



LUST AUF NEUES!

prisma-Themenumfelder
Mode & Kosmetik

prisma



Die Unterhaltungswelt für Deutschland



Einfach schön
Die *prisma*-
Titelmotive

W

prisma

www.prisma.de Das Ferrymagazin Ihrer Zeitung

TV-PROGRAMM
26.6. - 2.7.
Nr. 25/2021

FUSSBALL
Experten zur EM
Seite 5

LETZTE CHANCE:
Gewinnen Sie
10000 €
beim großen
prisma-Rätsel!
Seite 36

FÜR SCHÖNE HAUT UND HAARE

Masken zum Selbermachen
Seite 4

T..
MEHR EM GEHT NICHT.
Nur bei MagentaTV.
Alle Spiele der UEFA EURO 2020.
In Ultra HD-Qualität.
www.telekom.de/em

W

prisma

www.prisma.de

Das Fernsehmagazin Ihrer Zeitung

TV-PROGRAMM
5.11. - 11.11.
Nr. 44/2022



**SEIT MEHR
ALS 30 JAHREN
ERFOLGREICH**

Interview mit Regisseur
Sönke Wortmann

Seite 4

WINTERMODE

Zwischen cool und kuschelig

Seite 5



Gewinnen Sie
10000 €
beim großen
prisma-Rätsel!
Seite 50



Unsere Modebeiträge
**Aktuelle Trends,
attraktiv
präsentiert**



Modische Hingucker

Der Kleiderschrank ist voll, trotzdem ist der Wunsch nach neuen Outfits da. Wie wäre es mit ein paar Tricks, mit denen Sie mehr aus Ihrer Garderobe machen können? *prisma* zeigt, welche Accessoires helfen können.

von Sarah Schneiderit

Neues Jahr, neuer Look? Wer Lust hat, sich zum Jahresanfang modisch neu zu erfinden, muss sich nicht direkt von Kopf bis Fuß anders einkleiden. Der gekonnte Einsatz von kleinen und großen Accessoires macht im Handumdrehen aus jedem Outfit etwas Besonderes. Lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf und probieren Sie verschiedene Stile aus. Dadurch, dass nur einzelne Teile neu gekauft werden, werden der Geldbeutel und gleichzeitig auch die Umwelt geschont. Denn es muss nicht immer gleich eine neue komplette Kollektion sein.

Fotos: Gettyimages/Natalia Kostikova - EyeEm/ Cavan Images/ aznaci/ Keep It 100, Anatolij Berislavskij/ Eleni/ Victoria Bee Photography/ Natthapon Ngamthiporn - EyeEm/ Alena Axenova - EyeEm

Besser leben
+ NACHHALTIG SEIN

Erlaubt ist, was gefällt. Nehmen Sie sich Zeit, ihren Schrank durchzuschauen und verschiedene Kleidungsstücke miteinander zu kombinieren.

Einen Gürtel findet man sicher in jedem Kleiderschrank. Doch der modische Begleiter ist nicht nur dazu da, um Hosen an Ort und Stelle zu halten. Auf Taille mit einem Kleid, einer Hemdbluse oder auch einem T-Shirt getragen, macht er einiges her und betont die Figur.



Unterschätzen Sie nicht die Macht der Handtasche. Der treue Begleiter im Alltag ist nicht nur nützlich, sondern trägt viel zum äußeren Erscheinungsbild bei. Wenn Sie Lust auf Neues haben, gönnen Sie sich vielleicht einfach eine etwas andere Tasche, die ihren Fundus ergänzt.



Seidentücher, die locker um den Hals geknotet oder im Haar getragen werden, sorgen für die individuelle Note. Wer möchte, bindet sich das Accessoire ums Handgelenk.



Das angestaubte Image hat die Brosche gar nicht verdient, denn ihr verdanken wir es, dass unser Outfit – auf Zeit – anders aussehen kann. Einfach feststecken und zack – neuer Look! Broschen im Vintage-Stil passen gut zu Blusen, während lässigere Anstecker wie der omnipräsente Regenbogen Jeans-Teile hervorragend aufpeppen.



Lockere Schnitte liegen nach wie vor im Trend.

Witt Weiden



Miamoda

Die 1960er- und 1970er-Jahre sind zurück: Grafische Muster sind angesagt.



Büro-Look trifft auf Lässigkeit: Blazer betonen ab sofort wieder die Taille.

CreationL



Blumenmuster und zarte Pastelltöne stehen jeder Frau.

Gabor

Maritime Accessoires stimmen uns schon jetzt auf wärmere Tage ein.



Bijou Brigitte

Lust auf den Frühling

So langsam haben wir die dicken, warmen Pullis satt und wollen wieder in leichtere Outfits schlüpfen. *prisma* zeigt, welche Trends der Mode-Frühling mit sich bringt.

von Sarah Schneiderit

Während die Modetrends im vergangenen Jahr deutlich von der Pandemie geprägt waren und die Schnitte lockerer und „homeoffice-tauglicher“ wurden, wird es nun wieder schicker und gewagter. Volants, Raffungen und Fransen verschönern unsere Outfits genauso wie Pail-

letten oder sogenannte Cut-outs. Passend zur erblühenden Natur kommt wieder Farbe ins Spiel, vor allem pastellige Töne und florale Aufdrucke. Aber auch abstrakte und grafische Muster halten Einzug in unsere Kleiderschränke. 2022 besonders beliebt: der Rock in Midi-Länge.



Lieblingsstück



Remonte

Passen einfach immer: gemütliche Loungewear (L), lässiger Shopper (M), und coole Jeansjacke (r.).



Cream



Sieh am!



Feiert 2022 sein modisches Comeback: der Midi-Rock.

Klingel

Was könnte zum Frühling besser passen als florale Muster?



Amy Vermont

Einfach schön!

Attraktivität ist subjektiv. Aber wann fühlt man sich besonders schön? *prisma* hat nachgefragt.

von Lara Hunt und Sarah Schneidereit

Schönheit liegt im Auge des Betrachters. Das ist nicht nur eine Binsenweisheit. US-Psychologen haben in einer Studie herausgefunden, dass selbst eineiige Zwillinge sich nicht zwingend einig sind, wenn es darum geht, was attraktiv ist. Aber ist die Selbstwahrnehmung nicht sowieso wichtiger als das, was andere denken? Wir haben Promis gefragt, in welchen Momenten sie sich besonders schön fühlen.



Anna Hiltrop, Model, unter anderem als Botschafterin für die Müllsammelaktion „RhineCleanUp“ aktiv

Schönheit kann so vielseitig sein: Eine Stimmung, die man ausstrahlt. ein Look, den man fühlt. Ein Lachen, das ansteckt. Ich fühle mich schön, **wenn ich zufrieden bin**. Deshalb nutze ich für meine Beautyroutinen am liebsten grüne Produkte, die nicht nur mir, sondern vor allem auch der Umwelt gut tun.



Julia Richter, spielt neben Annette Frier die Hauptrolle in der ZDF-Herzkinoreihe „Ella Schön“ (1. Mai, 20.15 Uhr, ZDF)

„Um mich schön zu fühlen, braucht es eigentlich nicht viel. Manchmal ist es ein unerwartetes Lächeln oder **der Moment, den ich mit meinem Lieblingsmenschen teile**. Wenn es in meinem Inneren stimmt, dann strahle ich das hoffentlich auch aus.“

Dazu gehört für mich: Gut schlafen, gut essen, von Zeit zu Zeit Yoga, mich mit den für **mich richtigen Menschen umgeben** und bloß keine Vergrößerungsspiegel beachten!



Julia Stinshoff, bekannt aus „Sesamstraße“ und „Dora Heldt“

„Am schönsten fühle ich mich nach einem Tag, den ich irgendwo in der Natur mit Menschen verbracht habe, **die ich liebe und mit denen ich sorglos lachen kann**. Vielleicht habe ich vorher noch Sport gemacht und ein gutes Frühstück gegessen. An so einem Tag brauche ich weder Make-up noch besondere Kleidung. Eine gute Sonnencreme reicht völlig aus. Wenn dann noch jemand gute Musik dabei hat, kann es ja nur schön werden.“



Marleen Lohse ist regelmäßig in der ARD-Krimireihe „Nord bei Nordwest“ zu sehen.

Fotos: image images/POF-EYE/Future Image/eventfoto54; Peter Müller;



MODE Hippie-Feeling: Die Sommermode ist von den 1970ern inspiriert.



Grafische Muster ziehen alle Blicke auf sich.



Maritime Streifen machen Lust auf Sommer.



Ernstings Family

Lust auf Meer: Diese Anker-Ohrringe müssen unbedingt mit in den nächsten Urlaub.



Bijou Brigitte

So schön wird der Sommer

prisma zeigt, welche Mode-Trends die warmen Tage dieses Jahr mit sich bringen.

von Sarah Schneidereit

Eins vorweg: Der Sommer 2022 wird alles, aber definitiv nicht langweilig! Uniforme Oberteile und Kleider lassen wir im Schrank, stattdessen wird auf Muster gesetzt. Streifen, wilde Animal-Prints, grafische Muster oder Batik dominieren die Trends für den Sommer. Wem das alles doch ein wenig

zu gewagt ist, der wählt ein einfarbiges Kleidungsstück, das durch Cut-Outs oder Schnürungen ins Auge fällt. Wovon wir uns auch in diesem Sommer nicht verabschieden müssen: Midi-Röcke, Maxi-Kleider sowie verspielte Details wie Fransen, Raffungen oder Volants.



Animal Prints begleiten uns durch die warmen Monate.



Ernstings Family



FlorisVanBommel



Bijou Brigitte



Paola



About You

Mit Tüchern oder Glitzer-Applikationen bekommt jedes Outfit eine besondere Note.

Schnürungen aller Art sind im Sommer 2022 angesagt.



Weite Schnitte liegen nach wie vor im Trend.

Miami moda



Warme Erdtöne schmeicheln jeder Frau.

Meyer mode

Schönheit in allen Formen



Ein paar Kilos mehr auf den Hüften, breite Schultern oder große Oberweite: *prisma* gibt Mode-Tipps für verschiedene Körperformen.

von Sarah Schneiderei

Auf den internationalen Laufstegen sieht man immer mehr Curvy-Models, denn auch in der Modebranche ist mittlerweile endlich

angekommen, dass nicht nur Frauen mit 90-60-90-Maßen schön sein können. Kleidung muss fülligere Körper nicht verschwinden lassen, viel-

mehr geht es darum, die eigenen Vorzüge zu betonen. *prisma* hat Tipps für verschiedene Körperformen zusammengestellt, die bei der Outfit-Wahl

helfen können. Ganz wichtig: Unsere Körper sind natürlich kein Obst, und am Ende soll jeder das anziehen, was den eigenen Geschmack trifft!

Rechteck-Körperform



Eine undefinierte Taille sowie große Hüften und viel Oberweite zeichnen die Rechteck-Form aus. Es ist daher wichtig, Kurven zu betonen. Rüschen, gekräuselte Oberteile und Tuniken können dabei helfen.

Foto: Gettyimages/DekiArt; Larisa Zaytseva (Illustrationen)

Umgekehrtes Dreieck



Breite Schultern, starker Rücken, wenig Taille und schmale Hüften: Bei solch einer Körperform erleichtern leichte Stoffe die Silhouette. Oben sollte zu dunkleren, unten zu helleren Farben gegriffen werden.

Birnen-Körperform



Die Birnen-Form zeichnet sich durch breite Hüften, Beine und Oberschenkel sowie einen schmalen Oberkörper aus. Hosen mit hoher Taille, gemusterte Oberteile, Blazer und Taillengürtel passen hier gut.

Apfel-Körperform



Breite Brust, breiter Bauch und schlankere Beine: Der Apfel-Typ sollte zu Kleidung greifen, die optisch streckt. Kleider mit A-Linie, Röhrenjeans und Bleistiftrocke stehen diesem Typ und zaubern eine schöne Silhouette.



Leder und andere glänzende Materialien sind diesen Winter beliebt.

„Dopamine Dressing“: Alles, was an die Sonne erinnert, darf gerne getragen werden.



Betty Barclay

Cooler Wintermode

Wir leben gerade in einer Welt voller Kontraste. Das spiegelt sich auch in den Modetrends für den Winter wider: klassisch-elegant trifft auf lässig und gewagt.

Glänzende Materialien und Animal-prints liegen im Trend.

Amy Vermont



Mit diesem klassischen Alltags-Look liegt man(n) immer richtig.

Babista



Metalllic-Töne sind diesen Winter schwer angesagt.

GEWINNSPIEL

Beauty-Pakete zu gewinnen

Schütteres, glanzloses Haar? Brüchige, weiche Nägel? Wenn selbst die besten Pflegetipps versagen, findet sich die Ursache dafür in der Regel in einem unausgeglichene Nährstoffhaushalt. Die hochdosierte Spezialformel von Dr. Böhm Haut Haare Nägel vereint natürliche Inhaltsstoffe (Goldhirse und Kieselerde), Vitamine, Spurenelemente und weitere bioaktive Stoffe. Die Mikronährstoffe unterstützen das Wachstum von Haaren und Nägeln von Innen. Damit die Haare perfekt liegen, gibt es für die Gewinner den Haartrockner HC 80 von Beurer mit Ionen-Technologie in drei Stufen dazu.

www.drboehm-info.de



Verlosung:

prisma und Dr. Böhm verlosen 20 Sets mit drei Packungen „Haut Haare Nägel“ und einem Föhn.

Einfach bis zum 11.11.2022 unter **01378 / 900 360*** anrufen oder senden Sie eine **SMS mit prisma60 + Ihre Adresse an die 99699****

* 0,50 Euro/Anruf
** 0,50 Euro/SMS

Die Preise wurden *prisma* vom Kooperationspartner unentgeltlich zur Verfügung gestellt. Teilnahmebedingungen finden Sie auf www.prisma.de/teilnahmebedingungen

Karo-Muster sind aus der kalten Jahreszeit nicht wegzudenken.



So werden die Füße zum Hingucker.

ten Mustern. Erlaubt ist, was gefällt. Auch Sommersachen dürfen neu kombiniert werden.

von Sarah Hegemann

Mit das Schönste am Winter? Sich endlich wieder in dicke Strickpullis kuscheln – wahlweise als Oversize-Modell oder mit Rollkragen. Die Wintermode 2022/23 zeichnet sich durch verschiedene Materialien aus: Leder, komplette Looks in Jeans oder glänzende Akzente sowie Stoffe mit bun-

Floris Van Bommel

Bogner



Die Preise wurden *prisma* vom Kooperationspartner unentgeltlich zur Verfügung gestellt. Teilnahmebedingungen finden Sie auf www.prisma.de/teilnahmebedingungen

Rezepte für schöne Haut und Haare



Foto: Getty Images/Belinda Howett; Matthew Wakem; Image Source; mljko; apomares; PeopleImages; Getty Images

Gerade im Sommer brauchen Haut und Haare eine Extraportion Pflege. Die kann man oft auch mit wenigen Zutaten zu Hause herstellen. Wir zeigen Ihnen Rezepte für Gesichtsmasken und Haarpflege.

von Lara Hunt

Der feuchtigkeitsspendende Klassiker: Gurken-Maske

Gurken enthalten nicht nur viel Wasser, sondern auch Vitamine wie Vitamin B, C und K sowie Mineralstoffe. Gerade



Gurken-Maske

bei trockener Haut kann eine Gurken-Maske wohltuende Feuchtigkeit spenden. Die Anwendung ist denkbar einfach: Die Gurke in feine Scheiben schneiden, aufs Gesicht legen und zehn

bis 15 Minuten einwirken lassen.

Der Klassiker mit Extra: Gurken-Quark-Maske

Quark beruhigt die Haut und wirkt gerade bei Sonnenbrand

oder trockenen Hautstellen wohltuend. Wer mag, kann ihn mit der feuchtigkeitsspendenden Wirkung der Gurke kombinieren. Dafür wird eine Gurke mit dem Pürierstab püriert, im Anschluss werden drei bis vier Esslöffel Quark dazugegeben. Die Maske wird auf dem trockenen Gesicht aufgetragen und sollte mindestens zehn Mi-

Gurken-Quark-Maske



Wellness für Körper und Seele

Das Luvos-Heilerde imutox-Set, bestehend aus Original Luvos Heilerde imutox Kapseln, Luvos Heilerde imutox Paste und Luvos Anti-Pollution Maske, unterstützt den Körper bei der Entgiftung, stärkt das Wohlbefinden und lässt die Haut strahlen. Das mehrfach ausgezeichnete Traditionshotel

„BollAnts Spa im Park“ am Rande des Städtchens Bad Sobernheim gilt als eines der führenden Wellnesshotels in Deutschland – ein idealer Rückzugsort für Erholungssuchende und Genießer. Drei Restaurants, darunter das mit einem Michelin-Stern dotierte „Das Jungborn“, verwöhnen mit leichten und innovativen Kreationen. Informationen unter: www.bollants.de und www.luvos.de

Verlosung: prisma, Luvos und „BollAnts Spa im Park“ verlosen zehn Luvos-Heilerde imutox Sets sowie eine Hotelübernachtung für zwei Personen im BollAnts Spa im exklusiven Halenbergflügel inklusive Frühstück & Abendessen im „Villa“ Restaurant. Einfach bis zum 2.7.2021 unter **01379/88 85 14*** anrufen. Viel Glück!

*10,50 Euro/Anruf a. d. dt. Festnetz/Mobilfunk abweichend. Die Preise wurden prisma vom Kooperationspartner unentgeltlich zur Verfügung gestellt. Keine Barauszahlung der Preise möglich. Rechts- und Postweg sind ausgeschlossen. Das Mindestalter beträgt 18 Jahre. prisma-Mitarbeiter und deren Angehörige dürfen nicht teilnehmen. Teilnahmebedingungen auf www.prisma.de/bag - Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Die Erhebung von Daten erfolgt ausschließlich zur Gewinnerziehung. Informationen zum Datenschutz unter www.prisma.de/datenschutz

nuten einwirken, bevor sie abgewaschen wird.

Bei fettiger Haut: Heilerde-Maske

Heilerde hilft, Hautunreinheiten und Pickel zu beseitigen. Dafür wird die Heilerde einfach mit Wasser gemischt, bis sie die gewünschte Konsistenz erreicht hat. Achtung: Nicht zu flüssig werden lassen! Die Heilerde-Maske sollte relativ dickflüssig sein. Auf die trockene, gereinigte Haut auftragen, rund 15 Minuten einwirken lassen und dann abwaschen. Tipp: Bei trockener Haut anstelle von Wasser etwas pürierte Avocado dazugeben.



Heilerde-Maske

und zehn bis 15 Minuten einwirken lassen. Danach abwaschen.

Für Verwöhn-Momente: Schokoladen-Maske

So schön es auch wäre: Schokolade ist kein Wundermittel für die Haut. Die Schokoladenmaske enthält dafür andere Zutaten, die der Haut guttun, riecht super – und kann sogar genascht werden. Für die Maske werden drei Esslöffel Quark mit zwei Esslöffel Hafermehl, einem halben Teelöffel Honig und zwei Teelöffel Kakaoapulver vermischt. Auf trockene Gesicht auftragen und rund 15 Minuten einwirken lassen. Der Hafer enthält Eiweiß, Vitamine und Antioxidantien, der Quark wirkt beruhigend.



Schokoladen-Maske

Im Trend: Eiweiß-Maske

In Asien nutzt man sie schon lange, mittlerweile sind Eiweiß-Masken auch in Europa im Trend. In Kosmetik- und Drogeriemärkten findet man sie in unterschiedlichen Formen und Preisklassen. Wer mag, kann sich aber auch selbst eine Maske mixen. Die einzige Zutat, die man dafür braucht: ein Ei. Das darin enthaltene Eiweiß pflegt die Haut mit Vitamin A und B sowie Magnesium – und soll so für einen strahlenden Teint sorgen und Hautalterung vorbeugen. Ein Ei aufschlagen, Eiweiß und Eigelb trennen, das Eiweiß schaumig schlagen, aufs Gesicht geben



Eiweiß-Maske

Haare Honig-Olivenöl-Kur

Wer sich gerade schon eine Eiweiß-Maske gemacht hat, kann das übriggebliebene Eigelb für die Haare nutzen. Einfach mit einem Teelöffel Honig und einem Teelöffel Olivenöl mischen und aufs gewaschene handtuchtrockene Haar geben. Ein Handtuch darum wickeln und die Kur eine Stunde einwirken lassen, danach gründlich, im Zweifelsfall mit etwas mildem Shampoo, auswaschen. Die Kur macht die Haare geschmeidig und lässt sie glänzen.



Honig-Olivenöl-Haarkur



Das Magenta-EM-Team (v.l.): Marco Hagemann, Amelie Stiefvatter, Michael Ballack, Johannes B. Kerner, Fredi Bobic, Wolf C. Fuss, Anett Sattler

Foto: Magenta TV

Rand-Notizen

Magenta TV: Experten freuen sich auf EM-Überraschungen

von Marcus Italiani

Die EM ist gestartet, und was haben die europäischen Fußball-Fans bislang schon wieder gezittert, gebetet, gejubelt und geweint. Die Fußball EM zieht Menschen aller Nationen auf dem dicht bevölkerten Kontinent in ihren Bann. Keine Pandemie kann an der Begeisterung für die schönste Nebensache der Welt etwas ändern. Das wissen auch die Experten von Magenta TV, der Pay-TV-Plattform der Telekom, die sich die Rechte an der Ausstrahlung des gesamten Turniers sichern konnte und mit Fredi Bobic sogar einen waschechten Europameister in seinem Team hat.



Bobic war damals als frisch gebackener Tor-schützenkönig der Saison 95/96 zur EM in England gefahren. Dort gewann er mit der Deutschen Nationalmannschaft den Titel. In der nächsten Saison verewigte sich der Stürmer des VfB Stuttgart als Teil des „Magischen Dreiecks“ mit einer unglaublichen Zahl in den Annalen des deutschen Fußballs. Fredi Bobic, Giovane Elber und Krasimir Balakow erzielten in dieser Spielzeit zusammen 49 Treffer. 1999 wechselte er zu Borussia Dortmund und wurde dort in der Saison 2001/02 Deutscher Meister. Nicht ganz: „Mein EM-Traum ist die Wiederholung des Finales

1996, und ich bin anstelle von Olli Bierhoff“, sagt er und grinst. Bierhoff hatte damals bekanntermaßen das einzige „Golden Goal“ der Geschichte erzielt und Deutschland damit zum Titel geschossen. Ansonsten mag Bobic es als Fußball-Fan eher beschaulich: „Beim Fußballgucken gehört für mich unbedingt dazu: Ruhe und Gelassenheit. Aber das ist meine ganz persönliche Einstellung. Ich habe Verständnis für jeden, der laut und aufbrausend ist.“

Magenta-TV-Moderatorin Anett Sattler hingegen ist am liebsten mittendrin im Trubel und würde gerne den frisch gebackenen Europameister im Stadion interviewen. „Mein größtes EM-Erlebnis bis jetzt fand 2012 statt. Damals habe ich die komplette EM auf der Berliner Fanmeile verbracht. Als Kamerafrau und Redakteurin war ich mittendrin im Spektakel, das waren wilde Zeiten“, sagt sie.

Davon träumt auch Johannes B. Kerner, der zudem die Stunde einiger Talente abseits großer Namen kommen sieht: „Tor-schützenkönig wird meistens ein Name, den man nicht auf dem Zettel hat. Mein EM-Traum ist, dass eine Euphorie entsteht, vielleicht wieder ein Sommermärchen und wir die Pandemie hinter uns lassen.“

Plus: Regelmäßig neuer Content zum Thema „Mode & Kosmetik“ in unseren digitalen Channels!

PRISMA TV-APP

prisma für die Hosentasche! Mit Vier-Wochen-TV-Planer und vielen, praktischen Komfort-Features.

PODCASTS „HALLO!“ & „HALLO URLAUB!“

Regelmäßig neue Folgen mit spannenden Promi-Interviews. Überall dort, wo es Podcasts gibt.

PRISMA.DE

Das große Entertainment-Portal mit aktuellem TV-Programm, spannendem Content aus all unseren Themenressorts sowie aktuellen Streamingangeboten und Mediatheken.

NEWSLETTER

Täglich neue Programmtipps mit „*prisma* EMPFIEHLT“, einen tollen Start ins Wochenende mit „Hallo! Wochenende“ oder als monothematische Spezial-Ausgabe „Hallo! Extra“.





prisma-Verlag GmbH & Co. KG, Zülpicher Str. 10, 40549 Düsseldorf
Tel: +49 211-505 2850, info@prisma-verlag.de