

# DONNA

Meine  
Zeit ist  
**JETZT!**

7/2014  
Deutschland € 3,50  
Österreich € 4,00  
Schweiz SFR 7,00

**WECHSELJAHRE**  
Chaos oder  
Chance für einen  
Neubeginn?

**LASSEN  
SIE SICH  
BERÜHREN!**

Die besten  
Körpertherapien  
von Ayurveda  
bis Osteopathie

**WANDER-REISE**  
Entlang an Cornwalls  
malerischer Küste

**AUGEN IN  
FLIRT-LAUNE**  
So schminken  
Sie Schlupflider,  
Schatten & Co. weg

**BEZIEHUNG**  
Wer ist *DER MUFFEL*  
auf meinem Sofa?

*„Es ist gut, die eigene  
Verletzlichkeit zu zeigen“*  
Sängerin Anastacia im  
großen DONNA-Interview

# Leben, wie es uns gefällt

Raus aus der Immer-so-weiter-Tretmühle. Mehr Spaß,  
mehr Erfüllung, mehr Muße haben. Warum so viele Frauen 40+  
unkonventionelle Lebensmodelle für sich entdecken



WISSEN

# Und wie wird das Wetter?

*Beobachten Sie Tiere mal etwas genauer. Nicht nur der Frosch zeigt nämlich, ob es Sonne oder Regen gibt*



- **Katze:** Sie leckt sich das Fell, wenn ein Gewitter aufzieht: So beugt sie dem durch die elektrisch geladene Luft verursachten Zwicken auf der Haut vor.
- **Schmetterling:** Er drängt sich dicht an Hauswände, um seine Flügel vor Sturm zu schützen – und das bereits, wenn wir den Umschwung noch nicht mal ahnen.
- **Schwalbe:** Treibt ein drohender Kälteeinbruch ihre Insekten-Nahrung abwärts, fliegt auch sie tief.
- **Frosch:** Klettert er an Gras oder Schilfhalmten hinauf, scheint bald die Sonne – hüpfert er dagegen von Stein zu Stein, naht Regen.



TECHNIK

## Am längeren Kabel

Das Manko bei Smartphones: Man muss sie dauernd aufladen, wobei sich der Bewegungsradius ziemlich reduziert. Erheblich mehr Freiraum bietet das drei Meter lange USB-Kabel „MCORD“, das sich dank Textilmantel auch nicht so leicht verknotet. Minimarkt, 30 Euro

FOTOS: JULIA HOERSCH/LIVING AT HOME/PICTURE PRESS (1); ANDREAS KOSCHATE/PLAINPICTURE (1); MAURITIUS IMAGES (1)

KÜCHEN-TRICK

## Gut Kirschen essen

Die roten Sommerfrüchte lassen sich einfacher entsteinen, wenn man sie vorab auf einem Blech verteilt für einige Minuten ins Gefrierfach legt: So tritt weniger Saft aus, und das Fruchtfleisch bleibt in Form. Tipp: Wer keinen Entsteiner besitzt, kann den Kern auch mit einer Sicherheits- oder Haarnadel herauslösen.

