

COSMOPOLITAN

Deutschland € 2,90

Schweden 375, 5,00
Dänemark 4,00

30 Jahre

LUST
**WOW, DAS
WAR SUPER,
SCHATZ!!!**

Wie hoch Frauen heute
im Bett liegen – und was
sich sonst noch in ihren
Sedimenten verändert hat

**COSMO-TEST
WAS BRAUCHT
IHRE LIEBE JETZT?**

Diese neuen Impulse
machen Sie noch glücklicher

**TOLL SEHEN
SIE AUS!**

Spektakuläre Mode
von tough bis frivol &
die 30 cleversten
Beauty-Tipps für
frische, junge Haut

ÜBER
400
SEITEN
JUBILÄUMS-
HEFT!

SMART, STARK, SEXY!

+ 95 SEITEN EROTIK-SPECIAL „SEX & ART“
SUPER GEWINNE VOM LUXUS-CABRIO BIS ZUM DESIGNER-ABENDKLEID!

IHR COSMO-BONUS
30 TOP-JOBS
SIND FÜR
SIE RESERVIERT!

S. 168

WEDDI KLIM

Sie werden haben Sie
das Supermodell noch
nie gesehen! (S. 42)



Kidman versteinern. Wie die Oscar-Gewinnerinnen Kate Winslet, Sandra Bullock und Julia Roberts setzen viele Stars jetzt lieber auf ihre natürliche Ausstrahlung. Dabei helfen ihnen innovative Facial-Massagen mit Algenextrakten oder Schneckenegel. Die glätten die Lebenslinien, stimulieren die Gesichtsmuskeln, straffen die Konturen, aber vor allem bringen sie den Teint zum Leuchten und lassen so die eigene Persönlichkeit wieder strahlen. Ein Work-out fürs Gesicht quasi. Natural Glow lautet das aktuellste Geheimnis zeitloser Jugend. Wirken wie mit 20, als Detox noch bedeutete, den Rausch ausschlafen und der Teint auch nach drei durchgeföherten Nächten unbekümmert rosig die Sonne reflektierte. Als man die Männer noch wechselte wie heute höchstens die Kosmetiklinien und von Grunge bis Hip-Hop jeden Trend mal ausproberte.

Aber wer will noch einmal Twen sein? Eine nicht repräsentative Umfrage im Freundeskreis bestätigt: niemand. Schön war's. Wild und verwegen. Aber so unwiederbringlich wie eine Schwärmerie. Wahre Liebe braucht Reife. Wahre Schönheit auch. Heute erreichen Frauen angeblich mit 31 Jahren den Gipfel der Unwiderstehlichkeit. So lautet das Ergebnis einer deutlich repräsentativeren Studie des britischen TV-Senders QVC, die 2000 Männer und Frauen zu diesem Thema befragte. Die Gründe: Frauen gleichen in diesem Alter einer frisch erblühten Blume. Sie treten am sichersten auf und wissen exakt, welche Kleidung und welches Make-up optimal zu ihnen passen.

Wie schön für alle 30-Jährigen. Und was mache ich ab 32? Harakiri? Frühverrentung? Couchpotatoe? Niemals! Denn das Beste kommt zum Schluss: Guten Stil verlernt

man genauso wenig wie natürliche Grazie oder echte Haltung. Man verfeinert ihn höchstens. So hat jedes Alter seinen Charme und wir die großartige Chance, mit den Jahren noch schöner zu werden, noch strahlender auszusehen. Schon deswegen ist ab 30 ein Ganzkörper-spiegel übrigens das beste Accessoire, das man sich leisten sollte.

Jetzt muss die Beauty-Industrie unserem Ego nur noch ein wenig unter die straffen Arme greifen und in derselben Geschwindigkeit weiterforschen, in der sie uns Hyaluronsäure und Schneckenegel beschert hat. Dann können sämtliche Schönheitschirurgen in zehn Jahren in Rente gehen. Und mich wird der Student anstatt nach Woodstock danach fragen, ob wir zusammen ins Rihanna-Konzert gehen wollen. Aber vernaschen werde ich ihn trotzdem nicht, den Grünschnabel. *Nike Vlachos*

POWERPFLEGE FÜR EINEN EXTRA-FRISCHEN LOOK

PRALLE LIPPEN, STRAFFE KONTUREN, WACHE AUGEN - DIE NEUEN ANTI-AGE-PRODUKTE UND -TECHNOLOGIEN. Von Julia Jung

1. Sislejya Global Firming Serum* von SISLEY (ca. 329 Euro) regt mit Dill-Extrakt die Elastinbildung an und sorgt so für eine prallere Kontur. 2. Repariert UV-Schäden und reduziert mit Antioxidantien das Erscheinungsbild von Fältchen: „Repairwear Laser Focus“ von CLINIQUE (ca. 58 Euro). 3. „Sublimage Essential Revitalizing Concentrate“ von CHANEL (ca. 340 Euro) entpföhft die Zellen mit einem Blütenextrakt aus dem Himalaya-Gebirge und fördert die Regeneration. 4. Feine Turmalinkristalle in „Cohérence LIR“ von LIERAC (ca. 69 Euro) erhöhen leicht die Hauttemperatur und regen damit die Kollagenproduktion an. 5. Kurbelt mit Retinol und Polypeptiden die Kollagenbildung an und kräftigt so das Gewebe: „Revitalift Stimuli8“ von L'OREAL (ca. 9 Euro).



ICH WILL STRAFFE GESICHTSKONTUREN

PROBLEM: Schon ab Anfang 30 verlangsamt sich die Zelleilung der Haut und das Bindegewebe verliert an Spannkraft, Dichte und Elastizität. Das Ergebnis: Die Haut wird dünner, Linien und Fältchen werden sichtbar und die Konturen beginnen zu erschlaffen.

LÖSUNG: Die neueste Wunderwaffe in der Anti-Aging-Forschung sind sogenannte Peptide (Eiweißteilchen), bekannt als Botenstoffe in den Zellen. Sie werden jetzt auch in Cremes eingesetzt. Dort können sie die Bildung von Kollagen (stützt das Gewebe), Elastin (sorgt für die nötige Spannkraft) und Keratin (festigt die Haut) ankurbeln. Der Vorteil: Peptide sind schonender und sanfter zur Haut als der bewährte Wirkstoff Retinol, der vor allem empfindliche Haut schnell reizen kann.

EXTRA-TIPP: Eine Technik aus der Luft- und Raumfahrt macht ab sofort die Haut schöner. Das sogenannte Jet-Peel schleust mit Überschallgeschwindigkeit Substanzen wie Hyaluronsäure oder Vitamine in die Haut ein. Außerdem wird durch die Methode die Aufnahmefähigkeit der Haut gesteigert. Infos: www.haut-und-laser-zentrum.de