ich vermiete meinen Bauch“  
Ein Baby kostet 13 000 Euro S. 28

## Das Beste aus der Alpenküche

Selber machen statt kaufen  
\* Kuschel-Mode  
\* Teddys S. 64



S. 72

2. KIND

**Matthias Schweighöfer:**  
Um die Liebe muss man kämpfen S. 25



**Ingrid Steeger:**  
Mit den Männern bin ich durch S. 24

Von Heizung bis Laub  
**14 Herbst-Urteile**  
S. 6



4 2

4 11906151201100

ISSN 1439-8008 (Print) / ISSN 1439-8016 (Online) / P 0001-0001 / C 2003-2013 Bild der Frau Verlag, München



Frisuren-Beratung bei BILD der FRAU

# Stufen-Schnitt: Er schmeichelt!

*Kürzer kommt besser!  
Da sind sich Friseur  
Jörg Oppermann  
und das BILD  
der FRAU-Team  
einig. Johannas  
zartes Gesicht  
wird jetzt  
wunderbar weich  
ingerahmt – und  
sie kann ihren Look  
schnell variieren*



## Der Schnitt

Johanna findet ihre langen Haare langweilig und viel zu schwer. Für neue Leichtigkeit werden sie auf Schulterlänge gekürzt und etwas angestuft, die seitlichen Konturen schräg geschnitten. Das verlagert das Volumen auf den Oberkopf



## ▲ Lässig aufgebauscht

Haare nach dem Waschen einfach über Kopf trocknen, die Oberkopf-Partie mit der Skelettbürste (z.B. v. Fripac Medis) auf Stand föhnen. Für mehr Griffigkeit und Fülle etwas Volumen-Puder (z.B. von La Biothetique) auf die Ansätze streuen und verreiben. Kurzen Mittelscheitel ziehen und alles nur noch in Form zupfen



## ◀ Locker toupiert

Einen Klacks Schaumfestiger ins feuchte Haar kämmen und Strähne für Strähne mit der Warmluftbürste (z.B. von Babyliss) auf Stand föhnen. Seitenscheitel ziehen und die Ansätze toupieren. Etwas flexibles Haargel (z.B. Form & Finish von wellaflex) auf den Fingern verteilen und einzelne Strähnen damit nachmodellieren



## ◀ Glänzend gestylt

Das trockene Haar partienweise mit Hitzeschutz (z.B. Heat Protector von La Biothetique) besprühen und durch den Haarglätter (z.B. Satin-Hair 7 Sensocare von Braun) ziehen. Einen hohen schrägen Seitenscheitel kämmen und zum Schluss noch einen Hauch Gloss (z.B. von René Furterer) drübersprühen

