

Gratis zum
Mitnehmen

August
2025

Magazin. Eins für alle!

centaur

WETTBEWERB

Comics über
Freundschaft

PFLANZENKRAFT

Sommerpflege
mit Aloe Vera

SPECIAL OLYMPICS

Sport-Event der
Extraklasse

IM
INTERVIEW
OLLI
DITTRICH

**MACH DEIN
LEBEN BUNT!**

Wie Farben unsere Welt beeinflussen.
Plus: Tipps für sehenswerte
Kunstaussstellungen

ROSSMANN

LESEN. STAUNEN. HANDELN.

Für
20 €

Ab sofort im
Buchhandel und in
allen ROSSMANN-
Filialen erhältlich.



**Dr. Eckart von
Hirschhausen**
»Ein Insektenforscher
und ein Unternehmer
schreiben gemeinsam ein
Buch? Großartig! Seiten-
weise kreative Lösungen.
Zeit zum Lesen, Staunen
und Handeln.«

SPIEGEL-Bestseller-Nr. 1-Autor Dirk Rossmann
und **Josef Settele** stellen Ideen vor, die unsere Welt
zu einem besseren Ort machen.

ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

EDITORIAL



Willkommen in der August-Ausgabe!

Jeden Morgen, wenn wir die Augen öffnen, sehen wir die Welt in all ihren Farben: Blumen in Gelb, Weiß oder Pink, den Himmel in Blau oder Grau, Menschen in bunter Kleidung. Was für uns so selbstverständlich ist wie das Atmen, entpuppt sich bei näherer Betrachtung als ein großartiges Geschenk der Natur. „Farben sind die Muttersprache des Unbewussten“, hieß es schon bei C. G. Jung, Mitbegründer der Psychoanalyse: In unserer Titelgeschichte gehen wir diesem Phänomen auf den Grund und verraten zudem, wie unterschiedlich die Botschaften der Farben in verschiedenen Kulturkreisen sind.

Mal mehr, mal weniger bunt sind die Comics, die uns beim diesjährigen großen Wettbewerb von ROSSMANN und „Dein SPIEGEL“ erreichten. Die Kreativität, mit der die Teilnehmer das Thema Freundschaft umsetzten, ist beeindruckend. Am Ende musste sich die Jury schweren Herzens entscheiden – wir stellen in diesem Heft alle Gewinner vor. Herzlichen Glückwunsch und vielen Dank fürs Mitmachen!

Ein außergewöhnlich kreativer Kopf, der perfekt in unterschiedlichste Rollen schlüpfen kann, ist Olli Dittrich. In dieser Ausgabe gibt der vielfach preisgekrönte Komiker und Musiker Einblicke ins Seelenleben seiner Kunstfigur Dittsche: So verrät er zum Beispiel, welche Farbe ein neuer Bademantel haben sollte, falls das Original ersetzt werden muss. Ob Mode, Kunst, Deko – mehr Bunt kann dem Leben Leichtigkeit verleihen. Probieren Sie es aus!

Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen

Ihre

Anna Kentrath
redaktion-centaur@rossmann.de

**WIR HABEN
SICHERE
JOBS
AUF LAGER.**

In unserer Logistik arbeiten über 4.000 Menschen mit viel Herz, Respekt, Einsatz, Freude – und vor allem miteinander. Werde Teil des Teams – in der Logistikverwaltung, Kommissionierung oder Auslieferung.

Jetzt bewerben:
jobs.rossmann.de



14

STIMMUNGSMACHER
Von visuellen Beruhigungsmitteln
und Dopamin-Boostern:
die Kraft der Farben



GIB NOCH MAL 'N BIER
Ist das noch Olli Dittrich
oder schon Friteusen-Philosoph
Dittsche? Ein Interview

26

Gesellschaft & Nachhaltigkeit

14 | DIE BUNTE MACHT

Einfach magisch: Wie Farben unser Leben beeinflussen – und wie wir sie für uns nutzen können

24 | RAUS AUS DEM KLASSENZIMMER, EINFACH MAL MACHEN!

Die Initiative „Zukunft mitgemacht“ von Procter & Gamble, ROSSMANN und dem Deutschen Kinderhilfswerk unterstützt Lernorte

26 | „DITTSCHER HAT DAS HERZ AM RECHTEN FLECK“

Komiker, Musiker und Autor Olli Dittrich im Interview über Bademantelfarben und seine Kunstfigur Dittsche

34 | OHNE WORTE

Üppige Nanas und andere bunte Kunstwerke: In diesen großen Ausstellungen wird derzeit die Farbe gefeiert

58 | INKLUSION SIEGT

Die Special Olympics Landesspiele Niedersachsen waren für alle Beteiligten ein Erlebnis

92 | BILDSCHÖN

Wer sind die Gewinner des Comic-Wettbewerbs von „Dein SPIEGEL“ und ROSSMANN? Wir stellen die besten Einsendungen vor

Genuss & Leben

63 | NACHGEFRAGT ...

... beim Start-up Pretty NamNam, das mit Chilly Crisps ordentlich einheizt

64 | KERNIGE SNACKS FÜR UNTERWEGS

Nüsse und Saaten machen immer eine gute Figur – und schmecken als Muffins, in Balls oder im Salat

70 | EINFACH GÖTTLICH

Popcorn, Flakes und mehr: Darum lieben wir Mais! Schon die Maya verehrten das gelbe Korn

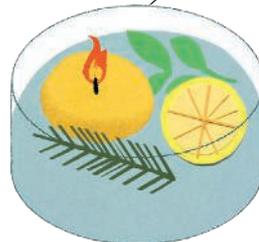
72 | WIE KOMMT DIE FARBE IN DEN WEIN?

Beerensache: Was Weiß-, Rosé- und Rotweinen ganz unterschiedliche Nuancen verleiht

74 | GANZ GROSSES BLÄTTERN!

Von lustigen Kinderbüchern bis zum spannenden Krimi: Lesestoff aus dem ROSSMANN-Regal ▶

106



GEWUSST, WIE
Hübsche Deko selber
machen, die gegen Mücken
wirkt – und weitere Tipps
für Haushalt & Co.



AUSDRUCKSSTARK
Dieser Make-up-Trend
macht das Leben auf einen
Pinselstrich bunter

46

Pflege & Gesundheit

39 | SCHÖNE AUSSICHTEN

Auf diese News können Sie sich freuen

42 | ALOE VERA

Superheldin aus dem Kosmetikregal: Diese Pflegepower steckt in der beliebten Pflanze

46 | EINFACH ZUCKER!

Knallbunt bis glitzernd: Candy Coated Eyes sind der bunteste Trend des Sommers

54 | KLEINER MUSKEL, GROSSE LEISTUNG

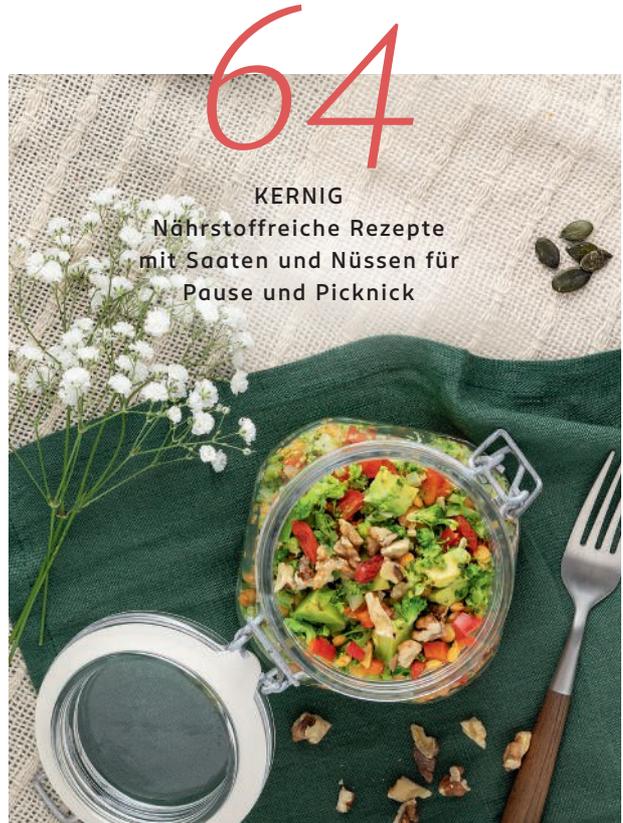
Warum der Beckenboden so wichtig ist – für Frauen und Männer. Plus: So einfach trainieren Sie ihn

80 | DIE NEUE FARBENLEHRE

Cremes & mehr in Rot, Blau und Grün – bunte Highlights aus dem ROSSMANN-Pflegesortiment im Rampenlicht

90 | BESTE BEGLEITER

Entdeckungen des Monats



64

KERNIG
Nährstoffreiche Rezepte
mit Saaten und Nüssen für
Pause und Picknick

Immer dabei

03 | EDITORIAL

08 | AUGENBLICK

10 | HERZLICH WILLKOMMEN

Tipps für Ihren nächsten Einkauf

78 | LIEBLING DES MONATS

Mit Sabine Hartmann, Teamleitung Store Design bei ROSSMANN

87 | RÄTSEL + GEWINNSPIEL

100 | KINDERSEITEN

102 | ROSSMANN MACHT'S

Die ROSSMANN-Kaffeemarke Laudatio im neuen Look. Und ein tolles Jubiläum – jetzt in den News

103 | COUPON

104 | IMPRESSUM, SUDOKU-AUFLÖSUNG

106 | HAUSHALTSTIPPS

EINIGE ABGEBILDETE ARTIKEL SIND NUR IN AUSGEWÄHLTEN FILIALEN ERHÄLTlich.

Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

DIE NÄCHSTGELEGENE FILIALE FINDEN SIE UNTER ROSSMANN.DE/FILIALFINDER

domol 

Sauberkeit in XXL

Eure Lieblingsprodukte im Sparpack



90 Stück
4.49
1 Stück = 0,05

50 Stück
3.29



100 Stück
1.99



ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

KINDER, ES GIBT POOLNUDELN!

Manche Dinge sind so selbstverständlich, dass man kaum über sie nachdenkt. Schwimmnudeln zum Beispiel. Dabei begann ihre Karriere überraschend trocken: auf Baustellen, um Dehnungsfugen zu füllen. Für Steve Hartman aus Toronto allerdings, dessen Vater die damals noch grauen Rollen in den 1980er-Jahren herstellte und seine Arbeit oft mit nach Hause brachte, waren sie bereits in der Kindheit Spielgefährten. Als Erwachsener färbte Hartman den Polyethylenschaum bunt ein und vermarktete ihn mit den Worten: „Sie lassen sich damit treiben und geben Ihrem Bruder eine mit.“ Letzteres unterstützen wir natürlich nicht, aber Fakt ist, dass die Teile heute so viel mehr sind als Schwimmhilfen: gelenkschonender Fitness-Coach oder Partner für wasserbasierte Ritterturniere; selbst im Winter gibt es genug zu tun – am Fahrrad, um Autos auf Abstand zu halten, zum Beispiel. Womit mal wieder bewiesen wäre: Nudeln gehen immer.





HERZLICH WILLKOMMEN

Neues bei ROSSMANN und aus der Welt



DIE DEUTSCHEN legen Wert auf hochwertige Gesichtspflege und haben eine Vorliebe für natürliche Inhaltsstoffe.

Jährlich gibt jede(r) rund 43 Euro dafür aus – Tendenz steigend. Der Schutz der Haut ist dabei generationenübergreifend am wichtigsten.

Quelle: Statista Markets / Consumer Insights



Soforthilfe

Zweimal Stirn, zweimal Nase, zweimal Kinn. Wir sprechen in Rätseln? Nein, in völliger Klarheit! Denn diese „Clear-up Strips“ machen schnell Schluss mit unreiner Haut. Einfach auf die T-Zone kleben, zehn Minuten einwirken lassen, fertig!

„3-Zonen Clear-up Strips“ von ISANA, 6 Stk.



Parfümfrei

Das „Sensitiv Reinigungsgöl“ ist so mild, dass es für Gesicht und Augen verwendet werden kann. Ideal für sensible und trockene Haut. Mit Bio-Jojobaöl befreit es z. B. von Sonnenschutz und (wasserfestem) Make-up. Für alle, die eine sanfte, aber gründliche Reinigung bevorzugen.

„Sensitiv Reinigungsgöl“ von Alterra Naturkosmetik, 100 ml



„Ja, mir san mit'm Radl da ...“ Der alte Schlager könnte aktueller nicht sein: Das Fahrrad hat einen so hohen Anteil an Alltagswegen wie noch nie (11,2 %). Auch der Prozentsatz an insgesamt zurückgelegten Personenkilometern ist Spitze (3,9 %). Dies geht aus der Studie „Mobilität in Deutschland“ hervor. Und wann nehmen Sie mal das Rad?

Quelle: Zweirad-Industrie-Verband, ziv-zweirad.de



IT-ÖKO-007

Pistazie pur

Pistazien sind eine gute Ballaststoffquelle. Besonders lecker sind sie im „Pistazienmus“ von enerBiO aus 100 % Pistazienkernen aus biologischem Anbau – geeignet als Brotaufstrich, für Desserts oder Smoothies und als Sahneersatz in herzhaften Gerichten.

„Pistazienmus“ von enerBiO, 250 g



Für Zwischendurch

Mmmh! Die Protein-Waffel überzeugt mit ihrem unwiderstehlichen Schokolade-Haselnuss-Geschmack und einer cremigen Vanillefüllung. Sie enthält 32 % Protein, aber 90 % weniger Zucker als herkömmliche Haselnusswaffeln.

„WellMix 32 % Protein Haselnuss Waffel Hazelnut-Vanilla Flavour“, 25 g



DE-ÖKO-039

HERZLICH WILLKOMMEN

DAS NACHHALTIGE PRODUKT



BEUTEL FÜR BEUTEL verbindet die Nachfüllpackung „Milde Flüssigseife Bio-Kamille & Glycerin“ sanfte Handreinigung mit ökologischem Handeln. Im Vergleich zur Flüssigseife im herkömmlichen Spender (300 ml) lässt sich der Plastikverbrauch um rund 78 % reduzieren. Die pflanzlichen Rohstoffe stammen – so weit möglich – aus kontrolliert biologischem Anbau und Wildsammlungen. Das gefällt!

Nachfüllbeutel „Milde Flüssigseife Bio-Kamille & Glycerin“ von Alterra Naturkosmetik, 500 ml



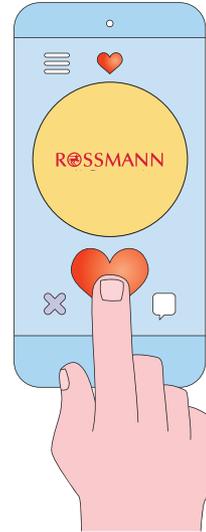


Fit beim Duschen

Den Durchblick behalten – das geht schon mit dem richtigen „Duschkabine-abzieher“ los. Mit dem kleinen Helferlein lassen sich Kalkflecken auf zum Beispiel Fliesen und Glas vermeiden. Tipp: Das Abziehen als Mini-Workout zum Start in den Tag nutzen.

„Duschkabine-abzieher“, ca. 24 cm breit, von flink & sauber

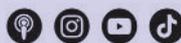
NEUES
VON
DER
APP



Registrieren und noch mehr sparen! Sofort nach dem Download der ROSSMANN-App stehen Ihnen viele Coupons zum Sortiment zur Verfügung. Außerdem können Sie an tollen Gewinnspielen teilnehmen. Zudem empfehlenswert: mit einem einfachen Klick den Newsletter abonnieren, um garantiert keine Neuigkeiten zu verpassen. So macht der Einkauf noch mehr Spaß! ●

Mehr Informationen erhalten Sie unter [rossmann.de/app](https://www.rossmann.de/app)

SCHON
GEWUSST?



ROSSMANN gibt es im Web und den „Centaur“ auch digital zum Lesen auf: [rossmann.de](https://www.rossmann.de)



Die bunte Macht

TEXT *Ines Hennenberg*

Farben können nicht nur schön
aussehen, sie besitzen nahezu magische
Kräfte. Wie genau beeinflussen sie
unser Wohlbefinden, unser Leben?





BLICKFANG Farbige Fassaden verleihen einem Gebäude Individualität und Ausdruck



PARTNERWAHL Vogelmännchen sind besonders farbenprächtig, um Weibchen zu beeindrucken

Was wäre eine Welt ohne das Blau des Himmels, das leuchtende Gelb einer Sommersonne oder das satte Grün einer Wiese? Trist und öde, oder? Farben verschönern nicht nur unser Leben, sondern geben ihm Struktur, ordnen den Alltag – man denke nur an Ampeln und knallrote Stoppschilder. Vor allem aber wecken Farben Gefühle. Der russische Expressionist Wassily Kandinsky (1866–1944) brachte es auf den Punkt: „Farbe ist eine Kraft, die die Seele direkt beeinflusst.“ Diese Kraft wirkt nicht zufällig, sondern steckt in einem komplexen System: Farben sind überall, sie umgeben uns wie ein riesiges, wortloses Kommunikationsnetz. „Farben sind das größte Kommunikationssystem der Erde“, sagt Axel Buether. Er ist Professor für Wahrnehmungspsychologie, forscht zu Farben, gestaltet Klinikräume, berät Behörden und zählt für viele zu Deutschlands führenden Farbexperten. Doch wie genau prägen Farben unsere Wahrnehmung, in welchen Bereichen werden sie bewusst eingesetzt, und wie können wir ihre Kraft für uns selbst gezielt positiv nutzen?

Was Farben mit uns machen

Farbe ist keine physikalische Eigenschaft, sondern eine Sinnesempfindung. Jede Farbe ent-

spricht einer Lichtwellenlänge, die Sinneszellen im Auge stimuliert und im Gehirn unterschiedliche Areale aktiviert – etwa das limbische System, unser Emotionszentrum schlechthin.

Farben wirken sogar körperlich: Sie können den Herzschlag, den Puls und die Atemfrequenz verändern, den Blutdruck senken oder erhöhen. Schon ein einzelner Farbreiz kann unsere Stimmung verändern: Eine spannende Studie der University of British Columbia von 2009 zeigt: Beim Bewältigen einer Aufgabe macht ein roter Hintergrund wacher und aufmerksamer, während Blau die kreativen Ideen nur so sprudeln lässt – alles ganz unbewusst. „Farben sind die Muttersprache des Unbewussten“, folgerte der Mitbegründer der Psychoanalyse, Carl Gustav Jung (1875–1961). Etwa 99 Prozent der Farbinformationen verarbeitet unser Gehirn völlig automatisch. Es ist darauf programmiert, Farbreize sofort zu entschlüsseln, wie die Worte einer Sprache. Doch Farben, ähnlich wie viele Gesten, sprechen nicht überall dieselbe Sprache. Die Assoziationen können je nach Erfahrung und Kultur stark variieren.

Farbcodes mit Geschichte

Viele Symboliken sind gesellschaftlich geprägt. So finden sich in allen Weltreligionen ►



FLOWER-POWER Bunte Blumen assoziieren wir mit Freude, Lebendigkeit und Vielfalt



SPIRITUELL Orange steht im Buddhismus für Erleuchtung und Weisheit bzw. den Weg dorthin

„heilige“ Farbtöne: Die römisch-katholische Kirche etwa ordnet „liturgische Farben“ bestimmten Festen zu: Violett sind die Gewänder der Würdenträger zur Fastenzeit, weiß zu Weihnachten. Im Hinduismus gelten Safrangelb und Rot als Farben der Reinheit, im Islam gilt Grün als besonders heilig. Flaggen sprechen farblich Klartext: Revolutionäre wählen häufig Rot als Banner der Veränderung, während eine weiße Fahne international für Kapitulation steht. Politische Lager definieren sich über Farben: wie hierzulande konservatives Blau, sozialdemokratisches Rot, Grün für Umweltbewegungen. Farben schaffen Identität und Zugehörigkeit, die sich auch Marken zunutze machen. Banken und Versicherungen etwa setzen auf Blau, um Sicherheit und Vertrauen zu signalisieren. Auch persönliche Erlebnisse prägen unsere Farbassoziationen.

Dennoch sind einige Deutungen weltweit ähnlich: Ein Team von internationalen Psychologen der Universität Lausanne schreibt im Fachjournal „Psychological Science“ (2020), dass Menschen vermutlich auf eine universelle Weise Farben mit Gefühlen in Verbindung bringen. Grün- und Braun verbinden wir mit Natur, weil wir sie dort ständig sehen – Wiesen, Wälder, Erde. Rot „knallt“ und alarmiert uns buchstäblich – kein Wunder, dass die

Signalfarbe weltweit zur Warnung eingesetzt wird. Rot steht aber ebenso für Liebe und Leidenschaft, Stärke und Feuer, für Stress und Wut, daher der Ausdruck, man „sehe rot“. In blauen Räumen verlangsamt sich nachweislich unsere Atmung, wir entspannen. Die psychologische Wirkung wird mit Zufriedenheit beschrieben. Kein Zufall also, dass wir das Meer und den Himmel als wohltuend empfinden. Für andere ist Blau eher melancholisch besetzt: Pablo Picasso schuf in seiner „Blauen Periode“ Werke in gedeckten Blautönen, nachdem ein Freund Selbstmord begangen hatte. Allgemein als fröhlich gilt dagegen Orange. Warum? Im Gehirn wird beim Betrachten Dopamin ausgeschüttet, jenes Belohnungshormon, das die Motivation steigert und für ein Gefühl der Lebensfreude sorgt.

Cleverer Einsatz

Unsere Farbwahrnehmung ist nicht nur emotional, sondern auch praktisch geprägt. Wir lesen Farben wie Zeichen – und nutzen sie intuitiv zur Orientierung. An Bahnhöfen oder Flughäfen leiten uns Farbsysteme oft besser als Schilder, ob mit Schrift oder Piktogramm. Ampelfarben funktionieren universell.

Farben wirken nicht nur informativ, sondern auch psychologisch: Sie beeinflussen ►

Alltagsbegleiter.

Deine Handyhülle mit persönlichem Foto.



babywelt®

Lich
WILL
KOMMEN
Familie
IN DER

Entdeckt die **babywelt**.
Unseren Babyclub mit vielen tollen
Vorteilen. **Für euch. Von Herzen.**



JETZT KOSTENLOS
anmelden

in der **ROSSMANN-APP**
oder unter [babywelt.club](https://www.babywelt.club)



Design der Geschenke kann variieren.

ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt



BUNTER MIX Die Farbvielfalt von Obst und Gemüse zeigt die kreative Kraft der Natur



FARBSPIEL OHNE LIMITS Dank Kosmetik kann sich jeder mal farblich ausprobieren

unsere Gesundheit und sogar, was wir essen: Braune Stellen am Obst? Finger weg! Knalliges Grün signalisiert Frische, eine wichtige Überlebensinformation seit Urzeiten. Das weiß auch die Lebensmittelindustrie – und spielt gekonnt mit Farben.

Psychologen, Architekten, Designer und Marketingprofis nutzen die Erkenntnisse der Farbpsychologie gezielt, um Produkte attraktiver, Marken einprägsamer und Räume angenehmer zu gestalten. Und das nicht nur für den Konsum, sondern auch fürs Wohlbefinden und die Gesundheit. Denn eine Umgebung oder eine Sache, in der oder mit der sich Menschen wohlfühlen, hilft, Stress und Ängste abzubauen.

Bewusster Nutzen

Sehr deutlich zeigt sich die Kraft der Farben auch im Gesundheitsbereich: In medizinischen Einrichtungen, etwa Krankenhäusern, ersetzen helle und warme Farben zunehmend das kühle hygienisch-neutrale Klinikweiß – und das mit messbar positiven Folgen. So ergab eine Langzeitstudie am Helios Universitätsklinikum Wuppertal (bis 2019) unter der Leitung von Axel Buether, dass eine psychologisch fundierte Farbgestaltung den Krankenstand des Personals

um satte 35 Prozent senken kann – was wiederum eine bessere Versorgung der Patienten zur Folge hatte. Auch zu Hause helfen uns Farben beim Wohlfühlen, egal ob als Wandfarbe oder Kleidungsstück.

Experimente in ungewöhnlichen Bereichen, zum Beispiel rosa gestrichene Gefängniszellen, die wie ein visuelles Beruhigungsmittel die Aggressivität der Insassen senken sollten, zeigen jedoch, dass Farben kein Wundermittel sind. Sie allein können keine Probleme lösen. Aber sicher ist: Ein Leben ganz ohne Farben tut uns nicht gut. Monotone und farblose Umgebungen drücken aufs Gemüt.

Im Extremfall sind sie sogar gefährlich, wie die „White Torture“ zeigt, eine Foltermethode, angewendet von diktatorischen Regimes: Das Opfer wird dabei in einen weißen und kahlen, buchstäblich konturen- und kontrastfreien Raum gesperrt. Damit entzieht man der Psyche jeglichen Halt. Die Folge: Halluzinationen und womöglich erhebliche psychische Schäden.

Die gute Nachricht: Je mehr wir über die Macht von Farben wissen, desto gezielter können wir sie positiv für uns nutzen, und desto bunter und besser wird unser Leben. Spielen wir also ruhig ein wenig mit ihnen! ▶

Weltweit & wandelbar



Weiß

In westlichen Kulturen steht es für Reinheit und Unschuld (Brautkleid, Taufe), in vielen südostasiatischen Ländern ist es die Farbe von Trauer und Tod.



Rot

Während Rot in weiten Teilen Südostasiens als Farbe des Glückes gilt und in Südafrika mit Trauer assoziiert wird, steht es bei uns für vieles zugleich: Warnung und Aufmerksamkeit – aber auch für Liebe, Energie und Stärke.



Schwarz

In Europa gilt es als elegant („Das kleine Schwarze“) oder melancholisch und ist die klassische Trauerfarbe. In Kunst, Kultur und Sprache wird die Farbe Schwarz häufig für Dunkelheit, das Verborgene und Illegale genutzt. In vielen Teilen Afrikas hingegen steht Schwarz für dunkle, also humushaltige Erde und damit für Fruchtbarkeit.

Grün

In Europa, Nord- und Südamerika wird diese Farbe mit Jugend, Natur, Frühling und Gesundheit assoziiert. Grün steht auch für „Start“, man erhält „grünes Licht“. Aber man kann auch sprichwörtlich „grün vor Neid“ werden – oder auch gelb.



Rosa

Die Farbe Rosa wird häufig mit traditionellen oder konservativen Geschlechterzuschreibungen assoziiert und gilt in vielen Kontexten als „typisch mädchenhaft“ – doch das war einmal anders: Bis ins frühe 20. Jahrhundert war Rosa keine typische Mädchenfarbe – im Gegenteil: Als „kleines Rot“ stand es für Kraft und Männlichkeit und wurde Jungen zugeordnet. Blau dagegen, die Farbe der Jungfrau Maria, galt seinerzeit als „Mädchenfarbe“.





für frische, saubere Wäsche

Beste Waschkraft auf Pflanzenbasis – sanft zur Haut



Perfekt auch zum **Nachfüllen!**

Nur online erhältlich bei
ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt



GUT FÜR MICH

- Grünes Kraftpaket: Beste Waschkraft auf Pflanzenbasis
- Hohe Waschkraft ab 20°C
- Besonders hautschonend – dermatologisch getestet

GUT FÜR DIE UMWELT

- Flaschenkörper zu 100 % recycelt, Deckel zu 99 % recycelt
- Verpackung zu 100 % recycelbar
- Vegan & frei von Mikroplastik
- Mit pflanzlichen Tensiden aus Europa





UND ACTION! An der Friedrich-Realschule in Weinheim können Jugendliche im eigenen TV-Studio experimentieren

RAUS AUS DEM KLASSENZIMMER, EINFACH MAL MACHEN!

Auf dem Stundenplan stehen 3D-Druck, Robotik und Upcycling: In den von der Initiative „Zukunft Mitgemacht“ geförderten Maker Spaces gewinnen Schüler praxisnah neue Kompetenzen – ROSSMANN unterstützt dabei

TEXT *Barbara Spielhagen*

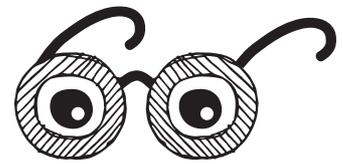
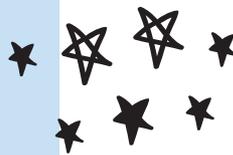


Die Schule der Zukunft gestalten – kreativ, praktisch und innovativ: Darum geht es bei den sogenannten Maker Spaces, die vom Deutschen Kinderhilfswerk, ROSSMANN und Procter & Gamble unter dem Dach der Initiative „Zukunft Mitgemacht“ gefördert werden. Seit 2023 unterstützen die Partner deutschlandweit den Aufbau offener Lernräume, in denen Schüler projektorientiert und experimentell arbeiten können. Über eine Million Euro stehen dafür und für andere Projekte der Initiative jährlich zur Verfügung. Um die Förderung für die Maker Spaces bewerben sich die Schulen mit ihren Ideen direkt bei Zukunft Mitgemacht. Die diesjährige Bewerbungsfrist für Schulen läuft noch bis Ende Oktober.

Mit den Maker Spaces können die Jugendlichen ihr theoretisches Wissen unmittelbar praktisch umsetzen und erweitern. Ob Computer, Tonstudios, Werkzeug oder Robotik – die Schüler dürfen mitbestimmen, wofür ihre Schule das Maker-Space-Geld in Höhe von jeweils 10.000 Euro ausgibt. Die Initiative [#wirfürschule](#) begleitet die Schulen von Beginn an, berät bei der Ausstattung, organisiert Workshops und bietet Austauschformate, um die kreativen Räume dauerhaft in den Schulalltag zu integrieren.

Doch wie sieht ein Maker Space konkret aus? Ein beispielhafter Vorreiter ist die [Friedrich-Realschule in Weinheim, Baden-Württemberg](#). „Der Maker Space ist bei uns mittlerweile aus vielen Projekten nicht mehr wegzudenken“, sagt Schulleiter Daniel Besier. Das besondere Highlight ist das schuleigene TV-Studio, das einem professionellen wirklich in wenig nachsteht. Hier lernen Schüler Videoaufnahmen zu erstellen, Drehbücher zu schreiben und Sendungen wie beispielsweise eine Kochshow zu produzieren. Mithilfe dieses Maker Spaces erlangen die Jugendlichen nicht nur technisches Wissen, sondern stärken auch ihre Medienkompetenz und Teamfähigkeit.

Auch die [Stadtteilschule Niendorf in Hamburg](#) nutzt den Maker Space mit großer Begeisterung und Beteiligung der Schüler. Sie haben sich für den sogenannten Tüftelhafen entschieden – ein Ort, an dem sich die Teenager von der fünften bis zur 13. Klasse in verschiedenen Bereichen ausprobieren können. Dafür wurde die alte Schulbibliothek umgestaltet. Hier werden künftig z. B. im Audiocontainer Podcasts, im Videocontainer Stop-



MÖGLICHKEITEN In der Jenaplanschule Markersbach wird alten Dingen neues Leben gegeben (li.). Die Stadtteilschule Niendorf in Hamburg hat einen Tüftelhafen (re.)

Motion-Clips und Kurzfilme produziert, mit 3D-Druckern gearbeitet oder auch im Lesepier das Lesen durch Ehrenamtliche begleitet.

In Sachsen zeigt die [Jenaplanschule Markersbach](#) eindrucksvoll, wie nachhaltige Bildung aussehen kann. In einem speziell dafür errichteten Flachbau mit Dachbegrünung verknüpfen die Schüler Handwerk, Forschung und digitale Technologien. Sie lernen, alte oder defekte Gegenstände zu reparieren und durch Upcycling neue Objekte zu schaffen. Das schärft das Bewusstsein für den schonenden Umgang mit Ressourcen und fördert zugleich technisches und handwerkliches Geschick.

Wer die Schule als Zukunftsort begreift, erkennt schnell, dass Bildung mehr ist als reine Wissensvermittlung. Deshalb engagiert sich ROSSMANN auch bei diesem Bildungsprojekt. Raoul Roßmann, Sprecher der Geschäftsführung, sagt: „Mit der Initiative ‚Zukunft Mitgemacht‘ möchten wir Schülerinnen und Schülern eine zeitgemäße Form des Lernens ermöglichen und die Freude am Forschen, Experimentieren, Entdecken und Lernen wecken. So können sie zu kreativen und selbstbestimmten Gestaltern werden. Denn ROSSMANN liegt Bildung für Kinder seit Jahrzehnten am Herzen.“ ●



Infos und
Bewerbung bis
31.10.2025
unter [dkhw.de/
zukunftmitgemacht](http://dkhw.de/zukunftmitgemacht)

„Dittsche hat das Herz am rechten Fleck“

TEXT *Silvia Stammer*

Komiker, Schauspieler und Musiker Olli Dittrich über seine Kunstfigur, Bademäntel und welchen Comedian er persönlich gut findet



UNVERWECHSELBAR Olli Dittrich als „Dittsche“ im Hamburger Hafengebiet

Gebückte Haltung, Bademantel, Jogginghose, Schlappen, Plastiktüte: So schlurfte Olli Dittrich von 2004 bis 2021 in der WDR-Serie „Dittsche – das wirklich wahre Leben“ durch einen Hamburger Imbiss. Sichtlich auf dem Abstellgleis des Lebens philosophierte „Dittsche“ mit Wirt Ingo (Jon Flemming Olsen) und Dauergast „Schildkröte“ (Franz Jarnach bis zu dessen Tod 2017) und entwickelte skurrile „Weltideen“. Das Format wurde Kult und u. a. mit dem Deutschen Fernsehpreis ausgezeichnet.

Nicht im Imbiss, sondern auf deutschen Bühnen ist „Dittsche – Live & Solo 2025“ ab Herbst zu sehen – so, wie es 15 Jahre vor der TV-Sendung begann: Ein Spot, ein Mikrofon und ein Mann im Bademantel, der seine Geschichten erzählt. Im Interview wirkt Olli Dittrich (68) ein bisschen wie sein Alter Ego: Er entwickelt einen vor sich hin plätschenden Gedankenstrom, dem man gerne zuhört.

Ihr Vater war in der Chefredaktion verschiedener Zeitungen und Mitgründer der Axel-Springer-Journalistenschule. Wie ist Ihr Verhältnis zu Journalisten – gut, mit Blick auf die eigene Herkunft, oder eher kritisch?

Das hat mit dem Elternhaus gar nicht so viel zu tun, meine Erfahrungen musste ich ja selbst machen. Als Kind war mir die Bedeutung seines Berufes gar nicht so klar. Als politischer Journalist war mein Vater häufig im Ausland, in Argentinien, Venezuela, Peru. Interessiert hat uns Kinder vor allem: Was bringt Papa mit?

In den Neunzigerjahren, als ich mit meiner Arbeit öffentlich wurde, habe ich dann selbst erfahren, wie etwas kolportiert wurde. Das waren dann die ersten Kritiken zu „RTL Samstag Nacht“ und dann zu „Die Doofen“, besonders als Wigald Boning und ich kommerziell erfolgreich wurden. Da gab es Schlagzeilen wie „Die blödeln sich reich“. Im Boulevardjournalismus wurde eher die klassische Neiddebatte geschürt statt zu sagen: Jetzt haben wir alle mal Spaß – damit musste ich erst mal lernen umzugehen. Aber insgesamt habe ich keine schlechten Erfahrungen gemacht. Man muss eben ein bisschen vorsichtig sein.

Haben Sie noch Kontakt zu Wigald Boning?

Ja, klar! In den „RTL Samstag Nacht“-Zeiten waren wir wie ein Ehepaar. Wir verbrachten fünfeinhalb Jahre fast jeden Tag gemeinsam. Kennengelernt hatten wir uns schon davor,

etwa 1990, drehten mehr als 100 anarchische Impro-Clips für Premiere und machten zusammen Lieder. Das war sozusagen unsere Prä-„Doofen“-Phase ... Schönes Wort, fällt mir gerade auf. Unmittelbar danach war es wie nach der Schulzeit: Jeder macht seins, und man verliert sich ein bisschen aus den Augen, ohne aber den Kontakt zu verlieren.

Gab es Überlegungen, „Die Doofen“ wiederzubeleben?

Ja, immer mal wieder. Wir hörten 1996 nach den beiden Alben am höchsten Punkt des Erfolgs auf, was viele nicht verstehen konnten. Aber es war trotzdem die richtige Entscheidung. Solche Verkaufszahlen wären heute gar nicht mehr möglich. Wir haben für die „RTL Samstag Nacht“-Gala vor drei Jahren einige Songs aufgenommen, einen davon in der Show live performt. Zwei Ordner mit Ideen oder sogar fertigen Texten für Songs stehen bei mir auch im Schrank, aber alles hat seine Zeit und sollte das Richtige zur richtigen Zeit am richtigen Ort sein.

„Dittsche“ dagegen darf älter werden und sich weiterentwickeln...

Dittsche beobachtet die Welt mit ganz eigenen Augen, er nimmt auf und gibt wieder. Er ist immer authentisch – auch wenn sich das jetzt kryptisch anhört, weil es ja eine Kunstfigur ist. Dittsche ist meine älteste Figur, die es schon 15 Jahre vor der Fernsehserie gab, in kleinen Hörspielen oder auf der Bühne. Dieser gutgläubige, keineswegs dumme Mensch, der mit dem Leben oft nicht zurechtkommt, hat auf vieles keine Antwort und versteigt sich deshalb gelegentlich in Verschwörungstheorien und absurde Betrachtungen – an denen aber immer etwas Wahres dran ist. Er hat das Herz am rechten Fleck, er guckt immer von unten nach oben. Ich fühle Dittsche, wie er denkt, wie er empfindet, was er beobachtet, was er möglicherweise außer Acht lässt. Dass er dabei älter wird, lässt die Figur ja in gewisser Weise trotzdem immer frisch bleiben – denn er ist nie inaktuell. Ich sage immer: zwar frei erfunden, könnte aber wahr sein.

Haben Sie Verständnis für diesen Typus, weil Sie selbst wissen, dass nicht immer alles rund läuft?

Jeder, der halbwegs alle Tassen im Schrank hat, hat doch in Wahrheit dieses Verständnis, weil das Straucheln im Alltag ▶



Baconburger 14,4 €
1/2 Maki mit Pommes und Ketchup/Mayonnaise 4,20 €
+ 0,5 L. Softdrink/Getränk 7,50 €

Pommes frites Junior 2,90 €
Ketchup, Mayonnaise oder Remoulade 1,90 €
Bratkartoffeln hausgemacht 2,40 €

24
HOUR
ISN'T
ENOUGH

20 €



SOFTDRINK
Einzelpreis

2,00 €



DAS PERLT!

„Dittsche – das wirklich wahre Leben“ spielt in einem Imbiss in Hamburg-Eppendorf. Auf Tour geht „Dittsche“ jetzt solo – ohne Wirt Ingo (Jon Flemming Olsen)

Kodak Moments

Mach Deine schönsten Erinnerungen groß.

Verwandle Deine Herzensmomente in etwas ganz Besonderes – mit den BilderXL. Einfach an der **Kodak Moments** Fotostation in Deiner **ROSSMANN** Filiale* selbst gestalten und direkt mitnehmen.



© 2025 Kodak Alaris Germany GmbH. Die Nutzung der Marke Kodak und der Kodak Handelsaufmachungen durch die Kodak Alaris Germany GmbH erfolgt unter der Lizenz der Eastman Kodak Company.

*Artikel nicht in allen ROSSMANN-Filialen erhältlich.



EIN NACHDENKLICHER KOPF Olli Dittrich



KULTFIGUR Schon mit seiner „Live & Solo 2023“-Tour begeisterte Dittsche das Publikum in der Elbphilharmonie Hamburg

Multitalent

Olli Dittrich, vierfacher Grimme-preisträger, ist Schauspieler, Komiker, Komponist und Musiker. Der gelernte Theatermaler wurde bekannt im Ensemble der Comedy-Show „RTL Samstag Nacht“. Seine Filme, TV-Formate, Persiflagen und Musikproduktionen (u. a. „Texas Lightning“) wurden national und international prämiert, u. a. mit dem Deutschen Fernsehpreis, der Goldenen Kamera, dem Musikpreis Echo sowie zwölf Gold- und Platinschallplatten.

Die „Live&Solo“-Performance mit seiner ältesten Figur, dem Tresen-Philosophen „Dittsche“ (SZ: „Deutschlands letzter Volksheld“), wurde mit dem LEA (Live Entertainment Award) ausgezeichnet. In Offenbach geboren, gilt der bekennende HSV-Anhänger dennoch als typischer „Hamburger Jung“:

Als er drei Jahre alt war, zog seine Familie in die Hansestadt.



Die Tournee „Dittsche – Live & Solo 2025“ startet am 3. Oktober in Hamburg. Infos und Tickets u. a. bei kj.de oder eventim.de

jedem begegnet. Alles muss schneller, höher, bunter, weiter sein – vieles lebt aber nur von der Behauptung, erfolgreich zu sein. Auf der Straße, in zahlreichen Medien, auf Social Media – immer ist alles erst mal eine wahnsinnige Erfolgsgeschichte. Dabei ist das so ja nicht der Fall. Ich bin in einer analogen Zeit künstlerisch groß geworden, wir hatten ein anderes Tempo. Auch, um Dinge wahrzunehmen und zu reflektieren. Es gab in jungen Jahren einige Hürden, ich war mitunter faul, unstrukturiert und habe mich oft verzettelt. Das Straucheln ist mir durchaus geläufig. Mit Humor an das eigene Scheitern heranzugehen ist daher recht hilfreich, auch um den gelegentlichen Kummer zu ertragen.

Sie sind nach Udo Jürgens Deutschlands berühmtester Bademantelträger.

Udo Jürgens fand ich schon als Kind toll. Auch Freddy Quinn und natürlich Uwe Seeler. Dittsche bezeichnet sich als „Botschafter für Frottjee“. (*gemeint ist Frottier*) Der Bademantel ist sein Heiligtum. Der Spaß hört auf, wenn jemand etwas Abfälliges über den Mantel sagt oder er selbst Bier drüber pütschert. Wichtig ist ihm auch seine „Schumilette“, die hat Grip, damit rutscht er niemals aus. Und Weltgeräte! Er hat zum Beispiel den „Eduschuh“ erfunden (*verfällt in breiten Hamburger Slang*): „...zwei Gummistiefel ineinander stellen, in den Hohlraum dazwischen frischen Bohnenkaffee gießen – und mit muggeligen Füßen spazieren gehen. Welt-Coffee to go!“

Sind solche Weltgeräte auch auf der Tour ein Thema?

Ja, sie sind einfach ein lustiges, ausbalancierendes Element. Meist handelt es sich um Erprobungsmodelle. Und fast immer geht irgendwas schief. Aber manchmal sind es auch Erfindungen, bei denen man als Zuschauer verblüfft ist und denkt: Da muss man erst mal drauf kommen. Beispiel: Seinem Nachbarn Herrn Karger, einem Ex-Friseurmeister aus Wandsbek-Garten-

stadt, der mit seiner Frau eine Schiffsreise machen will, baut Dittsche einen sogenannten „Reisemond“. Dittsche denkt: Der Mann kann sich an Bord doch als Reisefriseur ein Zubrot verdienen und anderen Passagieren die Haare schneiden! Weltidee! Und dann baut er ihm begeistert eine Stehlampe mit rotgelber Glühbirne. Denn er hatte gelesen, dass bei Vollmond die Haare schneller wachsen. Karger könne doch die Passagiere mit dem Reisemond bestrahlen, anschließend die schneller nachgewachsenen Haare schneiden und in kurzer Zeit viel Geld verdienen. Dass Herr Karger nicht begeistert ist, versteht er dann nicht. „Stand doch Schwarz auf Weiß ‚inne Zeitung‘ mit den Haaren und dem Mond – ist doch Win-win“, sagt er dann.

Zu zeigen, wie arglos Dittsche manchem Thema auf den Leim geht und auf seine absurde Weise weiterträgt, ist charmanter und lustiger, als mit dem kabarettistischen Zeigefinger darauf zu zeigen. Das betrifft in meinen Geschichten, die ich ihn erzählen lasse, große und kleine, leichte und auch sehr schwere Themen. Sein bisweilen hilflos-tragikomischer Weg, mit allem klarzukommen – das lieben die Menschen.

Noch mal zum legendären Bademantel: Es ist immer noch das erste Exemplar, eine Dauerleihgabe Ihres WG-Kumpels. Wenn sich Dittsche einen neuen Bademantel kaufen müsste, welche Farbe hätte der?

Der Original-Bademantel wird ganz zart mit Feinwaschmittel mit der Hand gewaschen, aber

auch nicht nach jedem Auftritt. Als es die wöchentlichen TV-Sendungen noch gab, war das anders. Er wird auch immer vorsichtig repariert. Aber ich schweife ab, es ging ja um die Farbe. Also: am ehesten Blau – gestreift natürlich. Lustigerweise entspricht die Farbkombination von Dittsches Outfit den HSV-Farben: rote Jogginghose wie die Rothosen, helles Hemd, ähnlich dem weißen Trikot, der schwarzgrau-weiß-blau-gestreifte Mantel – eine ähnliche Farbkombi wie bei den HSV-Stutzen.

Welche Formate im Fernsehen gefallen Ihnen heutzutage?

Joko Winterscheidt und Klaas Heufer-Umlauf machen coole TV-Unterhaltung. „Wer stiehlt mir die Show?“ ist für mich die mit Abstand beste Unterhaltungsshow im deutschen Fernsehen.

Und welcher Comedian?

Teddy Teclebrhan. Für mich der Beste.

Von „Dittsche – Das wirklich wahre Leben“ wurden 261 Folgen in 30 Staffeln gesendet. Wird es eine Fortsetzung geben?

Die letzte Sendung war im Mai 2021, ohne dass wir damals wussten, dass es die letzte sein würde. 2022 gab es im Rahmen der ARD-Themenwoche „Was hält uns zusammen?“ eine Mini-Frischzellenkur: fünf kurze Episoden, fünf Minuten vor der Tagesschau. Das war's. Aber Dittsche lebt ja auf der Bühne weiter, intensiver und noch näher dran am Alltag. ●



SECONDHAND VERLIEBT

Wofür steht der Blaue Engel?



Schulstart mit Recyclingpapier bei ROSSMANN



Collegeblock

- DIN A4
- Liniert oder kariert
- 80 Blatt

Schulheft

- DIN A4
- Versch. Lineaturen
- 16 Blatt

www.blauer-engel.de/uz14b

www.blauer-engel.de/uz14b



MIT
**HYDRO
DERMAL**
FEUCHTIGKEITS-
KOMPLEX



NEU

An meine Haut lasse ich
nur Wasser und CD.

Und alles, was Frische in mein Leben bringt.

Jetzt neu: Duschgele von CD
mit Hydro-Dermal-Komplex für
feuchtigkeitsspendende Pflege.

REINHEITSGEBOT®

* Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

LEBENSBUNT
Ausdruck der
emanzipierten Frau:
Niki de Saint Phalle,
Gwendolyn, 1966–
1990, Polyester,
beschichtet, Farbe
auf Metallbasis,
252 × 200 × 125 cm,
Sprengel Museum
Hannover, Hannover,
Schenkung Niki de
Saint Phalle (2000)

Ohne Worte

In der Kunst
entfalten Farben
und Formen ihre
volle Wirkung. Wie
wäre es mal mit
einem Ausstellungs-
besuch? Hier
kommen Tipps für
eindrucksvolle
Kunsterfahrungen –
deutschlandweit

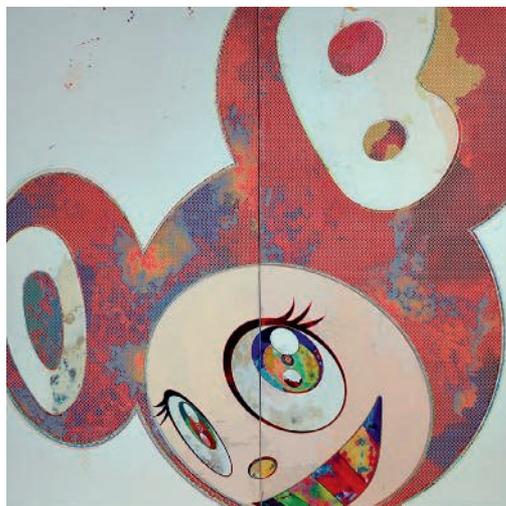
TEXT
Silvia Stammer





FARBRAUSCH Yayoi Kusama, *Infinity Mirrored Room – The Eternally Infinite Light of the Universe Illuminating the Quest for Truth*, 2020, Holz, Metall, Glasspiegel, Kunststoff, Acrylplatte, Gummi, LED-Beleuchtungssystem, Schaumstoffkugeln, Edelstahlkugeln, 296 × 622,4 × 622,4 cm, LAS Art Foundation

ZWEITE EBENE Takashi Murakami, *And Then, When That's Done ... I change. What I Was Yesterday Is Cast Aside, Like An Insect Shedding Its Skin*, 2009, Acryl auf Leinwand, 300 × 300 cm, Fondation Louis Vuitton



Was haben die Künstler Niki de Saint Phalle, Yayoi Kusama und Takashi Murakami gemeinsam? Die französisch-schweizerische Malerin und Bildhauerin sowie die beiden japanischen Künstler verbindet auf den ersten Blick nur wenig. Auf den zweiten ist es viel, wie es im Begleittext zur gemeinsamen Ausstellung in Hannover heißt: „Alle drei eint eine Vorliebe für kraftvolle, farbenfrohe Bildwelten, die die Grenzen zwischen Kunst, Popkultur und Kommerz sprengen.“ Anlass für dieses außergewöhnliche Projekt ist die Schenkung von über 400 Werken, die Niki de Saint Phalle vor 25 Jahren dem Sprengel Museum machte. Die Ausstellung schlägt einen Bogen von Niki de Saint Phalles ikonischen „Schießbildern“ und den lebensbejahenden „Nanas“ über Yayoi Kusamas immersive „Infinity Room“-Installationen bis hin zu Takashi Murakamis farbenprächtigen, poppigen Kaikai-Kiki-Bildern. Wer von den Polka-Dots-Motiven Yayoi Kusamas nicht genug bekommt: Von Oktober 2025 bis Januar 2026 zeigt die Fondation Beyeler in Riehen bei Basel die erste große Schau der Japanerin in der Schweiz. ▶

Niki de Saint Phalle,
Yayoi Kusama und
Takashi Murakami

„Love you for Infinity“,
Sprengel Museum Hannover,
6.9.2025 bis 14.2.2026

Auguste Herbin

Bis zum 19.10.2025 im
Lenbachhaus in München

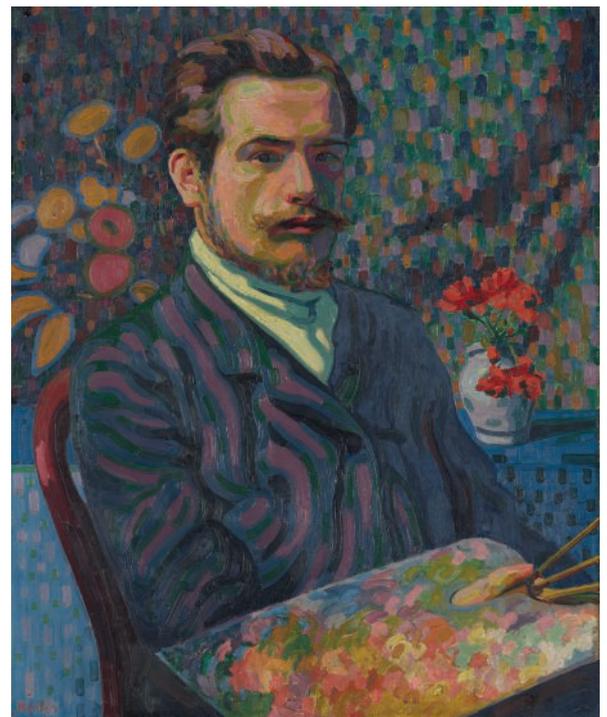


RUND UND SPITZ
Eines von rund
1.000 Werken
des Künstlers:
Auguste Herbin,
Réalité spirituelle,
1939, Öl auf Lein-
wand, 116 × 89 cm

STRATEGIE
In München wird
seine Schaffens-
geschichte sichtbar:
Auguste Herbin,
Autoportrait, 1906,
Öl auf Leinwand,
73,5 × 60 cm

Beim Stichwort Kubismus denken viele zunächst an Pablo Picasso oder Georges Braque. Sich mit Formen und Farben auf eine reduzierte Art auseinanderzusetzen, gilt als die erste herausragende Periode moderner Kunst zu Beginn des 20. Jahrhunderts. Weniger bekannt ist in diesem Zusammenhang Auguste Herbin (1882–1960), obwohl er maßgeblich dazu beitrug, die Bildsprache zu revolutionieren und 1908 sein erstes kubistisches Bild malte. Das Münchner Lenbachhaus widmet ihm eine Schau mit rund 50 Werken und zeigt Stationen seines Schaffens.

Der Sohn eines Handwerkers hatte in Lille Kunst studiert, bevor er ab 1901 Paris zu seinem Lebensmittelpunkt machte – von späteren prägenden Reisen nach Brügge, Korsika und Hamburg einmal abgesehen. Leuchtende, harmonisch eingesetzte Farben sind bereits in seinen spätimpressionistischen Landschaften, Stillleben und Porträts zu sehen. In der fauvistischen Phase wird die Palette bunter. Ab 1909 bezieht er ein Atelier im Bateau-Lavoir auf dem Montmartre in unmittelbarer Nähe zu Picasso. In den 1930er-Jahren verschreibt sich Herbin ganz der abstrakten Kunst und beschäftigt sich mit Farbtheorien. Daraus entwickelt er 1942 sein „alphabet plastique“: Mit diesem Regelwerk zu Farbtönen und Formen „buchstabiert“ er Begriffe in Bildern.



WILD

Max Ernst, *Der Hausengel (Der Triumph des Surrealismus)* [*L'ange du foyer (Le triomphe du surréalisme)*], 1937, Öl auf Leinwand, 114,2 × 146,5 cm, Collection Hersaint Family, trifft in Hamburg auf ...

... Caspar David Friedrich, *Das Eismeer*, 1823–1824, Öl auf Leinwand, 96,7 × 126,9 cm, Hamburger Kunsthalle



Fotos: Niki Charitable Art Foundation/Herting/Herting/Werner, Sprengel Museum Hannover; Yuyoi Kusama; Takashi Murakami; Kaikai Kiki Co. Ltd.; Galerie L'Atelier Paris; © VG Bild-Kunst Bonn, 2024; Rik Klein Gortink © VG Bild-Kunst Bonn, 2025; VG Bild-Kunst, Bonn, 2024; Vincent Everaers Photography Brussels; © Hamburger Kunsthalle/bpk/Elke Walford

Romantik trifft Surrealismus

„Rendezvous der Träume“,
bis 12.10.2025 in der
Hamburger Kunsthalle

Gefühl und Intuition sind wichtiger als die reine Vernunft, davon waren die deutschen Romantiker überzeugt. Vom Ende des 18. bis zur Mitte des 19. Jahrhunderts war die große Zeit von Dichtern wie Novalis, Achim und Bettina von Arnim, Heinrich von Kleist sowie Malern wie Caspar David Friedrich und Philipp Otto Runge. Von ihren Traumwelten und Naturdarstellungen ließen sich rund 100 Jahre später die Surrealisten inspirieren. Die Hamburger Kunsthalle nimmt die Ursprünge dieser bedeutenden künstlerischen Bewegung zum Anlass, beide Strömungen einander gegenüberzustellen.

In „Rendezvous der Träume“ treffen über 230 surrealistische Ikonen unter anderem von Max Ernst, Meret Oppenheim, René Magritte, Salvador Dalí, Valentine Hugo, Toyen, André Masson, Victor Brauner, Paul Klee und vielen anderen auf mehr als 70 romantische Meisterwerke. Die Kunsthalle verspricht ein außergewöhnliches Erlebnis: „Insgesamt wurden Objekte von 65 Surrealisten und 30 Romantikern zusammengetragen, weltbekannte wie teils noch nie präsentierte Werke aus über 80 privaten und öffentlichen Sammlungen aus den USA, Mexiko und ganz Europa.“ Die Werke stammen unter anderem aus dem Philadelphia Museum of Art, dem MoMA New York, der Tate London, der Kunsthalle Prag und dem Kunsthaus Zürich. ●

DIE HAARFARBE, DIE DU DIR WÜNSCHST, MIT DER PFLEGE, DIE DU VERDIENST



Schwarzkopf
CREME
SUPREME

NEU



Entdecke die neue Haarfarbe
CREME SUPREME MIT 3x BONDING
HAPTIQ SYSTEM. Für Schutz
vor sichtbaren Haarschäden
in jedem Schritt.

FOR EVERY YOU.



Sienna Miller
Schauspielerin, Model

SCHÖNE AUSSICHTEN

Für Sie entdeckt: die Newcomer im Monat August,
ausgewählt von der Centaur-Redaktion



SCHÖNE
HAUT



DER „PRIMER“ mit Grip Effect und aktivem Feuchtigkeitskomplex bereitet die Haut optimal auf das Make-up vor. Er sorgt für besseren Halt, ein ebenmäßiges Finish und ein frisches Hautgefühl – den ganzen Tag.

„Primer Grip Effect“, 30 ml,
von RIVAL♥me



BABYHAUT ist besonders empfindlich, weil sie sehr dünn ist und wenige Pigmente hat. „baybies Sonnencreme LSF 50“ ist ein mineralischer UV-Schutz ohne Zusätze für sensible Babyhaut. Ideal für unterwegs: der „baybies Roll-On mit LSF 50+“.



„baybies Mineralische Sonnencreme LSF 50“*, 50 ml, und „baybies Mineralische Sonnen Roll-On LSF 50+“*, 45 ml



Hier
Produkte
entdecken



Wimpernwunder
Perfekt definierte Wimpern leicht gemacht: Tiefschwarze Mascara umschließt jede einzelne Wimper und sorgt so für viel Volumen & Schwung – hält den ganzen Tag, ohne zu verwischen, zu bröckeln oder zu verklumpen. Für einen Blick, der bleibt!

„Incredi-curl Mascara“
von e.l.f. cosmetics

*in ausgewählten Filialen erhältlich

Frische, die guttut
 Weil wir lange auf Nummer sicher gehen möchten: Hier kommt sanfter Schutz mit Panthenol und Baumwollsaatöl. Pflegt sensible Achseln, schützt 48 Stunden und duftet zart nach Baumwolle. Eine milde Formulierung für ein gepflegtes Hautgefühl.

„Deospray Sensitive Cotton“ Care**1, 150 ml von Jean&Len

Für 48 Stunden Schutz



EINFACH
 SCHÖN



GLATTE HAUT – so schnell geht’s:
 „PILCA Enthaarungscreme“ vereint drei wertvolle Öle – Moringa, Amla und Kamelie – mit einem leichten Duft für eine sanfte, wirksame Enthaarung und ein glattes Ergebnis.

„Pilca Enthaarungscreme Körper & Beine“**2, 150 ml



LIEBLING DER REDAKTION



Natürlich schön
 Der „Miracle Filter Instant Glow“ bringt den Teint zum Strahlen und schenkt der Haut ein natürliches, frisches Aussehen. Die leichte Textur mit lichtreflektierenden Pigmenten sorgt für einen dezenten Glow – solo oder in Kombination mit dem Make-up.

„RIVAL me Miracle Filter Instant Glow 01 light“, 20 ml, in zwei verschiedenen Farben

*1 darf nicht in die Hände von Kindern gelangen **2 außer Reichweite von Kindern aufbewahren. Kontakt mit den Augen vermeiden. Im Falle von Berührung mit den Augen sofort Augen spülen. Bei Verschlucken sofort ärztlichen Rat einholen oder die Notaufnahme aufsuchen

FUSS
WOHL

Beach Vibes für deine Füße!

LIMITIERTE
EDITION

Verwöhn-Programm mit
Coco Cabana & Matcha Peach.

75 ml
1.49€
1L = 19.87€



2.99€
1 Paar

ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

A photograph of aloe vera products on a green background. In the center is a small, round glass jar filled with clear, bubbly aloe vera gel. Surrounding the jar are several slices of aloe vera leaves, showing the inner gel and the outer skin. The lighting is bright, creating soft shadows.

ALOE VERA

Superheldin im Kosmetikregal: Aloe Vera gehört zu den beliebtesten pflanzlichen Wirkstoffen in der Hautpflege. Wie schafft sie das nur?

TEXT *Claudia Scheffler*

M

Mit ihren dicken, gezackten Blättern, die bis zu 50 cm lang werden und die sie meist in den sonnigen Himmel reckt, mag die Aloe Vera unscheinbar wirken. Doch im Inneren verbirgt sich ein echter Schatz: ein Gel, das zu 98 Prozent aus Wasser besteht. Absolute Spitze! In den verbleibenden zwei Prozent findet sich ein wahrer Power-Mix von mehr als 200 Wirkstoffen: z. B. Polysaccharide, die Feuchtigkeit speichern und binden; Vitamine wie B, C und E, die antioxidativ wirken und den Teint schützen; Folsäure zur Unterstützung der Zellregeneration; Mineralstoffe wie Magnesium, Kalium, Zink – eine Formel, die beruhigt, heilt und schützt. Dazu kommen sekundäre Pflanzenstoffe, die der Pflanze in ihrer Heimat, den heißen Regionen dieser Erde wie Südamerika, das Überleben sichern – und unserer Haut genau die Widerstandskraft verleihen, die ihr guttut. Gut zu wissen: Die Pflanze braucht ein tropisches Klima und hohe Luftfeuchtigkeit. Einzig in Verbindung mit den richtigen Bedingungen entwickelt sich in ihrem Inneren das potente Gel.

Schönheit mit Geschichte

Schon Kleopatra soll auf die kühlenden Kräfte der Aloe Vera, die als „Pflanze der Unsterblichkeit“ galt und zur Familie der Liliengewächse zählt, vertraut haben – als Feuchtigkeitsspende, Hautglätter und Schönheitselixier. In der traditionellen chinesischen sowie indischen Heilkunst ist das Gel ebenfalls seit Jahrtausenden fester Bestandteil medizinischer Anwendungen – genau wie in den Klostergärten des Mittelalters, wo heilkundige Nonnen die Pflanze gegen Hautreizungen, Entzündungen und sogar Verbrennungen einsetzten. Denn das Gel enthält Salicylsäure, die auch in Aspirin enthalten ist und eine entzündungshemmende, schmerzstillende Wirkung hat.

Was all diese Anwendungen über die Jahrhunderte hinweg verbindet: das Wissen um eine Pflanze, deren Wirkung sich nicht auf einen Mythos stützt, sondern auf Erfahrung – und heute auch auf wissenschaftliche Erkenntnisse. Die moderne Kosmetik knüpft damit an eine jahrtausendealte Tradition an, veredelt mit Hightech-Formulierungen, die das Beste aus dem pflanzlichen Schatz holen.



OH, ALOE Die geballte Wirkstoff-Power verwöhnt die Haut und schenkt Widerstandskraft

Multitalent in der Pflege

Aloe Vera gilt darum längst als Beauty-Klassiker. Kaum ein Wirkstoff ist so vielseitig und dabei so verträglich, selbst bei empfindlicher Haut. Nach dem Aufenthalt in der Sonne wirkt Aloe-Vera-Gel (das innenliegende Fleisch der Blätter) beispielsweise wie eine angenehm kühle Hand auf heißer Stirn. Zudem beruhigt es, regeneriert und hemmt Entzündungen. Bei Rötungen oder Sonnenbrand fördert es den natürlichen Heilungsprozess.

Doch Aloe Vera kann mehr als Erste Hilfe: Ihre Superkraft entfaltet sie in der täglichen Routine – als Feuchtigkeits-Booster bei Trockenheit, Balancegeber für irritierte, unreine Partien und Schutzschild für sensible Haut, die häufig auf äußere Reize reagiert. Ihre Textur ist leicht, zieht schnell ein und hinterlässt keinen fettigen Film. Selbst anspruchsvolle Haut, die zu Ekzemen oder Rosazea neigt, profitiert von der entzündungshemmenden Wirkung, ebenso die empfindliche Augenpartie. Und in Sachen Anti-Aging? Ihre sekundären Pflanzenstoffe kurbeln die Kollagenproduktion an und helfen, freie Radikale zu neutralisieren. Die Haut wirkt so durchfeuchtet, ebenmäßiger und frischer.

Worauf kommt es an?

Wichtig ist, auf den Gehalt an Aloe-Vera-Gel zu achten: je höher, desto besser. Wer auf Nummer sicher gehen will, schaut in der Inhaltsstoffliste (INCI) nach dem Begriff „Aloe Barbadensis Leaf Juice“ möglichst weit vorn, denn Aloe Vera ist kein geschützter Begriff. ▶



SOMMERBEGLEITER
 „Après Sun Lotion“ versorgt die Haut 24 Stunden mit Feuchtigkeit, kühlt und duftet sommerlich. Von Alterra Naturkosmetik, 200 ml



LINDERT SONNENBRAND
 „Ölfreies Aloe Vera Gel“, 100 ml, mit hochkonzentriertem Bio-Aloe-Vera, spendet viel Feuchtigkeit. Von Alterra Naturkosmetik



AUTARK Aloe Vera trotz Dürreperioden und speichert Wasser und Nährstoffe, die sie monatelang versorgen



STRAHLENDER BLICK
 „ISANA Hydrogel Augenpads“, 2 Stk., mit der Kombination aus Aloe Vera, Hyaluron und Koffein, erfrischen die Augenpartie



FEUCHTIGKEITSSPENDEND
 „ISANA Milder Reinigungsschaum“, 165 ml, mit Aloe Vera und Gurken-Extrakt, reinigt und pflegt. Für jeden Hauttyp geeignet



FRISCHEKICK
 „Aloe Vera Augenfluid“ mit Gletscherwasser, 15 ml, ist eine besondere Pflege für die zarte Augenpartie. Von Alterra Naturkosmetik



MIT ALOE-VERA-EXTRAKT
 „facelle Slippenlagen comfort + Aloe Vera“, 50 Stk., schützen sicher jeden Tag. Luftdurchlässig ohne Folie. Weiches Oberflächenvlies

Bei Zusätzen gilt: Weniger ist mehr. Aloe-Produkte benötigen keine Duft- sowie Farb- und Konservierungsstoffe. Denn nur, wenn das Gel nicht mit reizenden Substanzen versetzt wird, kann es seine beruhigende Wirkung voll entfalten.

Welcher Hauttyp von Aloe Vera profitiert? Quasi alle – egal ob Frauen- oder Männerhaut, besonders dann, wenn sie empfindlich, trocken oder gereizt ist. Auch als After-shave, für sonnengestresste Kopfhaut oder als feuchtigkeitsspendender Primer ist Aloe eine Bereicherung. Wer extrem trockene Haut hat, sollte das Gel mit einer rückfettenden Creme kombinieren: erst das Gel auftragen, gut einziehen lassen, dann die Feuchtigkeitscreme darübergeben.

Last but not least bekommt die Anwendung von Aloe Vera von innen derzeit viel Aufmerksamkeit. Jüngst wurden Clips zum Thema Aloe-Vera-Saft in den sozialen Medien wie „TikTok“ über 1,5-Milliarden-mal geklickt. Als Shot, z. B. vor dem Frühstück und nach dem Abendessen, sollen die Wirkstoffe in dem etwas herben Saft das Hautbild verbessern, den Teint reiner und ebenmäßiger machen und die Darmgesundheit fördern, da Aloe Vera reich an Verdauungsenzymen wie Amylase und Lipase ist, die den Abbau von Fetten und Zucker ankurbeln. Achtung: Schwangere sollten den Saft nicht trinken, da er wehenfördernd wirken kann. Generell ist die Aloe Vera aber keinesfalls an einen Hype geknüpft, sondern ein Naturtalent, das zu Recht einen festen Platz in der Pflegeroutine hat.



DIY:
Aloe-Gel direkt
aus der Pflanze

Man braucht:
1 kleines Aloe-Vera-Blatt, 10 Tropfen Jojobaöl, 1 Tropfen Teebaumöl

Und so geht's:

- 1 Das Blatt mit der Schnittfläche nach unten ca. eine Stunde lang in ein Glas stellen, so läuft die gelbliche aloinhaltige Flüssigkeit ab, die reizend sein kann.
- 2 Das Blatt aufschneiden und mit einem Messer an der Schale entlangfahren, um das Gel zu gewinnen.
- 3 Das Gel pürieren und mit dem Teebaum- und Jojobaöl vermengen. In einen Gelspender geben. Das gewonnene Gel im Kühlschrank aufbewahren und am besten innerhalb von drei Tagen aufbrauchen. ●

DIE MAGISCHE ERLEBNISWELT
EXHIBITION AM WESTFIELD CENTRO IN OBERHAUSEN

HOUSE OF MAGIC

EHRlich BROTHERS

ACTION - SPANNUNG - MAGIE
Mehr als 100 Exponate warten darauf,
von euch entdeckt zu werden.

TICKETS EXKLUSIV UNTER
www.houseofmagic.de/rossmann

Foto: HOUSE OF MAGIC

EHRlich BROTHERS

DIAMONDS

DIE BESTEN ILLUSIONEN
AUS 10 JAHREN TOUR

**ermäßigung für Kinder
bis 12 Jahre!**

ZUSATZ-SHOWS

DAS GROSSE STADIONSPECIAL
13.06.26 FRANKFURT

13.12.25 Oberhausen
27.+28.12.25 Frankfurt
29.+30.12.25 Stuttgart
05.01.26 Mannheim
06.+07.01.26 Neu-Ulm
17.+18.01.26 Erfurt
24.+25.01.26 Hannover
31.01.+01.02.26 Düsseldorf
07.+08.02.26 Nürnberg
21.+22.02.26 Köln
28.02.+01.03.26 München
07.+08.03.26 Offenbach
14.+15.03.26 Oberhausen
20.+21.03.26 Kiel
27.+28.03.26 Dortmund
18.+19.04.26 Halle
25.+26.04.26 Leipzig
02.+03.05.26 Hamburg
08.05.26 Riesa
09.+10.05.26 Berlin
22.05.26 Braunschweig
23.+24.05.26 Bremen
UND WEITERE TERMINE

bis zu **25% Preisvorteil**

TICKETS EXKLUSIV UNTER
www.ehrlich-brothers.com/rossmann

Einfach zucker!

*Farbenfrohe
Augenblicke*

Knallbunte Nuancen, glitzernde Akzente,
null Kalorien: Candy Coated Eyes
sind der süßeste Trend des Sommers

TEXT *Claudia Scheffler*



GUTE-LAUNE-BOOSTER

Ein Grünton auf den Lidern
zaubert auch unserem Gegen-
über ein Lächeln ins Gesicht



MEERESLEUCHTEN Schön für abends: blauer Lidschatten mit Farbverlauf und einem Hauch von Glitzer. Wichtig: Augenpartie vorab mit Concealer ebnen

FERIEN-FEELING Blauer Lidschatten passt zu jeder Augenfarbe – und einem unbeschwerten Sommer



CANDY CRUSH Ob dezent als Lidstrich oder im Regenbogen-Style – farbiges Augen-Make-up lässt das ganze Gesicht strahlen



Bunt, verspielt und voller Lebensfreude: Candy Coated Eyes sind eine Neuinterpretation des knalligen Augen-Make-ups und wie gemacht für warme Tage voller Leichtigkeit. Leuchtende Nuancen, pudrige Pastelltöne und verspielter Bonbonglanz erinnern an einen Mix aus Pop-Art-Kunst und Zuckerguss – ein Make-up, das nicht nur auf den Laufstegen begeistert, sondern auch unseren Alltag in Farbe taucht. Bei diesem modischen Statement geht es nicht um Perfektion, sondern um Spaß und Individualität. Lassen Sie sich inspirieren: Es wird süß!

Zauberhaftes Farbenspiel

Die Farbpalette reicht von zartem Lavendel über Koralle bis zu frischem Grün und Blau – immer strahlend und als Akzent zu einem ansonsten dezenten Make-up. Doch welche Farben stehen wem? Wer blaue Augen hat, bringt sie am besten mit Apricot oder Rosé zum Leuchten. Flieder- und Blautöne lassen grüne Augen strahlen, während goldene Nuancen braunen Augen eine sonnige Tiefe verleihen. Alle, die auf den Geschmack gekommen sind und mehr wollen, kombinieren mehrere Farben.

Ein besonderer Liebling der Saison ist Babyblau – ein Ton, der überraschend vielseitig ist: Solo getragen, wirkt er kühl und modern, kombiniert mit Silber oder Orange bekommt er einen coolen Twist. Die wichtigsten Begleiter beim Candy Look? Gut verblendete Übergänge sowie ein Hauch Highlighter im Augeninnenwinkel.

Von matt bis schimmernd

Auch die Textur entscheidet über Wirkung und Wow-Faktor. Matt wirkt modern und klar, während Metallic sinnlich schimmert. Und Glitzer? Ist garantiert ein Highlight. Die Auftragetechnik spielt ebenfalls eine Rolle: Creme-Lidschatten ▶

Vanilla Vibes soft, sweet, unstoppable!

Dein Signature-Duft für jeden Tag



MANIKO



So einfach geht's:



1
Reinigen,
Größe wählen,
aufkleben.



2
Überschuss
abschneiden
oder abfeilen.



3
Unter der UV LED
Lampe aushärten.
Nachfeilen. Fertig!

Schonend
entfernt:



Gel-Streifen
anlösen, mit
Magic Remover
Pen ablösen.



UV Gel Strips

20 Nagelstreifen – 2 Anwendungen
20 nail strips – 2 applications

Babyboomer Rosé

BIS ZU

3

Wochen
Halt

Babyboomer Rosé

Entdecke die neue UV Gel Strip Farbe Babyboomer Rosé – für natürliche, elegante Nägel! Einfach aufzutragen und perfekt für den Alltag oder besondere Anlässe.

Jetzt neu bei

ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

lassen sich mühelos verblenden und sorgen für Farbtiefe. Pudrige Texturen bieten mehr Kontrolle beim Kombinieren. Flüssige Varianten sind besonders intensiv und haften lange. Für noch mehr Effekt sorgt der Profitrick Top Coating. Dafür wird ein transparenter Schimmer oder Glitter-Topper über den Look gegeben – besonders auf dem beweglichen Lid ein Hingucker.

Wow-Wimpern

Wenn die Lider in Candy Tönen leuchten, liegt der Fokus auch auf den Wimpern. Dabei bleiben sie entweder zurückhaltend oder stehen selbst im Rampenlicht. Bei einem auffälligen Lidschatten die Wimpern am besten dezent halten, zum Beispiel mit dunkler Mascara. Aber auch farbige Mascaras wie Pink oder Türkis liegen im Trend. Sie sind überraschend tragbar, wenn man sie gezielt einsetzt. Tipp für Einsteiger: Nur die Spitzen tuschen – das sorgt bereits für einen Wow-Effekt. Wer mehr möchte, tuscht die Wimpern komplett, besonders schön wirkt das Ganze in Kombination mit einem ebenmäßigen Teint und zart glänzenden Lidern. Wichtig: Der Look bleibt immer präzise. Gut getrennte Härchen, ein definierter Schwung, nicht zu viel Textur – so wirkt das Make-up edel und nicht wie Fasching.

Der Trend to go

Apropos, wer es im Alltag lieber erst mal langsam angehen möchte: Dieses besondere Make-up wirkt bereits durch zurückhaltende Highlights. Ein dezenter Start gelingt zum Beispiel mit soften, monochromen Tönen: Ein zartes Apricot auf dem Lid, etwas Gloss im Augeneinnenwinkel – und der Blick wirkt sofort frischer. Auch ein farbiger Lidstrich statt klassischem Schwarz bringt gekonnt Abwechslung in den gewohnten Look. Das Motto: kleine Details, große Wirkung. ▶



ALLES IM BLICK Von der Trendfarbe Buttergelb bis zu türkisfarbenen Wimpern: Die Lippen bleiben dezent, der Teint schimmert ebenmäßig



ZARTE VERSUCHUNG Manchmal reicht ein Hauch Farbe für einen edlen, aber besonderen Look schon aus



ZUM ANBEISSEN Pastellfarben wie Pistazie und Zitrone lassen sich für abends toll mit Glitter-Pigmenten veredeln. Der Glow-Effekt funktioniert natürlich auch solo



AUSDRUCKSSTARK

Der „Khol Kajal 04 Blue Water“ mit geschmeidiger Textur definiert die Augenkontur perfekt. Zwei weitere Nuancen erhältlich. Von Alterra Naturkosmetik, 1 Stk.



KNALLIG

Die Formel aus wertvollen Wachsen sorgt für Volumen sowie Länge und liefert ein spektakuläres Farbergebnis: „Pink Edition Mascara“ von RIVAL me, 1 Stk.



WOW!

DIY-Wimpernverlängerung wie vom Profi: Die Wisps kleben unter den Wimpern, halten bis zu 14 Tage & sind wasserfest: „Falscara Starter Kit“ von KISS, 36 Stk.



STRAHLKRAFT

Die Glow Cream lässt Gesicht und Körper wunderbar schimmern, Hyaluronsäure und Mandelöl pflegen. „Luminizer & Highlighter“ von RIVAL DE LOOP, 30 ml



CREMIG

Der praktische Stift zaubert ein farbtintensives Augen-Make-up, das lange hält: „RIVAL DE LOOP Metallic Eyeshadow Stick 01 pearl“. Vier weitere Nuancen, 1 Stk.



SÜSSE SACHE

18 schimmernde und matte Farben ermöglichen unzählige Looks für tagsüber und abends: „Eyeshadow Palette 10 Candyland“ von RIVAL me, 14 g



DREI RICHTIGE

Der „Trio Lidschatten 07 Wild Jungle“ macht uns schöne Augen. Angereichert mit Bio-Granatapfelsamen-Extrakt. Weitere Nuancen erhältlich. Von Alterra Naturkosmetik



ABSOLUTER HINGUCKER

Der leichte, ultraglänzende „Eye Glaze“ von RIVAL me setzt faszinierende Schimmerakzente – solo oder über dem Eyeshadow anwendbar. 1 Stk.

IDEENWELT 



Dein Zuhause: *Mach's dir schön!*

Jede Woche neue Inspirationen und unvergessliche Momente für dein Zuhause.

ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

ONLINE
GROSSE
AUSWAHL



rossmann.de/ideenwelt



Kleiner Muskel, große Leistung



Der Beckenboden wird häufig unterschätzt –
bis er Probleme macht.

Dabei ist die Vorsorge ein Kinderspiel

TEXT *Ines Hennenberg*

Frühmorgens im Bad: Verschlafen und griesgrämig schaut das Spiegelbild. Zähneputzen? Na gut. Aber an den Beckenboden denken? Unwahrscheinlich. Dabei ließe sich das Muskelgeflecht, das unseren Bauchraum und die Beckenorgane von unten abschließt, jetzt gut mit einer einfachen Übung kräftigen (siehe Infokasten). Denn der Beckenboden ist zwar klein, spielt aber eine äußerst wichtige Rolle im Körper. Doch viele Menschen werden erst auf ihn aufmerksam, wenn er sich auf unangenehme Weise bemerkbar macht: oft durch Urinverlust beim Lachen, Niesen oder bei größeren Anstrengungen, und das bis hin zu vollständiger Inkontinenz. In Deutschland sind laut der Deutschen Kontinenz-Gesellschaft rund zehn Millionen Frauen und Männer von diesem Leiden betroffen (2024), das zudem noch immer mit einem starken Schamgefühl verbunden ist. Höchste Zeit also, das Tabuthema anzugehen und dem Beckenboden mit fürsorglicher Zuwendung zu begegnen.

Sicherheitsnetz

Der Beckenboden spannt sich – bei Frauen und Männern – wie eine Hängematte, die bei Bewegung mitschwingt, vom Schambein bis zum Kreuz- und Steißbein. Er besteht aus mehreren Muskelschichten, Bindegewebe und Faszien – ein den Unterleib stabilisierendes Netzwerk aus kollagenem Gewebe. Seine Funktion: Er stützt die inneren Organe wie Blase, Gebärmutter und Darm, damit sie bleiben, wo sie hingehören. Dafür arbeitet der Beckenboden rund um die Uhr, – auch wenn wir das nicht bewusst wahrnehmen.

Neben seiner wichtigen Stützfunktion ist der Beckenboden auch an der Kontinenz beteiligt – also daran, dass wir Urin und Stuhl zurückhalten können, bis wir eine Toilette erreichen. Außerdem fördert der Beckenboden die Sexualität. Seine Spannkraft und Elastizität steigern das Lustempfinden – bei Frauen und Männern. Und er spielt eine Schlüsselrolle für die Körperhaltung: Ein stabiler Beckenboden kann Rückenschmerzen vorbeugen, weil er



ERGÄNZEND
„altapharma Mannose & Cranberry“^{*1} plus Vitamin B2, das zur Erhaltung normaler Schleimhäute beiträgt. 60 Stk.



SAUGSTARK & SICHER
Lebensqualität trotz Blasenschwäche: Die „facelle diskret PANTS“ sind in verschiedenen Größen von S bis XXL erhältlich



PERFEKTER SITZ
Die „facelle diskret MEN“-Einlagen sorgen für ein lang anhaltendes Trockengefühl. In verschiedenen Saugstärken erhältlich



AKTIVE KONTROLLE
Set mit vier Gewichten zum Aufbau der Beckenbodenmuskulatur: „ELANEE Beckenboden-Trainingshilfen Phase I aktiv“^{**2}

^{*1}Nahrungsergänzungsmittel ^{**2}Medizinprodukt

zusammen mit Bauch- und Rückenmuskulatur das sogenannte Core-System stärkt, unsere zentrale Körpermitte.

Was schwächt den Beckenboden?

Einige Menschen haben von Natur aus ein fragiles Bindegewebe und sind somit anfälliger für eine Beckenbodenschwäche. Auch Operationen oder eine Strahlentherapie im Beckenbereich, etwa an Gebärmutter oder Prostata, können den Muskel schwächen. Doch es gibt weitere beeinflussbare ▶

Faktoren, die dem Beckenboden zusetzen. Die Nummer eins ist Bewegungsmangel. Darunter fällt auch zu viel sitzen – ein unterforderter Muskel schwächt. Doch jede Sportart mag er auch wieder nicht: Der starken Belastung durch hüpfende und plötzliche Bewegungen sowie des Richtungswechsels wegen gehören etwa Tennis, Badminton und Jogging dazu. Wer sie betreibt, sollte mit Beckenbodenübungen ausgleichen.

Als Hauptursachen bei Frauen gelten – vor allem aufgrund hormoneller Veränderungen – Schwangerschaft und Geburt sowie die Wechseljahre. Bei Mann und Frau zählen Übergewicht, Gewebeschwäche im Alter, chronischer Husten, Verstopfung, regelmäßiges schweres Heben oder eine falsche Körperhaltung ebenfalls dazu.

Ein schwacher Beckenboden macht sich aber nicht nur körperlich bemerkbar. Die klassischen Anzeichen wie ungewollter Urinverlust, häufiges Wasserlassen, ein Druckgefühl im Unterleib oder auch Verstopfung können die Psyche enorm belasten. Betroffene berichten von heftiger Scham, einem Rückzug aus dem sozialen Leben oder sogar von Angst, das Haus zu verlassen. Die Lebensqualität sinkt deutlich, wenn man sich unsicher fühlt. Umso wichtiger ist es, aktiv Beratung und Hilfe zu suchen – etwa bei einem Urologen oder Gynäkologen seines Vertrauens.

Training und Hightech-Unterstützung

Die gute Nachricht: Man kann selbst gezielt vorbeugen und gegensteuern. Der Beckenboden lässt sich nämlich genauso trainieren, wie die Muskeln der Arme, der Beine oder des Bauchs – ohne Fitnessstudio und bis ins hohe Alter. Das Trainingsprinzip: Anspannen und Loslassen. Entscheidend ist die Regelmäßigkeit. Die Übungen lassen sich leicht in den Alltag integrieren – zu Hause, an der Bushaltestelle oder beim Warten an der roten Ampel. Man braucht dafür nicht viel Zeit, und kaum jemand anderes bemerkt die kleine Anstrengung. Das gezielte Training kann auch eine Medikation optimal begleiten.

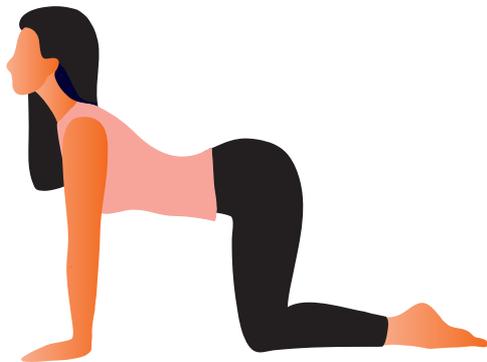
In schweren Fällen von Beckenbodenschwäche, insbesondere bei therapieresistenter Inkontinenz, gibt es inzwischen auch Hightech-Unterstützung durch die sakrale Nervenstimulation (SNS). Dabei wird ein kleines Gerät, ähnlich einem Herzschrittmacher, unter die Haut implantiert, von wo es über feine Elektroimpulse die Nerven im Kreuzbein stimuliert und damit die Funktion von Blase, Darm und Beckenboden reguliert. Die Therapie ist zwar nicht die erste Maßnahme, die ergriffen wird, schenkt aber bei schwerwiegenden Problemen neue Lebensqualität.

Wie immer gilt: Vorsorge ist besser als Nachsorge. Tipp: Lassen Sie sich Übungen für den Beckenboden ruhig einmal von einer Fachkraft zeigen. Physiotherapeuten oder spezielle Beckenbodenkurse etwa lehren die korrekte Technik – die sich übrigens auch sehr gut während des Zähneputzens üben lässt. ●



SELBSTFÜRSORGE
 Beckenbodenübungen sind wichtig – für Frauen wie für Männer, etwa um möglicher Inkontinenz im Alter vorzubeugen

5 einfache Übungen



Fahrstuhl fahren:

Im Stehen den Beckenboden anspannen, als würden Sie einen Fahrstuhl nach oben ziehen. In drei „Etagen“ anspannen, kurz halten, langsam wieder lösen. Fünf Wiederholungen.

Ampeltraining:

Immer, wenn Sie an einer roten Ampel stehen – Beckenboden sanft anspannen und wieder lösen.

Sitzhaltung optimieren:

Aufrecht auf einem Stuhl sitzen, Füße flach auf dem Boden. Beckenboden anspannen, als wollten Sie so verhindern, vom Stuhl zu rutschen.

Balance auf einem Bein:

Beim Zähneputzen auf ein Bein stellen und den Beckenboden aktivieren. Nach 30 Sekunden das Bein wechseln.

Katzenbuckel-Kuhblick:

Im Vierfüßlerstand im Wechsel den Rücken runden (Katzenbuckel) und durchhängen lassen (Kuhblick). Beim Runden den Beckenboden anspannen, beim Durchhängen lösen.

Für schöne und gepflegte Füße!

Glättung und
Regeneration

Bis zu **48h**
Feuchtigkeit*

Wirksame
Entfernung

Effektiv ab
1. Anwendung

Zuverlässige
Entfernung

Punktgenaue
Anwendung



tetesept Hühneraugen Salbe
Intensiv
Wirkstoff: Salicylsäure

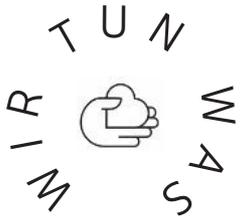
Ihr Spezialist für rundum gepflegte Füße!

tetesept:

* **Produkt Sofort Glätte Repair Socken:** Anwendungsbeobachtung an einem unabhängigen Testinstitut mit 30 Probanden nach einmaliger Anwendung inkl. Feuchtigkeitsmessung nach 48 Stunden und subjektivem Fragebogen nach 20 Minuten. Zustimmungquote in %. 97% der Probanden beurteilen die kosmetischen Eigenschaften des Produktes als gut oder sehr gut.
Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

tetesept Hühneraugen Salbe Intensiv Anwendungsgebiete:

tetesept Hühneraugen Salbe Intensiv ist ein Arzneimittel, das bei vermehrter Hornhautbildung (Hyperkeratosen), Hühneraugen (Clavus) und Schwielen (Kallus) angewendet wird. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.



INKLUSION SIEGT

Vom 4. bis 6. Juni fanden die Special Olympics Landesspiele Niedersachsen in Hannover statt. ROSSMANN-Auszubildende Ronja Fett war beim Sport-Event für Menschen mit geistigen und mehrfachen Einschränkungen dabei – und tief beeindruckt

TEXT Barbara Spielhagen



DABEISEIN IST ALLES

Die Geschwister Marlene und Julius Dietrich (ganz li.) trugen als Botschafter der Landesspiele die Fackel. Sie traten gemeinsam beim Tennis an. Weitere Disziplinen waren u. a. Judo, Schwimmen, Handball und Fußball



HELPERINNEN
Die ROSSMANN-Auszubildenden Ronja Fett (li.) und Svea Schmalfeldt unterstützten die Aktionsmeile

Es ist schon sehr cool, dass uns ROSSMANN die Möglichkeit bietet, während der Ausbildung an Events teilzunehmen“, sagt Ronja Fett, Auszubildende im Groß- und Außenhandel bei ROSSMANN in der Zentrale Burgwedel. In diesem Fall hieß das für die 22-Jährige: drei Tage als freiwillige Helferin bei den Special Olympics Landesspielen Niedersachsen in Hannover dabei zu sein. Was die junge Frau

dort erlebte, hat großen Eindruck hinterlassen. „Die Atmosphäre war so toll, alle waren offen und freundlich, immer sofort per Du. Wir waren eine große Familie“, erzählt Ronja beeindruckt.

Zusammen mit 24 weiteren Auszubildenden engagierte sie sich auf der Aktionsmeile an den Ständen ihres Arbeitgebers wie beispielsweise der Fußballwand, der Candy-Bar oder im ▶



Foto-Bulli. Weltweit sind die Special Olympics die größte Sportveranstaltung für Menschen mit geistiger und mehrfacher Einschränkung – schon seit Jahren unterstützt ROSSMANN als Top-Sponsor die Landesspiele Niedersachsen der Special Olympics. Vom 4. bis zum 6. Juni trafen sich in Hannover mehr als 1.000 Athletinnen und Athleten, die in acht Disziplinen im Wettkampf gegeneinander antraten. Ihr Motto: „Ich will gewinnen, doch wenn ich nicht gewinnen kann, so will ich mutig mein Bestes geben.“ Was Ronja Fett in diesem Zusammenhang besonders auffiel, war die sportlich-faire Haltung der Sportler: „Wenn jemand verloren hat, war er nicht traurig, sondern konnte sich über den Sieg des anderen freuen“, sagt sie. Und so erlebte Ronja selbst, was ROSSMANN in seinem Engagement zur Sportförderung antreibt: „Sport ist so viel mehr als nur körperliche Bewegung – Sport bringt Menschen zusammen, fördert die Gemeinschaft und das Miteinander“, sagt Raoul Roßmann, Sprecher der Geschäftsführung. „Mit den Special Olympics Niedersachsen unterstützen wir gelebte Inklusion.“ ●

RAHMENPROGRAMM

Besucher und Athleten erwartete ein buntes Angebot auf der Aktionsmeile: ob Erinnerungsbilder im Foto-Bulli machen (von oben nach unten) oder auch Einkaufswagenweitwurf (oben re.)



ADULTS WELCOME



BOTANICALS™



10328

Rosenstrauß

Ab 18 Jahren.

SPEED
CHAMPIONS



77242 Ferrari SF-24

F1® Rennauto

Ab 10 Jahren.



The F1 logo, FORMULA 1, F1, GRAND PRIX and related marks are trademarks of Formula One Licensing BV, a Formula 1 company. All other trademarks, logos and copy rights, including those of the teams featured, are the property of their respective owners. All rights reserved. OFFICIAL LICENSEE OF FORMULA 1®



Artikel nur in Filialen mit Spielwarensortiment erhältlich.

Ihre nächste Filiale mit Spielwarensortiment finden Sie auf [rossmann.de/filialfinder](https://www.rossmann.de/filialfinder).

LEGO und das LEGO Logo sind Marken der LEGO Gruppe. © 2025 The LEGO Group.



Mit
WERTSCHÄTZUNG

Miteinander
jeden Tag besser machen!

In einem Umfeld, das an dich glaubt.
Hier kannst du wachsen, Neues lernen
und wirst gesehen – als Mensch und
Teammitglied.

Jetzt bewerben!
jobs.rossmann.de



START-UP

Aufregend knuspriges Umami-Topping versprechen die Macher von Pretty NamNam. Was sich dahinter verbirgt und was den Gründern sonst schmeckt

WIR SIND DIE NEUEN!



SPICY Die „Chili-Crisp-Toppings“ von Pretty NamNam gibt's in „Classic“, „Lemon-grass“ und „XO-Style“



Chili-Crisp ist eine Mischung aus frittierten Chiliflocken, Zwiebeln, Knoblauch und Gewürzen in Öl von der Marke Pretty NamNam. So lustig der Name des Start-ups aus Darmstadt klingt, so ernst ist es den Geschäftsführern Jan Compernass-Küffner und Sebastian Koch mit ihrem Topping („zum Löffeln über alles“): Die Würzsoßen in den Sorten „Classic“, „Lemon-grass“ und „XO-Style“ versprechen eine wahre Geschmacksexplosion. Jan war zuvor in einer Agentur tätig, Sebastian hatte bereits Gründererfahrung mit einem Start-up für fermentiertes Gemüse.

Wo auf der Welt schmeckt es Ihnen am besten?

J. C.-K.: Weil ich Familie in New York City habe, gehen wir dort oft

Erhältlich auf rossmann.de

Du hast ein innovatives, marktreifes Produkt entwickelt, das unser Sortiment optimal ergänzt? ROSSMANN bietet dir die Möglichkeit, in den Filialen und/oder im Onlineshop gelistet zu werden. Mehr Infos: rossmann.de/innovationlab



ENTDECKER Sebastian (li.) und Jan (re.) suchen überall auf der Welt nach kulinarischen Trends

auf kulinarische Streifzüge. Ich persönlich liebe vor allem die koreanische und die mexikanische Küche, beides absolut authentisch.

S.K.: Ich mag asiatische und indische Gerichte, doch am Ende schmeckt es mir in Frankreich und Italien am besten.

Was steht auf Ihrer jeweiligen Reise-Bucketlist ganz oben?

J. C.-K.: Georgien – mich interessieren die Geschichte des Weinanbaus und die Weingüter dort.

S.K.: Am liebsten würde ich zwei bis drei Wochen in Mexiko-City verbringen und tief in die lokale Foodszene eintauchen.

Gründen ist herausfordernd. Wie entspannen Sie?

J. C.-K.: Zum Abschalten fahre ich am liebsten mit Frau und Kindern in unser Ferienhäuschen im Spessartwald. Dort ist kein Handyempfang – man kann sich voll und ganz der Gartenarbeit oder dem Kochen am offenen Feuer widmen.

S.K.: Ich entspanne beim Lebensmitteleinkauf und Kochen. Außerdem verbringe ich viel Zeit in der Natur – am liebsten mit Hund. ●



Exklusive
enerBiO-
Rezeptideen

KERNIGE SNACKS FÜR UNTERWEGS

Nüsse und Saaten liefern beste Nährstoffe
für den Tag. Mit diesen Rezepten werden
Picknick und Pause zum „GeNuss“!

FOTOS *Mona Binner*
REZEPTE & FOODSTYLING *Julia Luck*

No-Bake-Snackballs
mit Peanut Butter (S. 66)

Herzhafte Protein-Muffins

🍪 6 Stück ⌚ 60 Min.

Zutaten: 20 g enerBiO Kürbiskerne, 50 g enerBiO Nussmix geröstet & ohne Salz, 5 enerBiO Getrocknete Tomaten in Öl, 75 g enerBiO Dinkelmehl Type 630, 25 g enerBiO Mandelmehl, ½ Pck. enerBiO Backpulver, 1 TL enerBiO Chiasamen, 1 TL enerBiO Italienische Kräuter, enerBiO Schwarzer Pfeffer, 50 g Schafskäse, 50 g Quark oder Skyr, 1 Ei, 30–40 ml Sprudelwasser, Salz

So geht's:

1. Kürbiskerne und Nüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Abkühlen lassen. Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen und klein schneiden. Den Schafskäse würfeln.
2. Mehl, Mandelmehl, Chiasamen, Kräuter und Nüsse in einer Schüssel vermengen. Den Quark (Skyr), Ei und Sprudelwasser zugeben und alles gründlich verrühren. Tomaten, 2 EL Tomatenöl und Schafskäse unterheben, mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Den Teig in sechs Förmchen füllen und bei 180 °C Ober-/Unterhitze auf mittlerer Schiene ca. 25–30 Min. goldbraun backen. Herausnehmen und (lauwarm) abkühlen lassen. ▶



„Proteinreiche Snacks wie z. B. Nüsse machen lange satt. Daher sind sie für mich ideale Begleiter bei Ausflügen.“

Alvina Lily Robinson,
Content Marketing
bei ROSSMANN



Walnuss-Brokkoli-Salat mit Goji-Beeren (Seite 68)

KORB LANDHAUS
von flink & sauber,
der spülmaschinen-
taugliche
Ordnungshelfer mit
praktischen Griffaus-
sparungen macht auf
der Picknickdecke
eine gute Figur



No-Bake-Snackballs mit Peanut Butter

🕒 12-14 Stück 🕒 45 Min.

Zutaten: 60 g enerBiO Haferflocken Großblatt,
20 g enerBiO Mandeln, 2 EL enerBiO Ahornsirup Grad A, 120 g enerBiO Soft Datteln,
40 g enerBiO Peanut Butter Crunchy, 30 g enerBiO Nussmix geröstet & ohne Salz,
30 g enerBiO RAW Chocolate mit Dattelsüße (85 % Kakaoanteil), Salz

SNACKBOXEN-SET
von flink & sauber,
hervorragend zum
Frischhalten von
belegten Broten,
Snacks oder Obst

SERVIETTEN
von alouette. Dreilagig,
feinste Qualität aus
Tissue, angenehm weich
und reißfest

Tipp

In einem luftdichten Behälter und im Kühlschrank aufbewahrt, sind die Snackballs bis zu zwei Wochen haltbar



So geht's:



1 In einer mittelgroßen Pfanne die Haferflocken ohne Fett bei geringer Hitze rösten (ca. 2-3 Min.), bis sie an den Rändern leicht gebräunt sind. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.



2 In einem leistungsstarken Mixer Mandeln, Ahornsirup, Datteln und Salz pürieren. Dann die Peanut Butter unterrühren.



3 Nüsse und Schokolade fein hacken und mit der Hälfte der Haferflocken unter die Masse heben.



4 Die Masse zu zwölf bis 14 Kugeln rollen, in den restlichen Haferflocken wälzen und mindestens 30 Min. kühlen, bis sie fest sind.



Walnuss-Brokkoli-Salat mit Gojibeeren (im Glas)

4 Portionen ⌚ 60 Min.

Zutaten: 150 g enerBIO Rote Linsen, 1 TL enerBIO Gemüsebrühe, 50 g enerBIO Walnussbruch, 6 EL enerBIO Natives Olivenöl extra, 3 EL enerBIO Apfelessig naturtrüb, 1–2 EL enerBIO Agavendicksaft, 2 EL enerBIO Gojibeeren, enerBIO Schwarzer Pfeffer, 500 g Brokkoli, 1 rote Paprika, 2 Knoblauchzehen, 1 Avocado, Salz

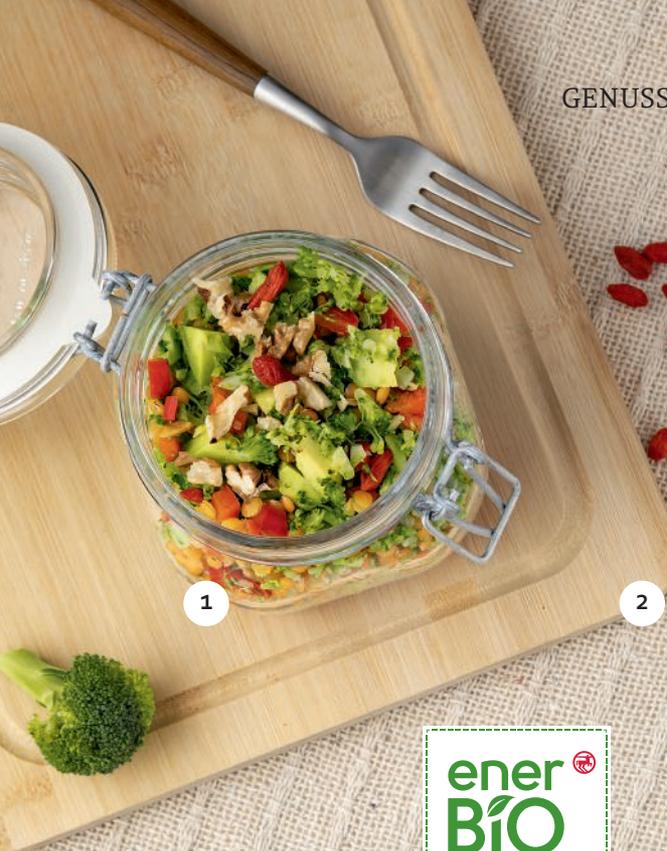
So geht's:

1. Linsen nach Packungsanleitung in Gemüsebrühe knapp gar kochen, damit sie nicht zerfallen. In ein Sieb abgießen, kalt abspülen und abtropfen lassen. Walnussbruch kurz in einer Pfanne ohne Fett anrösten, beiseitestellen.
2. Brokkoli waschen, Röschen vom Strunk schneiden, Strunk schälen und fein würfeln. Alles in die Küchenmaschine geben und fein zerkleinern. Paprika waschen, putzen und in kleine Würfel schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Beides mit 2 EL Olivenöl in einer Pfanne 5 Min. anbraten, dabei mit Salz und Pfeffer würzen. Den Brokkoli kurz zugeben und 1 Min. mitbraten. Abkühlen lassen. Avocado halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch würfeln.
3. Fürs Dressing Apfelessig, Agavendicksaft, restliches Olivenöl, ½ TL Salz und etwas Pfeffer verrühren. Bei Bedarf noch etwas Wasser zugeben. Brokkoli-Paprika-Mix in einer Salatschüssel mit den vorbereiteten Zutaten sowie den Gojibeeren und dem Dressing vermengen. In sechs Gläser füllen und mit den gerösteten Walnüssen garnieren. Den Salat mindestens 1 Std. im Kühlschrank ziehen lassen.



Tipp

Statt der „enerBIO Walnüsse“ schmecken in diesem Salat auch die „enerBIO Cashew-“ oder „enerBIO Kürbiskerne“.



1. BONBONGLAS von flink & sauber, zur dekorativen Aufbewahrung z. B. von Lebensmitteln
2. BAMBUS SCHNEIDEBRETT von flink & sauber, robust aus FSC®-zertifiziertem Bambus
3. NATIVES OLIVENÖL EXTRA von enerBIO, erste Güteklasse – direkt aus Oliven ausschließlich mit mechanischen Verfahren gewonnen
4. GOJIBEEREN von enerBIO, mit fruchtig-feinherbem Aroma, verfeinern Müsli und Snacks
5. WALNUSSBRUCH von enerBIO, knackige Protein- und Magnesiumquelle mit hohem Gehalt an ungesättigten Fettsäuren

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: auf der Produkseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen. Die nächstgelegene Filiale finden Sie unter rossmann.de/filialfinder

65
JAHRE



Mitfeiern & gewinnen

mit unseren Toilettenpapieren und Haushaltstüchern



GEWINNE

im Gesamtwert von
65.000 €

JETZT SCANNEN!



Veranstalter des Gewinnspiels ist Essity Germany GmbH; Sandhofer Straße 176 D-68305 Mannheim. Die Teilnahme ist vom **01.07.2025 bis zur Auspielung aller Gewinne, spätestens 31.12.2025** über Aktionscodes in den Zewa Aktionsprodukten zum 65. Geburtstag für alle ab 18 Jahren mit Wohnsitz in Deutschland möglich. Voraussetzung für die Teilnahme ist der Kauf eines Aktionsproduktes, Scannen des QR-Codes und das Eingeben des Aktionscodes (zu finden auf Aktionsprodukten) sowie der persönlichen Angaben in dem dort zu findenden Onlineformular.

Gewinner werden per Zufallsprinzip ausgelost. Eine Barauszahlung kann nicht erfolgen; der Gewinn ist nicht übertragbar. Weitere Informationen und die vollständigen, zustimmungsbedürftigen Teilnahmebedingungen und Datenschutzbestimmungen finden Sie per QR-Code rechts auf der Seite oder unter www.zewa.de/65.



EINFACH GÖTTLICH

Polenta oder Popcorn, Flakes oder Tortilla: Kaum ein Korn ist so köstlich und wandelbar wie Mais

TEXT *Ines Hennenberg*

Hochspannung auf der Kinoleinwand? Da hilft vielleicht ein Griff in die Tüte: Popcorn ist nicht nur köstlich, sondern das Knabbern beruhigt – wenn auch nicht unbedingt die Sitznachbarn. Beliebt ist Mais zudem am Morgen in Form von Cornflakes, bekannt gemacht ab 1897 vom amerikanischen Arzt John Harvey Kellogg.

Rund um den Globus erfreut die goldgelbe Getreideart aus der Familie der Süßgräser die Gaumen, mal als Mus (Polenta), mal als Teigfladen (Tortilla). Kaum ein anderes Korn kann so vielseitig verwendet werden, etwa als Gemüse vom Grill, im Salat, als Öl, Sirup, in Keksen, Brot oder Bier. Weltweit zählt es heute zu den wichtigsten Nahrungspflanzen. Allein in Deutschland werden rund 2,5 Millionen Hektar angebaut. Nach Weizen ist die Feldfrucht damit die zweitwichtigste Kulturpflanze hierzulande. Der Großteil ent-

fällt zwar auf Silo- bzw. Futtermais, der gehäckselt als Viehfutter oder der Biogasgewinnung dient. Aber Milch und Fleisch auf dem Teller wären ohne Mais nicht denkbar. In direkter Form essen wir meist Körner- oder Zuckermais. Er kommt am Kolben, als Einzelkorn aus der Dose oder als Maisstärke – etwa als Bindemittel in Soßen und Desserts – daher. 2024 wurden in Deutschland rund 4,9 Millionen Tonnen Körnermais geerntet.

Ursprünglich stammen die gelben Kolben aus Mexiko. Dort begannen Indigene bereits vor rund 9.000 Jahren, das Wildgras Teosinte zu kultivieren, und verwandelten es durch Auslese in das, was wir heute als Mais kennen. Er galt in einigen Kulturen Amerikas als heilig; die Maya verehrten einen eigenen Maisgott. Ihren Schöpfungsmythen zufolge wurden die ersten Menschen aus Mais geformt. Die

indigenen Nordamerikaner waren es auch, die Mais bereits zu Popcorn pufften, es also unter Einwirkung von Hitze und Druck aufblähten und als Snack servierten.

Nach der Entdeckung Amerikas trat das Korn seinen Siegeszug rund um die Welt an. Christoph Kolumbus brachte es nach Europa, wo es rasch einen Stammplatz in den Küchen erhielt. Heute wird Mais auf allen Kontinenten außer der Antarktis angebaut und ist mit über 1,2 Milliarden Tonnen pro Jahr das weltweit meistproduzierte Getreide – noch vor Weizen und Reis. Und es gibt die Kolben längst nicht mehr nur in Gelb: Je nach Sorte können sie leuchtend rot, violett, blau oder mehrfarbig schillern.

Auch ernährungsphysiologisch hat Mais, von Natur aus glutenfrei, einiges zu bieten. Die Körner liefern viel Energie, denn sie bestehen zum Großteil aus Kohlenhydraten (Stärke) und enthalten Ballaststoffe – wichtig für eine gute Verdauung. In den Körnern stecken außerdem Provitamin A, Vitamin E sowie B1, B2 und B6. An Mineralstoffen bringen sie unter anderem Magnesium, Kalium, Eisen und Phosphor mit.

Übrigens – und damit sind wir wieder beim Kino: In frühen Hollywoodfilmen wurden Cornflakes als Kunstschnee eingesetzt, weil sie in den Schwarz-Weiß-Filmen wie Schneeflocken aussahen. ●



Oma Heidis Tipp

Meine Enkel lieben meine Maispuffer! Ich bereite den Teig aus gekochten Maiskörnern mit Dinkel- und Kichererbsenmehl, ein bisschen Wasser und Pflanzen-Drink zu, würze mit Salz und Pfeffer und brate ihn portionsweise schön knusprig. Fertig ist der leckere Snack! Kalt auch ein prima Proviant für unterwegs oder zum Picknick.



Der Mais ist heiß

NL-BIO-001



SO SCHÖN GELB
„enerBio Sonnenmais“ überzeugt mit seinem leicht süßlichen und vollmundigen Geschmack. Verzehrfertig! 400 g

BE-BIO-02



BITTE ZUGREIFEN
Knusprig und lecker: „enerBio Tortilla Chips Meersalz“ schmecken mit und ohne Dip. Tipp: Salsa selbst machen! 125 g

CZ-BIO-001



KNABBERSPASS
„enerBio Maiswaffeln Meersalz“ schmecken pur oder mit leckerem Aufstrich, Aufschnitt oder Gemüse. 115 g

CZ-BIO-001



SÜSS TRIFFT SALZIG
Das Beste aus beiden Welten: „Heimatgut Bio Popcorn süß & salzig“ aus Vollkornmais mit Kokosöl, 90 g

DE-ÖKO-039

Nr. 1 Marke
in Deutschland*

Das richtige Omega-3 für dich



Für
Kinder ab
4 Jahren

** Das Omega-3 Kids findest du im Kindervitamineregale.



Besuchen Sie die Doppelherz-Markenseite auf [rossmann.de](https://www.rossmann.de)



* Doppelherz ist die Top 1 Marke in der Kategorie Allgemeine Gesundheitsmärkte im Lebensmitteleinzelhandel + Drogeriemarkt im Zeitraum April 2024 bis März 2025

Quelle: NielsenIQ Market Track, AGM, Umsatz, Deutschland (Copyright © 2025, NielsenIQ (Germany) GmbH)

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf [rossmann.de](https://www.rossmann.de) oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktsseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

W



Wie kommt die Farbe in den Wein?

Kirsch- oder purpurrot,
strohgelb oder bernstein,
lachs-rosé, grünlich
oder fast schwarz ...
Die Welt der Weine ist
schön farbig

TEXT *Kirsten Lehmkuhl*

Weiß-, Rosé- und Rotweine beherrschen das Spiel der Nuancen. Meist sorgen die Schalen der Beeren für den passenden Ton. Sie sind es, die neben Vitaminen, Mineralstoffen, Aromen und Tanninen eben auch Farbstoffe enthalten. Dass diese es mitunter in sich haben, stellen sie besonders bei tiefdunklen Rotweinen unter Beweis.

Nun ist das Fruchtfleisch und damit der Saft der Beeren in der Regel hell. Das gilt nicht nur für Weißwein-, sondern auch für Rotweintruben. Kommt bei der Verarbeitung aber der Most von dunklen Beeren mit den Schalen in Kontakt, lösen sich daraus die Pigmente und sorgen für ein entsprechendes Kolorit. Je länger diese Begegnung dauert, desto intensiver präsentiert sich anschließend die Farbe des Rotweins. Verantwortlich sind dafür die so genannten Anthocyane. Sie stecken in der Haut von roten Trauben, aber auch generell in den Schalen von dunklem Obst wie etwa Blaubeeren. Sie sind nicht nur wahre Weinfärbechampions, sondern genießen darüber hinaus als gesunde, sekundäre Pflanzenstoffe einen ausgesprochen guten Ruf.

Weißweine stellen die Winzer in der Regel aus hellen Beeren her – ohne ein Stelldichein mit den Traubenschalen. Sie leuchten meist gelblich, mitunter mit grünen Reflexen im Glas. Wenn es sich allerdings um einen Blanc de Noirs (französisch für „Weißer aus schwarzen“) bzw. einen Blanc de Rouges („Weißer aus roten“) handelt, dann sieht das Ganze etwas anders aus. Diese Weißweine nämlich sind, anders als ihre Kollegen, aus dunklen Trauben gekeltert. Der Most verbringt nur eine sehr kurze Zeit gemeinsam mit den Schalen, die Tropfen zeigen am Ende eine äußerst zarte Rosé-Nuance.

Und der Rosé? Er wird normalerweise ebenfalls aus Rotweintruben produziert, auch sein Most hat

ein Tête-à-Tête mit den Schalen. Da dieses Zusammentreffen länger dauert als etwa bei einem Blanc de Noirs, aber deutlich kürzer ist als bei einem Rotwein, ist die Farbgebung so unterschiedlich ausgeprägt.

Rotlinge als Rosé-Variante

Keine Regel ohne Ausnahme: Denn es gibt tatsächlich auch rosé schimmernde Rebsäfte aus roten und weißen Trauben. Rotlinge heißen sie in Deutschland, in Württemberg nennt man sie auch Schillerwein. Was zeigt: Der Wein-Kosmos ist bunt!

Die baden-württembergische Felsengartenkellerei Besigheim eG bietet eine sehr interessante Auswahl, die Sie in den ROSSMANN-Filialen finden

1. Rêve de Noir: Ein Traum, dieser runde, vollmundige Wein aus reifen, farbintensiven Rotweinrebsorten wie Cabernet Dorsa und Acolon. Er zeigt Aromen von schwarzen Johannis- und Brombeeren, dazu gesellen sich feine Tannine. Der lange Kontakt von Most und Schalen sorgt für seine tiefdunkle Farbe.

2. Noir & Blanc: Ein Rotling aus sonnenverwöhnten Rot- und Weißweinträumen, wobei der Anteil an Rotweinträumen überwiegt. Das Ergebnis ist ein spritzig-fruchtiger, lachsfarbener Wein, mit Anklängen an Erdbeeren, Himbeeren und Zitrusfrüchte.

3. Blanc de Rouge: Wenige farbintensive Rotweinrebsorten wie Trollinger bilden zusammen mit Spätburgunder die Basis für diesen mittelkräftigen Wein. Klassisch wie ein Weißwein gekeltert, zeigt er im Glas ein strahlend helles Grün mit zarten rosa Reflexen. Im Gaumen beeindruckt er mit Fruchtnoten von Kirsche, Johannisbeere und Erdbeere sowie durch ein ausgewogenes Spiel aus Süße und Säure. ●

AUS DEM PORTFOLIO
DER FELSENGARTENKELLEREI
BESIGHEIM



Die auf diesen Seiten vorgestellten Produkte haben eine Füllmenge von 0,75l

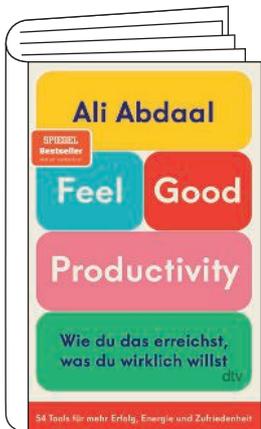
NEUE BÜCHER
BEI ROSSMANN

Ganz großes Blättern!

Ob kluge Ratgeber,
witzige Kinderbücher
oder herzerwärmende
Romane – hier ist
für jede Stimmung
und jedes Alter
etwas dabei



ZUM NACHDENKEN



ANTI-BURNOUT

Weniger Stress, mehr Fokus und endlich Zeit für das, was wirklich zählt – wer wünscht sich das nicht? Mit der „Feel-Good-Methode“ zeigt der „New York Times“-Bestsellerautor Ali Abdaal, wie Produktivität ohne Druck gelingt. Das Buch liefert 54 praktische Strategien und umsetzbare Tipps, damit wir mehr Zeit und Energie für die Dinge haben, die uns erfüllen, statt gehetzt durchs Leben zu rennen. „Feel-Good Productivity“ von Ali Abdaal, dtv, 272 S., 13 Euro



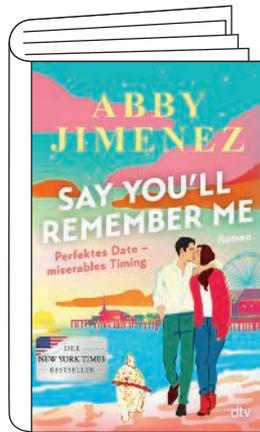
MEHR ENERGIE

Schmerzfrei, gesund und glücklich bleiben, statt nur tapfer alt zu werden: Die „Spiegel“-Bestsellerautoren zeigen mit jeweils sieben Übungen, wie sich mit gezielter Bewegung, bewusster Ernährung und mentaler Stärke das Wohlbefinden aktiv beeinflussen lässt. Für ein langes Leben ohne Schmerzen und voller Energie. „Lange gut leben“ von Roland Liebscher-Bracht, Dr. med. Petra Bracht und Christoph Glaser, Mosaik Verlag, 480 S., 23,99 Euro

ZUM VERLIEBEN

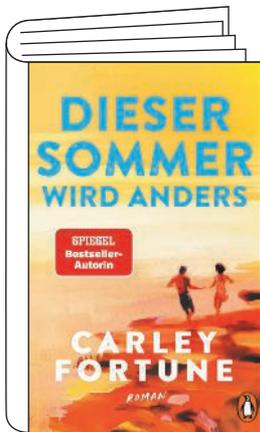
FALSCHES TIMING

Was für Samantha nur ein letzter, unterhaltsamer Abend sein sollte, wird zum perfekten Date. Der Tierarzt Xavier hat alles, was sie sich jemals von einem Partner gewünscht hat. Doch das Timing ist katastrophal: Am nächsten Tag zieht sie ans andere Ende des Landes, um ihre demenzkranke Mutter zu pflegen. Eine Beziehung scheint ausgeschlossen – oder doch nicht? „Say You'll Remember Me“ von „New York Times“-Bestsellerautorin Abby Jimenez, dtv, 432 S., 16 Euro



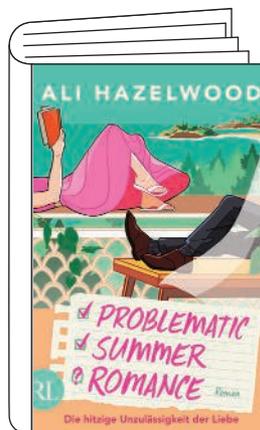
ALTE LIEBE

Lucy folgt ihrer besten Freundin Bridget auf die idyllische Prince Edward Island – neun Tage vor deren geplanter Hochzeit. Sie soll Bridget zur Vernunft bringen und zurück nach Toronto holen. Vor Ort trifft Lucy auf Felix, Bridgets Bruder – und ihre einstige Sommerliebe. Zwischen alten Gefühlen und einem gebrochenen Versprechen wird schnell klar: Nichts ist mehr so wie geplant. „Dieser Sommer wird anders“ von Carley Fortune, Penguin, 448 S., 13 Euro



SOMMERKNISTERN

Die Studentin Maya und der deutlich ältere Conor, erfolgreicher Unternehmer und bester Freund ihres Bruders, könnten gegensätzlicher kaum sein. Trotz aller Widerstände kann Maya ihn einfach nicht vergessen. Als sie bei der Hochzeit ihres Bruders auf Sizilien gezwungen sind, Zeit miteinander zu verbringen, bahnt sich eine Sommerromanz an. „Problematic Summer Romance – Die hitzige Unzulässigkeit der Liebe“ von Ali Hazelwood, Rütten & Loening, 496 S., 18 Euro



THE NEW WAY TO LASH
FALSCARA®

Wimpern-Alarm:
DIY Professionelle
Wimpernverlängerung
in Salon-Qualität



• Bis zu 14 Tage stärker halt •
14
• mit dem OVERNIGHTER •

Bring the Salon Home
KISS®



Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich.
Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen:
Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

FÜR KIDS

SPIEL MIT MIMI

Fast zehn Jahre lang arbeitete die Autorin Juliana Motzko als Kunstlehrerin, bevor sie sich ganz der Illustration zuwandte. Die kleine Maus Mimi lädt zum Verstecken ein – und freut sich frech kichernd über jeden neuen Mitspieler. Begleite sie über den Bauernhof; hast du sie schon entdeckt? Dank Fingerpuppe mit Sound wird das Vorlesen zum Mitmacherlebnis für Kinder ab zwölf Monaten. „Meine sprechende Fingerpuppe: Was sagt die Maus?“ von Juliana Motzko, ars-Edition, 16 S., 12,99 Euro

TIERISCH MÜDE

Wo schläft der kleine Bär? Natürlich in der Hängematte zwischen den großen Bäumen. Wer gähnt denn da so süß? Der kleine Bär Bruno sagt im Wald all seinen Freunden „Gute Nacht“ und lädt die Kleinsten zum Mitmachen ein. Eine interaktive Fingerpuppe mit Sound sorgt für Spiel, Spaß und erste Vorlesemomente. Dank An- und Ausschalter bleibt der Hörspaß flexibel steuerbar. „Meine sprechende Fingerpuppe: Was sagt der Bär?“ von Juliana Motzko, ars-Edition, 16 S., für Kinder ab zwölf Monaten, 12,99 Euro

TEPPICH TO GO

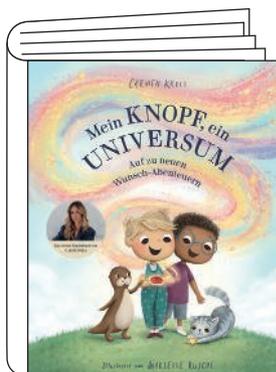
Ob zu Hause, im Urlaub oder bei Oma: Dieses praktische Leporello-Pappbuch lässt sich im Handumdrehen in einen großen Spielteppich mit wimmeligen Szenen voller Baustellen, Bagger und Autos verwandeln. Ideal für kleine Bauprofis ab zwei Jahren – einfach aufklappen, losspielen und genauso schnell wieder einpacken. Auch als tolles Mitbringsel für Kinder, die ihr Spielzeugauto immer dabei haben. „Mein Spielteppich-Buch. Baustelle“ von Juliana Kralik, Oetinger Verlag, 24 S., 15 Euro

MEHR FLÄCHE!

... und mit Anlegen des zweiten Bands der Reihe lässt sich die Baustelle nahtlos rund ums Thema Stadt erweitern. Hier gibt es jede Menge Häuser, Geschäfte, Spielplätze und Straßen. Kleine spannende Suchaufgaben ergänzen die Wimmelszenen: Wer findet die geheime Flaschenpost? Und wen hat der Polizeihund denn da so genau im Blick? Die ausgeklappte Fläche beträgt 60 x 80 cm. „Mein Spielteppich-Buch. Stadt“ von Juliana Kralik, für Kinder ab zwei Jahren, Oetinger Verlag, 24 S., 15 Euro

WÜNSCH DIR WAS

Im zweiten Band rund um Tilli und ihre Freunde geht das magische Abenteuer weiter: Mithilfe eines geheimnisvollen roten Knopfs, der Wünsche erfüllt, wenn man ganz fest an sie glaubt, tauchen Tilli, Otti, Jola und Isaiah erneut in fantasievolle Welten ein. Tilli möchte einen Regenbogen berühren, Otti geht auf Weltreise, und Isaiah tritt im Zirkus auf. Dabei vergessen sie nie: Das schönste Abenteuer ist es, die allerbesten Freunde zu haben! „Mein Knopf, ein Universum: Auf zu neuen Wunsch-Abenteuern“ von Carmushka/Carmen Kroll und Marielle Rusche (Illustrationen), für Kinder ab vier Jahren, Community Editions, 56 S., 15,90 Euro





Silberfischchen-freies Bad!

„In unserem Badezimmer fühlen wir uns wohl – dank der wirksamen Silberfischchen-Köderfalle von Aeroxon.“

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.



Aeroxon Insect Control GmbH
Bahnhofstraße 35 | 71332 Waiblingen

FAVORIT

Jeden Monat stellen wir ein Team-Mitglied von ROSSMANN samt Lieblingsprodukt vor. Diesmal: Sabine Hartmann (31), Teamleitung Store Design in der Zentrale Burgwedel



Gemeinsam
viel bewegen.
Mit den Jobs bei
ROSSMANN.
Jetzt bewerben!



DAS WIR
LIEBT
ZÄHLEN

In Ihrem Arbeitsbereich steht ja ein großes Ereignis an: Die Filialen bekommen ein neues Gesicht. Erzählen Sie mal!

Sabine Hartmann: Ja, gemeinsam mit dem Ladenbau haben mein fünfköpfiges Team und ich uns in den letzten anderthalb Jahren sehr intensiv mit unserer Markenidentität beschäftigt. Wir überlegten, wie wir den Einkauf für unsere Kunden zu einem echten Erlebnis machen können und durften die Filialen entsprechend neu gestalten. Eine so spannende Aufgabe!

Können Sie uns schon Details verraten? Worauf dürfen sich die Kunden freuen?

Es wird auf jeden Fall sehr farbenfroh werden, aber auch eine warme und gemütlich Wohlfühlatmosphäre haben. Mit Farben kann man so unglaublich viel erreichen. Sie sind wie eine eigene Sprache, die Emotionen erzeugt. Blau wirkt beruhigend, Gelb fördert



LT-ÖKO-001
KNABBEROBST
„Frucht Mix gefriergetrocknet“
mit u. a. Mango,
von enerBiO, 25 g

DE-ÖKO-039

Optimismus und Fröhlichkeit – diese Effekte haben wir bewusst eingesetzt.

Was schätzen Sie besonders an Ihrer Arbeit?

Ich arbeite nun seit zwei Jahren bei ROSSMANN und bin hier wirklich angekommen. Es ist schön, in einem familiengeführten Unternehmen zu arbeiten, in dem es jeden Tag so viel Wärme und Herzlichkeit gibt.

Und was machen Sie in Ihrer Freizeit?

Nichts Digitales! Ich liebe es, mit den Händen zu arbeiten. Häkeln, Acrylmalerei, außerdem gehe ich gerne raus in die Natur. Das ist in der Stadt, in der ich lebe, natürlich nicht so einfach. Aber ich liebe diese Kontraste.

Sie haben freie Auswahl im ROSSMANN-Regal. Was nehmen Sie?

Den „Frucht Mix“ von enerBiO. Die getrockneten Chips streue ich morgens über mein Porridge – und schon schmeckt es bunter!

lavera

NATURKOSMETIK



**BASIS SENSITIVE
DAILY CARE UND Q10**

**SANFTE PFLEGE UND IDEALE
FEUCHTIGKEIT? NATÜRLICH.**

**Jetzt
testen**

 **COUPON**
In diesem Heft oder
in der ROSSMANN-App



Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.



DIE

NEUE

FARBEN-



LEHRE

Der nächste ROSSMANN-Einkauf steht an?
Wir haben viele tolle Produkttipps, fein
sortiert nach Ihren Lieblingsnuancen

FOTOS *Brita Sönnichsen* STYLING *Anka Rehbock*
PRODUKTION *Vanessa Zeeh*

SONNIGE GRÜSSE

1. ZWISCHENDING „Interdental Bürstchen ISO 4“ von prokudent, 32 Stk., in versch. Größen 2. TROPISCH „Bodyspray Golden Sands“ von ISANA, 200 ml 3. TÄGLICH EINE „Naturgeheimnisse Curcuma“** von altapharma, 60 Kapseln 4. FRISCHLINGE „Hydro Gel Augenpads“ von ISANA, 2 Stk. 5. GEGEN BABYHÄRCHEN „Wax Stick“ von ISANA, 25 ml 6. FRUCHTIG „Mangostücke gefriergetrocknet“ von enerBIO, 25 g 7. SOMMERSNACK „Ananasstücke vakuumgetrocknet“ von enerBIO, 25 g 8. WAS GANZ FEINES „Schokolade Orangen Marzipan Zartbitter“ von Das Exquisite, 140 g 9. FIXIERT „Haarlack Freezing Power“ von ISANA, 250 ml 10. WOHLTAT „Fussbadekristalle Bio-Calendula & Bio-Jojobaöl“ von Alterra Naturkosmetik, 600 g

DE-ÖKO-039 | *Nahrungsergänzungsmittel



ROSIGE AUSSICHTEN

1. ABENDMahlZEIT „Bio Milchbrei Hafer“ von Babydream, ab dem 6. Monat, 250 g 2. KLEINES GLÜCK Schokoriegel „Erdbeer-Joghurt Creme“ von Das Exquisite, limitierte Edition, 40 g 3. ZUM ABSCHMINKEN „Mizellen Cleanser Jelly“ von ISANA, 200 ml 4. FRISCHER ATEM „Mundspülung Complete Care“ von prokudent, 500 ml 5. KÖSTLICH „Ganze Himbeeren in Zartbitterschokolade“ von enerBIO, 85 g 6. MEIN MOMENT „Mini Plus Vibrator“ von preventivo 7. PRICKELND „Brausetabletten Zink + Vitamin C“ von altapharma, 20 Stk. 8. GEHT GLATT „Rasierer Pace 6“ von ISANA mit zwei Klingen 9. KLÄREND „Azelain Serum“ von ISANA, 30 ml 10. SANFTE PFLEGE „Intim-Waschlotion Sensitiv“ von facelle, 300 ml 11. ZARTE FORMULIERUNG „Gesichtswasser Bio-Rose“ von Alterra Naturkosmetik, 150 ml ▶



DE-ÖKO-039 | *Nahrungsergänzungsmittel mit Süßungsmitteln; mit Zink und Vitamin C. Bitte außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren



THE HOTTEST GENERATION

Wir sind in den **Wechseljahren.**

Wir sind mitten im Leben.

Und wir sind heiß.



NEU



- ✓ Für die Schweißregulierung¹ & Hormonbalance²
- ✓ Pflanzliche Power aus Mönchspfeffer & Salbei
- ✓ Schnelle Aufnahme über die Mundschleimhaut
- ✓ Hormonfrei
- ✓ Beerig lecker

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Nahrungsergänzungsmittel mit Salbei-Extrakt, Mönchspfeffer-Extrakt und Vitaminen. Salbei unterstützt das Wohlbefinden in den Wechseljahren und trägt zum normalen Schwitzen bei. ²Vitamin B6 trägt zur Regulierung der Hormontätigkeit bei.





BLAUE PHASE

- 1. FÜR BELLO „Feinschmeckerli mit Rind und Geflügel“ von Winston, 60 g
- 2. SPENDET FEUCHTIGKEIT „120h Liquid Moisturizer“ von ISANA, 100 ml
- 3. MIT GEFÜHL „Feelings Kondome extra dünn“*, 24 Stk.
- 4. FÜR DIE KLEINEN „Bio Mini-Zwieback“** von Babydream, 100 g
- 5. SCHÜTZT „Tampon Nacht“ von facelle, 16 Stk.
- 6. BERUHIGT „Kopfhautserum sensitive Pflege“ von ISANA Professional, 150 ml
- 7. ZÜNDENDE IDEE „Feuerzeug“ von Stevenson
- 8. SNACK „Linsen Knusper Ecken“ von enerBiO, 50 g
- 9. CRUNCHY „American Cookie Chocolate Chip Flavour“ von WellMix, 50 g
- 10. SPENDET FEUCHTIGKEIT „Glycerin Serum“ von Alterra Naturkosmetik, 30 ml
- 11. BLAUE AUGEN „Khol Kaja 04 Blue Water“ von Alterra Naturkosmetik, drei Varianten
- 12. VOLLE LADUNG „Powerful Alkaline Batterien AA“ von RUBIN, 4 Stk.

DE-ÖKO-039 | **Medizinprodukt *2 Testergebnis „sehr gut“, Öko-Test Ausgabe 5/2024. Bitte geben Sie unseren „Babydream Mini-Zwieback“ grundsätzlich nicht im Liegen, damit sich Ihr Kind nicht verschlucken kann. Bitte lassen Sie Ihr Kind beim Verzehr nicht unbeobachtet



FRIENDS BY
JOHN FRIEDA®

JELLA HAASE
& GIZEM EMRE

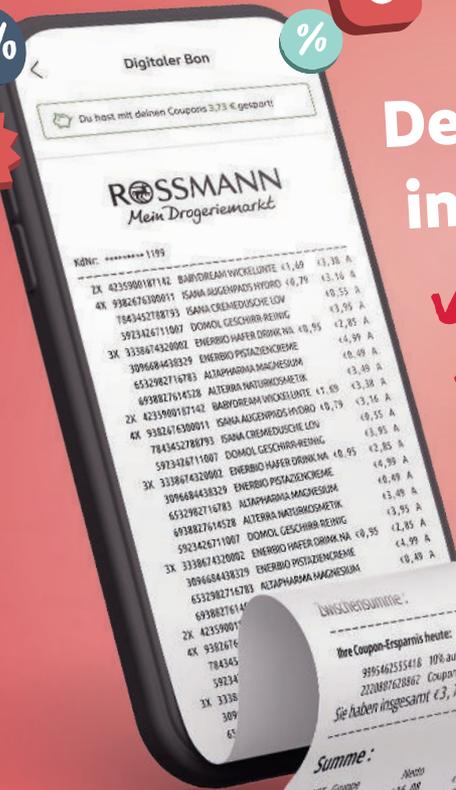


GEMEINSAM GLÄNZEN
MIT SALON-INSPIRIERTER
HAARPFLEGE

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf [rossmann.de](https://www.rossmann.de) oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

*Quelle: Circana; Haarpflege, Marken Segment: Premium; Umsatz in Wert (€); Gesamtmarkt: LEH>= 200 qm + Drogeriemärkte; 2021 - 2024.

Spar dir den Papierkram!



Der digitale Bon
in der ROSSMANN-App

- ✓ übersichtlich
- ✓ bequem
- ✓ nachhaltig



Mehr drin
für dich

App herunterladen, registrieren,
alle Vorteile erhalten!



ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

RÄTSEL

UND
GEWINN-
SPIEL

Center Parcs – das ist die bunte Ferienmischung von nervenkitzelnd bis entspannend. Wir verlosen einen Aufenthalt für bis zu sechs Personen

ein Laubbaum	kurz für: aus dem	▼	Ausruf: hoppla Fehler machen	▼	Staat in Südamerika	Portionierung	▼	männl. Anrede skand. Volk	▼
▶	▼		▼			Gedicht Inhaber (Abk.)	▶	▼	
▶					Fluss d. München	▶			○ 1
ungarischer Reiter-soldat		Wett-kampf Handels-bund (MA.)	▶						
Mega-hertz (Abk.)	▶			Lebens-gemein-schaften Ding (lat.)	▶				Teil des Kopfes
Unter-führung	Zeit-alter	▶				Waldtier	▶	○ 4	▼
▶			○ 5			ein-farbig nicht alt	▶		
Wind-stoß	Him-mels-richtung		Zweck und so weiter	▶				Produkt-strich-code (Abk.)	▼
▶	○ 7			Gottes Gunst Zeit-messer	○ 3				
Verlet-zung durch ein Insekt		Ballett-röckchen Immuni-sierung	▶			Abk.: Gas-turbinen-schiff	▶		unbe-kanntes Flug-objekt
▶				gepflegt, ordent-lich		Kuh-antilope persönl. Fürwort	▶		▼
▶			Ruhe-pause	○ 6				völliges Durch-einander	▼
Frage-wort			norwe-gische Münze	▶	Tanz-lokal (Kw.)				
Abk.: Neupreis	▶								
Prügel (ugs.)	Schnee-beschaf-fenheit Ausruf	▶				lang-schwän-ziger Papagei	▶		Dienst-stelle
▶	▼			nicht ausge-schaltet	▶	Batterie-größen-norm	▶		▼
Abfall, Müll	▶				○ 8	die ‚ewige Stadt‘	▶	○ 2	
Spion	▶					starker Zweig	▶		

C 2508

LÖSUNGSWORT FÜR DAS GEWINNSPIEL:

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---



WASSERSPASS VORAUS

Den Alltag vergessen, Neues erleben, mit den Kindern toben, die Welt des Wassers entdecken: nur vier von vielen Möglichkeiten, die ein Kurzurlaub bei Center Parcs bietet – das ganze Jahr über, bei jedem Wetter. 28 Center Parcs in Deutschland, Frankreich, Belgien, den Niederlanden und Dänemark bieten perfekten Urlaub mit Familie und Freunden. Es erwarten Sie schöne Stunden mit Unterhaltung oder Wellness und Entspannung. Kinder dürfen sich auf Animation, Partys, Indoor-Spielplatz oder den Kidsbauernhof freuen. Viele Leistungen sind inklusive, etwa der tägliche Eintritt ins Badeparadies Aqua Mundo mit Wildwasserbahn. Gewinnen Sie mit etwas Glück einen Center-Parcs-Gutschein, gültig für ein Wochenende oder eine Wochenmitte in einem Park in Deutschland, Belgien oder den Niederlanden – gültig für ein Ferienhaus bis zu sechs Personen Premium.

centerparcs.de

Center Parcs



RICHTIG GERÄTSELT?

Wir verlosen zudem 5 x je einen Einkaufsgutschein für das ROSSMANN-Sortiment

Anzeige

Sudoku | leicht

5			4		9	6	8	2
		4	2					7
	1		7					
	6	5			3	7		
1				9				4
		9	5			8	6	
					7		3	
7					6	1		
2	3	6	9		1			8

Sudoku | mittel

		3	9			4		
	5			3			9	2
	1			8				7
7		1						
	4		1	5	6			2
						8		6
6				1				4
4	2			7				8
		5			4	2		

Die Lösung der Sudokus finden Sie auf Seite 104

Mehr als ein Produkt.

Aus pflanzlichen Quellen

Ohne unnötige Zusätze

neu

Premium-Qualität

Eine ganze Auswahl für dich.

Alles für dein Wohlbefinden – mit Premium-Nährstoffen & mehr von Nature Love. Jetzt bei ROSSMANN.



NATURE LOVE®

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

¹ Vitamin C, Vitamin D, Zink und Selen tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.
² Vitamin B12 trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.

Sudoku | schwer

		1		6	9			
		3	7			4		9
				3			8	
2	4			8		3		
		9		5			6	1
	8			2				
3		2			6	9		
			8	4		6		

So geht's!

Die Teilnahme am Gewinnspiel ist ganz einfach: QR-Code scannen oder rossmann.de/centaur-raetsel besuchen und unser Formular ausfüllen. Sichern Sie sich Ihre Gewinnchance – richtiges Lösungswort nicht vergessen! *
Teilnahmezeitraum: 01.08.2025 bis 31.08.2025

Bitte hier das Lösungswort eintragen



* Der Gewinn ist nicht auf andere Personen übertragbar, nicht verkäuflich und nicht gegen Bargeld einzulösen. An- und Abreise sind ebenso wenig eingeschlossen wie verbrauchsabhängige Nebenkosten. Der Gutschein ist ein Jahr gültig ab Ausstellungsjahr – nur außerhalb der Ferien. Konditionen und Bedingungen zu Upgrades und Ferienterminen finden Sie unter centerparcs.de/gutschein. Teilnahme nur ab 18 Jahren. Die Gewinnbenachrichtigung erfolgt per E-Mail.

Die Lösung im Centaur Juli 2025 lautete:
Miteinander



WÄHLE, WAS WIRKLICH zu dir passt!



FÜR JEDEN KÖRPERBEREICH
DAS PASSENDE PRODUKT



SCHNELLE
ANWENDUNG



SANFTES
GLÄTTEGEFÜHL



Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

BESTE BEGLEITER

Ob Pflege oder kleine Helfer: Diese Produkte aus dem ROSSMANN-Regal machen den Alltag ein bisschen leichter - und schöner. Schon entdeckt?

WOHLTAT
FÜR MUSKELN
UND GELENKE



WOHLTUEND
Für eine entspannende Massage nach körperlicher Aktivität: „altapharma Arnikasalbe“ mit Vitamin E und Arnikaextrakt, 100 ml



FÜR UNTERWEGS
„Rotbäckchen Tetra Kleine Pause Bio“, 200 ml. Bio-Mehrfruchtsaft mit natürlichem Vitamin C*¹. Für eine leckere und gesunde Pause

„Es muss von Herzen kommen, was auf Herzen wirken soll. Wer Ruhe hat, hat Kraft“

Johann Wolfgang von Goethe



ALLES FÜR DIE KATZ
 Aus purer Lust am Verwöhnen: die zwei Dessertvariationen „Winston Schleckerli 4 x mit Lachs & Inulin, 4 x mit Hähnchen & Biotin“, 120 g



MHRFRUCHT PLUS EISEN
 Schmeckt! „Rabenhorst Wohlfühlen mit Eisen“, 125 ml, ist ein Direktsaft – mit Eisen für die normale Bildung roter Blutkörperchen



SCHON GEWUSST?
 Unser Auge kann bis zu zehn Millionen Farben sehen. Das Gehirn braucht nur 13 Millisekunden zur Verarbeitung der Signale. (allaboutvision.com)



AUCH FÜR EMPFINDLICHE AUGEN
 Hilft, Entzündungen zu reduzieren: „Augentropfen Antiallergie“*2 mit dem natürlichen Zellschutzmolekül Ectoin®. Von bestview, 10 ml



ERSTE HILFE
 Lindert Schmerzen sofort: „Dr. Scholl's Schnitt- & Schürfwundenpflaster mit Hydrogel“*3 fördert Heilung und schützt vor Infektion



*Blinde
 Achtsamkeit*



BLUMEN, DIE VERBINDEN
 Der „LEGO® Rosenstrauß“*4 eignet sich ideal als achtsames Bauprojekt mit Freunden oder Familie – für gemeinsame Momente



BILD- SCHÖN ...

... und so besonders sind die Comics, die ihr uns geschickt habt anlässlich des großen Wettbewerbs von „Dein SPIEGEL“ und ROSSMANN



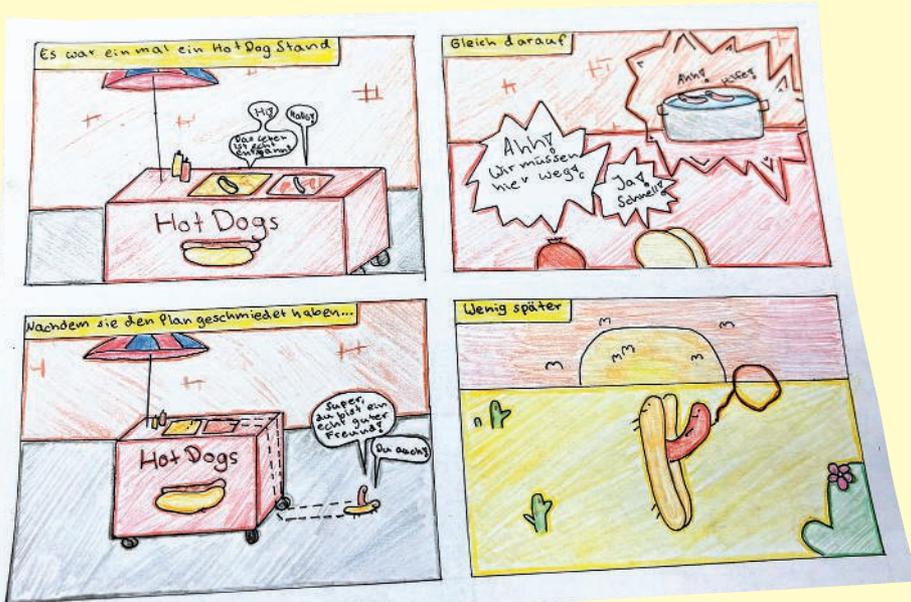
DIE JURY (von links): Comiczeichner Flix, Anna Kentrath von ROSSMANN, Bettina Stiebel von „Dein SPIEGEL“ und Ideen-Profi Fabian Frese

Manche Themen kamen immer wieder vor: schwierige Situationen in der Schule, besonders wegen Mathe oder Mobbing. Aber die meisten Comics handelten davon, wie man in Freundschaften zusammenhält, üble Dinge überwindet oder Abenteuer erlebt. Die Jury war begeistert, wie viele berührende, persönliche und auch lustige Geschichten ihr zu erzählen habt. Was für eine Aufgabe, daraus die wenigen herauszufinden, die einen Preis bekommen sollen. Bewertet wurde übrigens nicht nur das Talent, richtig toll zeichnen zu können. Die Jury hat auf verschiedene Kriterien geachtet. Positiv bewertet wurde zum Beispiel auch, wenn eine stimmige Geschichte erzählt wurde oder die Idee besonders originell oder humorvoll war.

Auf diesen Seiten seht ihr, welche Geschichten zum Thema Freundschaft sich gegen die anderen rund 600 durchgesetzt haben: die allerliebsten Lieblings-Comics der Jury! Herzlichen Glückwunsch an die Gewinner!

8-11
JAHRE

1. Platz:
Martha, 12 Jahre*,
aus Berlin



Hier mochte die Jury den Blick fürs Skurrile, Martha hat um die Ecke gedacht und eine humorvolle Geschichte gezeichnet. Die Komposition des Comics ist toll, die Geschichte ist sorgfältig aufgebaut und aufgezeichnet worden. Insbesondere das Schlussbild fand die Jury genial: Wie Würstchen und Brötchen mit schwingendem Lasso in den Sonnenuntergang reiten.

*Martha hat in der Kategorie 8-11 Jahre mitgemacht, denn sie war bei der Einsendung 11 Jahre alt. Inzwischen ist sie 12 geworden, deshalb ein doppelter Glückwunsch: zum Geburtstag und zum Preis!

2. Platz:
Luke, 9 Jahre,
aus Swisttal



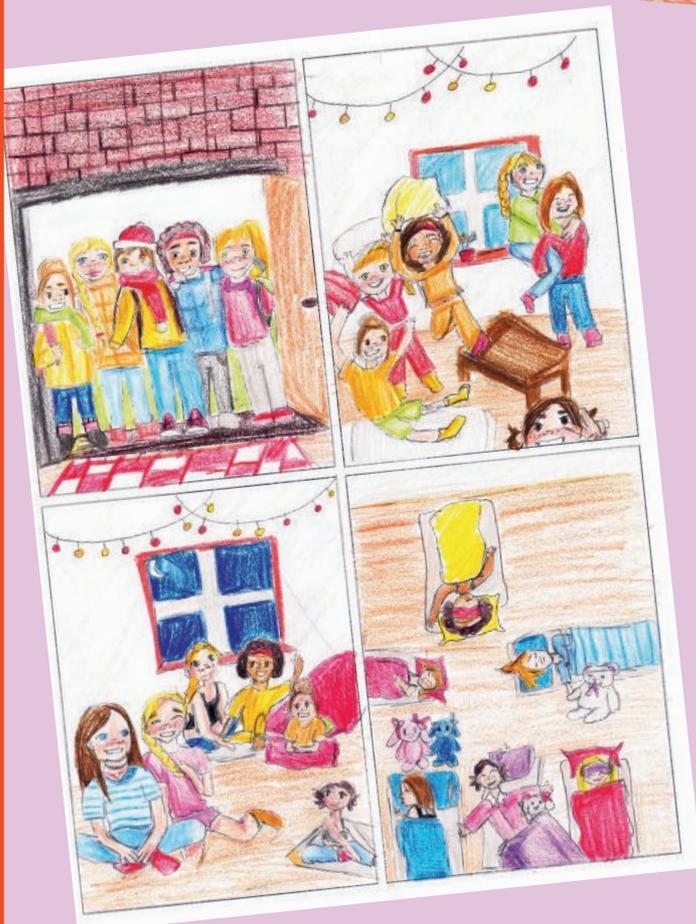
Die Jury war begeistert davon, wie lustig diese Geschichte ist. Luke hat sich Gedanken über den Aufbau gemacht: Der Text ist gut aufgeteilt, die einzelnen Bilder sind aufgeräumt, die Geschichte ist schön erzählt und nachvollziehbar – die Pointe versteht jeder. Luke spielt mit dem Klischee von Tieren: Papageien sprechen, Schildkröten sind langsam. Und es geht darum, wie unterschiedlich Freunde sein können.





3. Platz:
Tom, 10 Jahre,
aus Salzgitter

Dieser Comic erzählt davon, wie nach einem üblen Moment etwas Schönes passiert: wie jemand auf einen Mitschüler zugeht, der etwas Schlimmes erlebt hat und deshalb traurig ist. Und wie tröstlich Freundschaft ist. Die Geschichte hat die Jury berührt.



Sonderpreis:
Liz, 12 Jahre*,
aus Pinneberg



Liz' Zeichnung fiel auf: Die Charaktere sind auf jedem Bild wiedererkennbar, und der Comic ist toll gezeichnet: Die Farbauswahl ist harmonisch, und die einzelnen Bilder erzählen universell von Freundschaft. Der Comic funktioniert sogar ohne Schrift. Man sieht viele Freundschaftsmomente, die jeder für sich funktionieren, und gut ausgearbeitete Charaktere. Man wünscht sich, dass Liz weiterzeichnet: Die Jury ist gespannt, was sie in einigen Jahren malen wird. ▶

*Liz hat in der Kategorie 8–11 Jahre mitgemacht, denn sie war bei der Einsendung 11 Jahre alt. Inzwischen ist sie 12 geworden, deshalb ein doppelter Glückwunsch: zum Geburtstag und zum Preis!

COMIC-WETTBEWERB

DANKE!

FREUNDSCHAFT

Rund 600 Comics habt ihr uns geschickt –
so viele verschiedene Sachen sind euch eingefallen, großartig!
Das Thema des Wettbewerbs, zu dem **DEIN SPIEGEL**
und die Drogeriemarktkette **ROSSMANN** aufgerufen haben,
war in diesem Jahr aber auch wirklich spannend:
Es ging darum, Comics zum Thema Freundschaft zu zeichnen.

Ihr habt euch Geschichten überlegt und sie
mit viel Liebe, Farben, Humor und ganz besonderen
Perspektiven zu Papier gebracht.

Und wir sagen:

DANKE

für all eure Ideen und die Freude,
die ihr uns damit gemacht habt.

Der Jury fiel es nicht leicht, unter allen Einsendungen
die besten Beiträge auszusuchen.

DEIN SPIEGEL **ROSSMANN**
Mein Drogeriemarkt

Wirksamer
Kariesschutz für
jedes Alter

Expedition „Zahngesundheit“

START

Entdecke mit elmex® den Weg
zu einem kariesfreien Leben

2x täglich
Zähneputzen

Fluoridhaltige
Zahnpasta

Regelmäßiger
Zahnarztbesuch

ZIEL:
kariesfrei!

Altersgerechte
Pflegeprodukte

Weitere Tipps & Tricks zur
optimalen Zahnpflege unter
rossmann.de/elmex-Zahngesundheit



Artikel in
ausgewählten Filialen
erhältlich. Um das Produkt zu
finden und die Verfügbarkeit
zu prüfen, einfach auf
rossmann.de oder in der
ROSSMANN-App suchen:
Auf der Produktseite die
Postleitzahl eingeben und
die gewünschte Filiale
auswählen.



12-16
JAHRE



1. Platz:
Leonard, 15 Jahre,
aus Geisa

Die Jury mochte den **eigenständigen Stil** und lobte besonders den Humor. Zitat eines Jurymitglieds: „Ich bin ein ganz, ganz großer Fan!“ Die Jury meinte, dass der Comic von der Art der Zeichnungen schon in manchen Zeitschriften veröffentlicht werden könnte: Es ist ein absolutes Talent erkennbar.



2. Platz:
Linnéa, 14 Jahre,
aus Wahlstedt

Hier sieht man, wie viel Mühe sich Linnéa mit dem Lettering gegeben hat, also mit der Schrift und der Art, wie sie diese gesetzt hat. Es gibt unterschiedliche Sprechblasen, und die Bilder sind ganz sorgfältig gemalt. Die Jury mochte auch die Idee, über die Farbigkeit und Helligkeit zu erzählen, wie sich Anne fühlt.

FREUNDSCHAFT



Manchmal ist Freundschaft die Kraft, die dir hilft, wieder aufzustehen, wenn du aufgeben willst.



3. Platz:
Maria, 12 Jahre,
aus Newried

Was für ein lustiger Comic! Der Jury gefiel, wie viel Witz in nur vier Bildern stecken kann, die Texte sind so humorvoll – ganz besonders die verwirrende Schweigeminute kam gut an. Und die Jury mochte, wie sehr das Lama es selbst ist – es ist wirklich ein sehr cooles Lama. ●

PLASTIK IST KEIN MÜLL!

Es ist mehr wert, wenn wir es recyceln.

Das Recycling möchten wir bei den ROSSMANN-Marken aktiv unterstützen: durch Hinweise zur richtigen Entsorgung auf unseren Verpackungen, durch den Einsatz von recycelten Materialien – wie z. B. recyceltem Plastik – und durch die Recyclingfähigkeit der Verpackungen.



Erfahrt mehr auf [rossmann.de/rezyklat](https://www.rossmann.de/rezyklat)
#gemeinsamnachhaltig



ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

SPASS & WISSEN

Sind Spiegel tatsächlich silbern? Und welche Superkraft haben Rippenquallen? Antworten darauf, piffige Rätsel und mehr gibt es hier!

RÄTSEL DES ALLTAGS

Welche Farbe hat ein Spiegel?

Um dieses Rätsel zu lösen, muss man erst einmal verstehen, wie Farben überhaupt funktionieren. Damit wir sie sehen können, brauchen wir Licht. Und das verbreitet sich in Wellen, die unterschiedlich lang sind. Farben haben jeweils ihre eigene Wellenlänge: Blau hat zum Beispiel eine ganz kurze und Rot eine ziemlich lange. Wenn die Lichtwellen auf einen Gegenstand treffen, saugt dessen Oberfläche einige von ihnen auf, das nennt man absorbieren. Andere hingegen werden zurückgeworfen, also reflektiert. Diese reflektierten Lichtwellen erreichen unser Auge – und über den Sehnerv dann unser Gehirn. So bekommen wir die Information darüber, welche Farbe wir gerade sehen. Ein Beispiel: Eine Tomate nehmen wir als rot wahr, weil ihre Oberfläche die langen Lichtwellen reflektiert. Die meisten anderen absorbiert sie.

Bei einem Spiegel ist das Ganze etwas komplizierter: Er reflektiert alle Lichtwellen – also alle Farben. Wegen seiner Oberfläche, die aus Glas und einer Metallschicht besteht, gibt es allerdings Wellenlängen, die er etwas stärker und besser reflektiert als die anderen, nämlich die des Farbbereichs Grün. Hier ein Trick, um das zu erkennen: Stellt man zwei Spiegel gegenüber, wird das Spiegelbild hin und her reflektiert. Wie beim Pingpong. Je tiefer man in den Spiegel blickt, desto mehr wird die Farbe Grün erkennbar. Spiegel sind also ein kleines bisschen grün.



WELCHE FARBE HABEN DIE EDELSTEINE SMARAGD, JADE UND PERIDOT?

(A) Blau

(B) Pink

(C) Gelb

(D) Grün

Lösung: Antwort D

Die Fragen stammen aus dem Kinderbuch „Der geniale Wissenstest für Kinder. In 150 Quizfragen um die Welt“ von Antonia Bauer



PÄRCHEN GESUCHT!

Du brauchst:
je zwei ausgedruckte gleiche
Fotos, Fotokarton, Lineal,
Stift, Schere, Klebstoff

Und so geht's:

1 Druck die Fotos möglichst klein aus. Wir haben das in einer Drogerie auf Fotopapier gemacht, da war die kleinste Möglichkeit 10×15 Zentimeter.

2 Zeichne 7×7 Zentimeter große Rechtecke auf Karton und schneide sie aus. Schneide die Fotos zu und klebe sie auf den Fotokarton. Schneide eventuell überstehende Ränder ab.

Tipp: Die Rückseiten müssen alle gleich aussehen. Vermeide also Klebeflecken auf dem Fotokarton, sonst merkt man sich zu leicht, welches Bild sich auf der anderen Seite verbirgt.

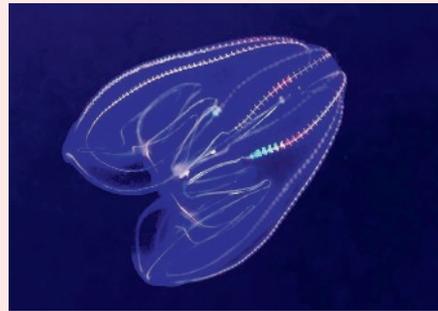
Wer? Wie? BUZZ!

Im neuen Wissenspodcast „Wer? Wie? BUZZ!“ von „Dein SPIEGEL“ entscheiden Kinder, worüber die Hosts Claudia und Marco reden – und wie lange. Jetzt reinhören unter [spiegel.de/werwiebuzz](https://www.spiegel.de/werwiebuzz)

Der Sportlehrer sagt:
„Heute machen wir Dehn-
übungen!“ Antwortet
Lotta: „Es heißt aber
die Übungen!“

WITZE DES MONATS

Die Surfer flitzen über die blauen Fluten der Südseebucht. Unter Wasser lecken sich die Haie die Lippen. „Toll“, sagen sie, „jetzt servieren sie uns den Imbiss schon auf Frühstücksbrettchen.“



Zwei verletzte Rippenquallen = eine heile Rippenqualle

Rippenquallen sehen schon so aus, als wären sie nicht von dieser Welt: Sie wabern durch das Meer, auf ihren glasigen, fragilen Körpern zeigen sich regenbogenfarbene Lichter. Es gibt mehr als 100 Arten von Rippenquallen, und – Achtung, Nerd-Wissen – zoologisch gesehen handelt es sich bei Rippenquallen gar nicht um echte Quallen. Sie bilden einen eigenen Tierstamm. Jetzt haben Forscher etwas absolut Erstaunliches bei der Rippenquallenart *Mnemiopsis leidyi* entdeckt:

Wenn zwei Tiere verletzt sind, können sie sich zu einem neuen Individuum zusammenschließen. Dabei verschmelzen die Tiere tatsächlich miteinander: Ihre Verdauungstrakte werden zu einem, um sich Nahrung zu teilen, ihre Nervensysteme wachsen zusammen. Die fusionierten Rippenquallen können als neues Lebewesen noch einige Wochen überleben. Das haben Forscher in einem Labor getestet, wo sie mehrere Tiere in einem Meerwasserbecken hielten. ●



Zwei Ausgaben gratis

„Dein SPIEGEL“ – das Nachrichten-Magazin für Kinder und Jugendliche ab acht Jahren

Verständlich, sachlich und auf Augenhöhe schreiben „SPIEGEL“-Redakteure über Politik und Wirtschaft, berichten von Menschen und Kultur und erklären, was es Neues aus Natur und Technik gibt. So macht Wissen Spaß. Infos unter: abo.deinspiegel.de/rossmann

ROSSMANN MACHT'S

Die ROSSMANN-Kaffeemarke Laudatio glänzt mit neuem Look und macht so richtig Lust auf Genuss. Außerdem: Das Mentoring-Programm Balu und Du e.V. feiert Jubiläum. Das sind gute News!



Laudatio präsentiert sich jetzt noch moderner – für mehr Übersicht im Regal und nachhaltigen Kaffeegenuss

Haben Sie sich auch schon gefragt, warum Sie Ihren Laudatio-Lieblingskaffee im Regal nicht sofort entdecken? Die Verpackung sieht komplett anders aus. Aber weshalb eigentlich? Regelmäßig entwickelt ROSSMANN seine Marken weiter – aktuell erhält die Kaffeemarke Laudatio einen frischen, modernen Look. Ziel des Relaunchs: ein zeitgemäßes Design, das Orientierung bietet und Lust auf Kaffee macht.

Von der ersten Idee bis zum fertigen Design verging über ein Jahr. Gemeinsam mit Kreativagenturen und auf Basis von Marktforschung wurde das neue Erscheinungsbild Schritt für Schritt entwickelt. Das Ergebnis: klar strukturierte Verpackungen mit gut

lesbarem Produktnamen, deutlicher Intensitäts-Skala und vollflächigen Farbcodes: Zum Beispiel Orange für „Caffè Crema“, Rot für „Espresso“, Blau für „Barista“. Die neuen Produktabbildungen wecken die Lust auf den aromatischen Kaffee. Auch in Sachen Nachhaltigkeit wurde nachgebessert. Bei den ganzen Bohnen wird bewusst auf überschüssiges Material wie Verschlussetikett und Metallklipp verzichtet. Sowohl die Verpackung der Kaffeepads als auch die Verpackung der ganzen Bohnen besteht aus recyclingfähiger Folie. Der Relaunch zeigt: Guter Kaffee überzeugt nicht nur durch Geschmack, sondern auch durch einen starken Auftritt – klar, modern und verantwortungsbewusst.

NEWS



ERFOLGREICHE TANDEMS Bei gemeinsamen Aktivitäten lernen jüngere Kinder ganz nebenbei etwas von den älteren – und umgekehrt

20 Jahre erfolgreiches Mentoring Balu und Du

Der Bär Balu kümmert sich um Mogli, das Menschenkind, und steht ihm zur Seite: In Anlehnung an das legendäre „Dschungelbuch“-Duo gab sich das Mentoring-Programm Balu und Du bei seiner Gründung 2005 diesen ebenso eingängigen wie treffenden Titel. Der Verein möchte Chancengleichheit und Bildungsgerechtigkeit für Grundschüler erhöhen. Jetzt feiert der Balu und Du e. V. sein 20-jähriges Bestehen. Eine Erfolgsgeschichte, die nicht nur von den Mitmachenden geschrieben, sondern auch von Förderern wie ROSSMANN unterstützt wird. „Ohne unsere Partner wären wir nicht in der Lage, unser Mentoring-Programm an immer mehr Standorten anzubieten“, sagt Dr. Dominik Esch, 1. Vorsitzender von Balu und Du. 185 Schulen, Verbände und andere Organisationen machen inzwischen mit. Das Konzept: In Tandems von älteren und jüngeren Schülern wird einmal in der Woche gemeinsam etwas unternommen. Diese wertvolle Zeit schenkt Sicherheit und Geborgenheit. 1.449 Tandems (Stand: Juni 2025) verzeichnet das Programm, das aus einem Modellprojekt an der Universität Osnabrück und dem Diözesan-Caritasverband Köln entstand. Das 20-jährige Bestehen wird am 2. September mit einem großen Fest in Köln gefeiert. Geplant ist u. a. ein Podiumsgespräch mit Experten zu der Frage, ob und wie Mentoring auch in Zukunft positiv für Grundschüler wirken kann. ●

balu-und-du.de

Fotos: PR, Besim Mazhigaj/Balu und Du

Sparen mit unserem **COUPON.**

20%

Beim Kauf von lavera basis sensitiv Gesichtspflege und -Reinigung



babywelt®

**JETZT MITGLIED
WERDEN IN
UNSEREM**

Babyclub



unter www.babywelt.club

Sparen mit unserem **COUPON.**

ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

Mehr
Coupons in
**UNSERER
APP**

Beim Kauf von
lavera basis sensitiv
Gesichtspflege und -Reinigung
werden 20% Rabatt
direkt an der Kasse abgezogen.

Die teilnehmenden Artikel sind ggf. nicht in allen Filialen verfügbar. Bitte Sparcoupon ausschneiden und an der Kasse Ihrer ROSSMANN-Filiale vorlegen. Nur solange der Vorrat reicht. Keine Barauszahlung möglich. Nur ein Coupon pro Artikel einlösbar. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

Gültig vom
01.08. – 31.08.2025



IMPRESSUM

HERAUSGEBER Dirk ROSSMANN GmbH,
Isernhägener Straße 16, 30938 Burgwedel
VERANTWORTLICH FÜR DEN INHALT
Anna Kentrath (V.i.S.d.P.), Fiona Meral Ebcinoglu
REDAKTION TERRITORY GmbH,
Großer Burstah 31, 20457 Hamburg, Geschäftsführung:
Oliver Reinke, Stefan Schumacher; territory.de
PUBLISHING MANAGER Markus Buchbauer
CHEFREDAKTION Katrin Lütkemeyer,
Barbara Spielhagen (stellv.), Silvia Stammer (stellv.)
TEXTCHEFIN Birte Plöger
ART DIRECTOR Frank Siegert
GRAFIK Anne Stiefel
BILDREDAKTION Miriam Breig (Ltg.), Vanessa Zeeh
CHEF VOM DIENST/LEKTORAT Jens Asthoff
REDAKTION Ines Hennenberg, Claudia Scheffler
MITARBEIT AN DIESER AUSGABE
Mona Binner/Julia Luck (Rezepte, Fotos & Foodstyling), Sabine Burgstädt,
Fiona Meral Ebcinoglu, Anna Kentrath, Kirsten Lehmkuhl
BEI FRAGEN ZUM HEFT redaktion-centaur@rossmann.de
ANZEIGEN Beatrice Flohr
PRODUKTABBILDUNGEN Patricia Matthies
DRUCK APPL Druck, Wemding
EU-CODENUMMER Kontrollstellen-Nummer der für die
Dirk Rossmann GmbH zuständigen Öko-Kontrollstelle: DE-ÖKO-039
FSC® N001530

Bei den beworbenen Produkten von ROSSMANN handelt es sich um Angebote des Herausgebers für alle Filialen in Deutschland, soweit nicht anders angegeben. Den ROSSMANN Onlineshop (rossmann.de) betreibt die ROSSMANN Online GmbH, gleiche Anschrift. Ab 20 Euro Bestellwert versandkostenfrei in die Filiale liefern lassen. Versandkostenfrei ab 69 Euro Bestellwert, sonst zzgl. 4,95 Euro Versand. Bei Nachnahme zzgl. 5,60 Euro. Druckfehler und Irrtümer vorbehalten. Wir bitten um Verständnis, dass wir in einigen ROSSMANN-Filialen aus Platzgründen nicht alle Artikel aus unserem umfangreichen Sortiment anbieten können. Für die Suche nach der nächstgelegenen Filiale: rossmann.de/filialfinder



RMO

www.blauer-engel.de/uz195

Dieses Druckerzeugnis ist mit dem
Blauen Engel ausgezeichnet.

babywelt

**FREUT EUCH ÜBER
TOLLE VORTEILE WIE**

Coupons & Geschenke



Kostenlos anmelden in der ROSSMANN-APP
oder unter www.babywelt.club



ROSSMANN IM WEB



ROSSMANN-APP Einfach kostenlos unsere App herunterladen und kein Angebot mehr verpassen



YOUTUBE Jede Woche neue Tutorials zum Nachstylen und die neuesten Trends rund ums Thema Beauty
rossmann.de/youtube



INSTAGRAM Immer die neuesten Produkte und Trends im Blick – ganz einfach jeden Tag auf Instagram
rossmann.de/instagram



FACEBOOK Neue Produkte, tolle Gewinnspiele und Infos rund ums Unternehmen rossmann.de/facebook



ONLINESHOP Rund um die Uhr und bequem von zu Hause einkaufen mit dem ROSSMANN Onlineshop
rossmann.de

AUFLÖSUNG SUDOKUS

5	7	3	4	1	9	6	8	2	2	7	3	9	6	1	4	5	8	8	2	1	4	6	9	5	7	3
6	9	4	2	3	8	5	1	7	8	5	6	4	3	7	1	9	2	5	6	3	7	1	8	4	2	9
8	1	2	7	6	5	9	4	3	9	1	4	5	8	2	3	6	7	9	7	4	5	3	2	1	8	6
4	6	5	1	8	3	7	2	9	7	6	1	8	2	9	5	3	4	2	4	5	6	8	1	3	9	7
1	8	7	6	9	2	3	5	4	3	4	8	1	5	6	7	2	9	6	1	8	3	9	7	2	5	4
3	2	9	5	7	4	8	6	1	5	9	2	7	4	3	8	1	6	7	3	9	2	5	4	8	6	1
9	5	1	8	4	7	2	3	6	6	3	7	2	1	8	9	4	5	4	8	6	9	2	3	7	1	5
7	4	8	3	2	6	1	9	5	4	2	9	3	7	5	6	8	1	3	5	2	1	7	6	9	4	8
2	3	6	9	5	1	4	7	8	1	8	5	6	9	4	2	7	3	1	9	7	8	4	5	6	3	2

Zukunft MITGEMACHT



Gemeinsam neues Lernen fördern.

Die Initiative „Zukunft Mitgemacht“ von ROSSMANN, Procter & Gamble und dem Deutschen Kinderhilfswerk in Zusammenarbeit mit #wirfürschule fördert innovative Bildungsprojekte an Schulen.

Die Förderprojekte 2025:

1

Maker Spaces

Das sind offene Lernräume mit Technologien wie Lasercuttern, 3D-Druckern und Greenscreens. Hier können Schüler:innen experimentieren, Projekte umsetzen und Zukunftskompetenzen wie kritisches Denken, Teamarbeit und Problemlösungsfähigkeit entwickeln.

2

GemüseAckerdemie

Das Bildungsprogramm des gemeinnützigen Sozialunternehmens Acker begeistert Kinder für frische Lebensmittel, Natur und Nachhaltigkeit. Auf der schuleigenen Ackerfläche bauen Kinder ihr eigenes Gemüse an und erleben dabei unmittelbar, woher das Essen auf ihren Tellern kommt.

www.acker.co/gemueseackerdemie



Die Gesamtfördersumme beträgt
jährlich mindestens 1 Mio Euro.

Mit jedem Kauf eines Procter & Gamble Produktes bei ROSSMANN unterstützen Sie das Projekt mit 1 Spende.*

Jetzt noch bis 31.
Oktober bewerben:
www.dkhw.de/zukunftmitgemacht



Eine Initiative von

ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt



 Deutsches
Kinderhilfswerk

* Mit jedem Kauf eines P&G Produktes innerhalb des Aktionszeitraums (01.01.-31.12.) spenden Procter & Gamble und ROSSMANN an das Deutsche Kinderhilfswerk 1 Cent mit einem jährlichen Gesamt-Spendenziel von 1 Mio. Euro zur Förderung von innovativen Schulentwicklungsprojekten.

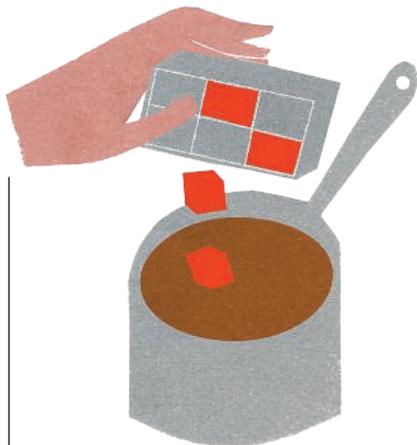
** Stets außer Reichweite von Kindern aufbewahren. © A.I.S.E. Mehr erfahren unter: www.keepcapsfromkids.eu

SCHLAUE KNIFFE

Das sind Ihre besten Ideen

DER NEUE
CENTAUR
ERSCHEINT AM
1. SEPTEMBER

ILLUSTRATIONEN
Stephanie Wunderlich



Kalt gestellt

Tomatensaft und -püree eignen sich hervorragend zum Einfrieren (in Eiswürfelformen), um später in Suppen, Soßen und Cocktails verwendet zu werden. Wer mag, friert Saft oder Püree mit Basilikum, Knoblauch oder Gewürzen ein.

Galina Titov, Leipzig



Clever ersetzt

Für Frikadellen usw. kann man statt altbackener Brötchen auch trockene Semmelknödelstückchen aus dem Kochbeutel nehmen. Einfach wie Brötchen einweichen – aber weniger salzen, da die Knödelbröckchen bereits gewürzt sind.

Schmeckt super!

Sabine Hofmann, Vellmar

Sauber gefüllt
Leere Gläser, die ich für selbst gekochte Marmelade sammle, riechen leider auch nach dem Spülen in der Maschine oft nach dem früheren Inhalt (wie zum Beispiel Gurken). Der Geruch verschwindet jedoch, wenn man die Gläser mit Kaffeesatz füllt und mindestens über Nacht bei geschlossenem Deckel stehen lässt.

Susanne Grabbe, Bielefeld



Folge 84

Sie kennen einen guten Haushaltstipp? Dann schreiben Sie an: haushaltstipps-centaur@rossmann.de
Bei Abdruck erhalten Sie einen Einkaufsgutschein per Mail über 20 Euro *

Für aus den veröffentlichten Tipps eventuell entstehende Schäden kann keine Haftung übernommen werden.

* Gutscheine ausschließlich einlösbar in allen deutschen ROSSMANN-Filialen (nicht unter rossmann.de)



Mückenfrei

Um im Spätsommer lange draußen sitzen zu können, ohne gestochen zu werden, stelle ich Mückenkerzen selbst her. Man braucht ein Glas, Wasser, Zitronenscheiben, Rosmarin oder Basilikumblätter und eine Schwimmkerze. Alles in ein mit Wasser gefülltes Glas geben und die Kerze anzünden. Die intensiven Gerüche mögen Mücken gar nicht und halten sich so nur ungern in der Nähe auf. Zudem ist es ein toller Hingucker auf dem Tisch!

Julia Naujoks, Schilksee



Gut gewürzt

Pflanzen gedeihen besser, wenn man beim Aussäen oder Umtopfen etwas Zimt unter die Erde mischt. Das Zimtpulver hält Insekten wie z. B. Ameisen fern und schützt die Pflanzen vor Krankheiten.

Martina Ernst, Bremen

ISANA 

Intensive Feuchtigkeit,
die deine Kopfhaut verwöhnt.

150 ml
2,99 €
(19,93 €/l)



ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

Gutes in Bestform

Fruchtig-süß, knackig-gut

ener 
BIO 

150 g
2.99 €
1 kg = 19.93 €



Clever einkaufen.
Bio genießen.



150 g
2.69 €
1 kg = 17.93 €

DE-ÖKO-006

ROSSMANN
Mein Drogeriemarkt

Artikel in ausgewählten Filialen erhältlich. Um das Produkt zu finden und die Verfügbarkeit zu prüfen, einfach auf rossmann.de oder in der ROSSMANN-App suchen: Auf der Produktseite die Postleitzahl eingeben und die gewünschte Filiale auswählen.

DE-ÖKO-039