

Exklusiv: Gewinne, die man nicht kaufen kann

myself

JUNI 2025
4,90 €
DEUTSCHLAND
5,20 € ÖSTERREICH
SFR 8,30 SCHWEIZ

KNIGGE 2025

Willst du irgendwann Kinder?

Fragen, die man
heute nicht
mehr stellen
sollte

Neues von der
Schilddrüse
7 überraschende
Fakten

Ich fühle mich wohl mit mir

Beach-Body ohne Stress

Plus: Warum uns
schwimmen so guttut

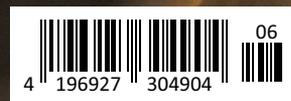
20 **myself**
Jahre

Mehr
Begeisterung,
bitte!
Was wieder
Lust aufs
Leben macht

Fröhlich,
stylish,
bunt

Blau und Braun,
Beige und Grün –
Modekombis
für Mutige

Den Sex
ihres Lebens
...hatte sie mit
einer Frau



ANNAYAKE



98 % NATÜRLICHE
INHALTSSTOFFE.
LANGANHALTENDES FINISH.
LEUCHTENDE FARBEN.

LONG-WEARING EYE SHADOW

Die leichte, erfrischende Formel kombiniert ein marines Biopolymer mit feuchtigkeitsspendenden Wirkstoffen. Das Ergebnis: Ein langanhaltender, natürlicher Schimmer mit aufbaubarer Deckkraft für vielseitige Looks – von dezentem Glow bis zu intensiven Highlights.

Vier elegante Nuancen: Silver Glow, Rosé Shine, Golden Hour und Champagne Gleam. Vegan, tierversuchsfrei und für alle Hauttypen geeignet.



Silver
Glow



Rosé
Shine



Golden
Hour



Champagne
Gleam



[annayake.germany](https://www.instagram.com/annayake.germany)

Erhältlich bei DOUGLAS und unter www.douglas.de



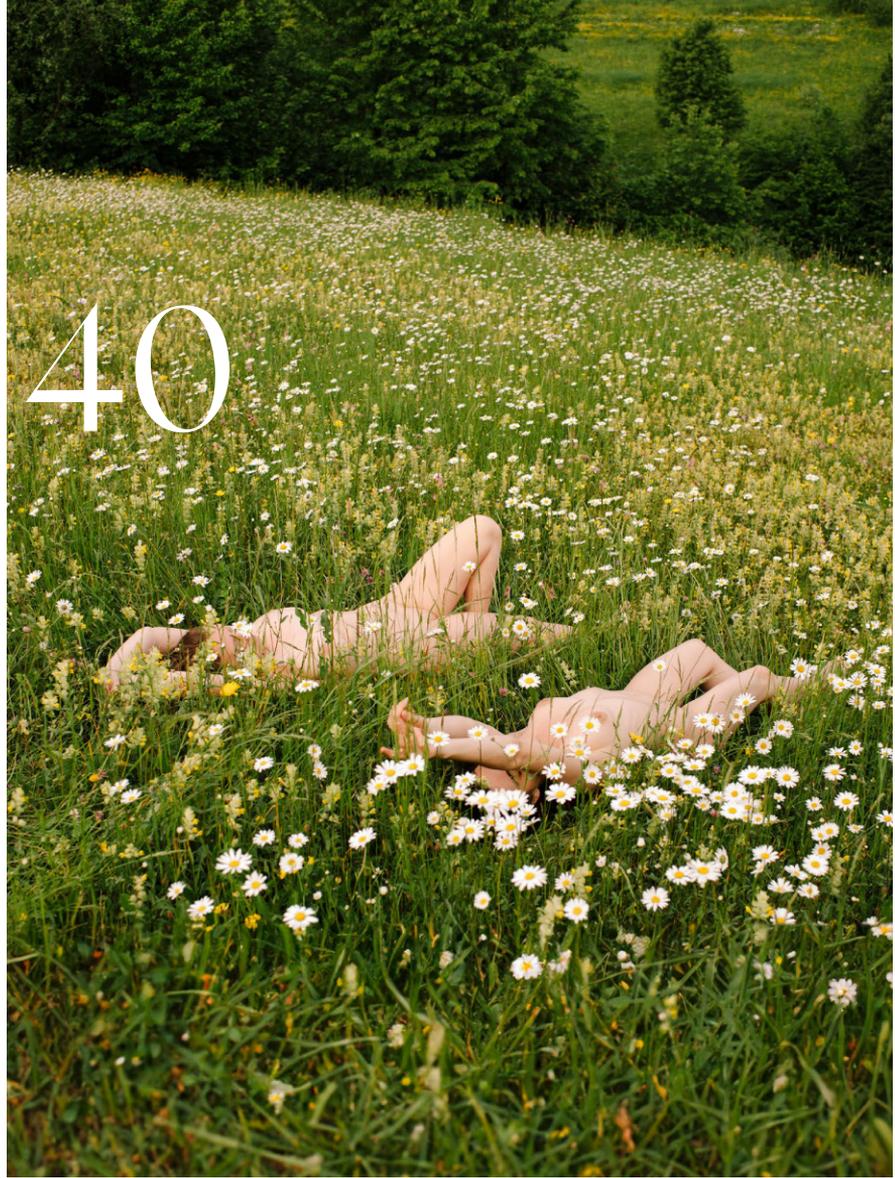
Inhalt

Juni

Titel-
themen
sind rot
markiert

Den Sex ihres Lebens? Hatte unsere Autorin mit einer Frau.

40



LEBEN:

21 Laufen statt swipen

22 Dressed to protest

Von Pink Protest bis Pussy Power – Mode als politisches Statement

28 Wo bleibt die Begeisterung?

Unsere Autorin sehnt sich nach der Euphorie ihrer Jugend

32 Die KI-Flüsterinnen

Diese Frauen mischen die männerdominierte Tech-Branche auf

36 Umarmung okay?

Benimmregeln für 2025

40 Der Sex meines Lebens

Sie ist verheiratet mit einem Mann – und fühlt sich zu einer Frau hingezogen

44 Familienbande

Moderatorin Nova Meierhenrich und ihre Mutter Helga

48 Miriam Höller über Resilienz

Die Ex-Stuntfrau weiß, wie man nach Schicksalsschlägen weitermacht

51 Was macht eigentlich eine ...?

Glücksmentorin

52 Sieben Fakten über die Schilddrüse

Zeit, unserer Hormonfabrik mehr Aufmerksamkeit zu schenken

56 Frag Frieda!

Lisa Frieda Cossham berät in Lebens- und Liebesfragen

58 Kultur-News

64

Wind im Haar und Salz auf der Haut – sieht mit diesen Looks noch besser aus.

STIL:

63 Zeitlos schön

64 Die Leichtigkeit des Seins

Die passende Mode zur Meeresbrise

74 Neue Koalitionen

Farb-Kombis für Mutige

80 Mein Stilleben

Schmuckdesignerin Elena Kayser

83 Wie trägt man Hemden?

84 Stil-Talk





88 Die Sommer-Figur? Braucht nur eine entspannte Haltung und gute Pflege.



114

Ein Hingucker in Charlotte Cadés Wohnung in Paris: diese Seventies-Sessel.

124

Viel Wind, viel Himmel: eine Liebeserklärung an das stürmische Element.



BEAUTY:

87 Einmal anders, bitte!

88 Mein Sommer-Body

Wohlfühlen mit der richtigen Pflege

94 Hairlich anders

Hollywoods beste Typveränderungen inklusive Tipps

97 Mail an Yvi

Beauty-Chefin Yvonne Beeg beantwortet Ihre Fragen

98 Reisebegleiter

myself-Redakteurinnen zeigen, was sie in den Urlaub mitnehmen

102 Nicht drücken ... oder doch?

Sieben Beauty-Fragen im Faktencheck

104 Im Flow

Drei Frauen über ihre Liebe zum Fitnesswunder Wasser

107 Die 10 besten Highlighter

Die Favoriten der myself-Redaktion

108 Die Badezimmer-Spionin

Unsere Autorin findet nichts so interessant wie die Beauty-Schränke anderer Frauen

110 Beauty-Talk

111 Leuchtende Schönheit

Weniger Falten dank LED-Maske – geht das?

LIVING:

113 Blumen? Nicht nötig ...

114 Tour de France

Selency-Gründerin Charlotte Cadé ist verrückt nach Veränderung

120 Living-Talk

GENIESSEN:

123 Auf Spritz-Tour

124 Himmlische Brise

Eine Liebeserklärung an den Wind

130 Genießen-Talk



Shirin Frosch (Ice Models) wurde von Nadia von Scotti fotografiert. Sie trägt eine Jacke von Agolde und Ohrringe von Pilgrim. Styling: Daniella Gurtner. Hair & Make-up: Michi Schietzel. Casting: Caroline Caesar

STANDARDS

7 Backstage

8 Horoskop

9 myself.de

10 Impressum

11 Best of Juni

18 Bild des Monats

132 Leserbrief

133 Vorschau

134 100 Zeilen Liebe

York Pijahn hat jetzt eine KI-Assistentin

Der große **myself** - Jubiläumsevent

Jede Gondel
eine Überraschung:
Beauty, Mode,
Food - mit myself
genießen Sie nicht
nur die Aussicht!



**Einsteigen
und...**

SCHÖNER WERDEN

Am Freitag, den

12.09.2025

feiern wir am & im
Riesenrad Umadum
im Werksviertel
Mitte. Sie sind
herzlich eingeladen
zu Erlebnissen
über den Dächern
von München!



Infos unter
[www.myself.de/
jubilaeum](http://www.myself.de/jubilaeum)

20 myself
Jahre

Verbringen Sie einen abwechslungsreichen Tag mit uns und tollen Partnern:

STEFFEN
SCHRAUT

 QVC

ARTDECO

Willkommen!

20 **myself**
Jahre



*Bildchefin
Nina Meixner ist seit fünf
Jahren bei myself*

Glückwunsch zum Fünfjährigen!
Warum *myself*?

Ich traf die Chefredakteurin Sabine Hofmann in der Münchner Innenstadt. Wir kannten uns noch von früher. Der Rest ist Geschichte.

Ihr erster Tag in der Redaktion?

Der 1. April 2020. Kein Scherz!

Ihr persönliches Highlight?

Als Fred bei uns angefangen hat, der Golden-Retriever-Welpen einer Kollegin. Ich hab ihn quasi adoptiert, wir verbringen jede Mittagspause zusammen.

Klingt nach großer Hunde-Liebe Absolut, sogar mein Bildschirm-schoner ist – Überraschung! – ein Studioporträt von einem Hund mit Popcorn auf der Nase.

Ihr Motto im Großraumbüro?

Ohren zu und durch. Inzwischen wird das Piepen der Kaffeemaschine nebenan vom Pfeifton in meinem Ohr übertönt.

Ihr Erfolgsrezept, um an Bildrechte zu kommen?

Die Leute so lange nerven, bis sie zustimmen, um mich loszuwerden.

Noch mehr Einblicke in die Redaktion auf Instagram unter [@myselfgermany](#)



Chefredakteurin Sabine Hofmann

Ich sei ein sehr begeisterungsfähiges Kind gewesen, erzählt meine Mutter. Das Höchste: die Bescherung an Weihnachten. Sie erinnere sich an meine leuchtenden Augen, als ich einmal unter dem Baum eine Holzseisenbahn entdeckte. Das war allerdings das Geschenk für meinen Bruder ... Lange her, trotzdem frage ich mich, ob dieser kindliche Enthusiasmus uns heute nicht oft fehlt. Wann haben Sie zuletzt bis über beide Ohren gestrahlt, sich für etwas leidenschaftlich interessiert? *myself*-Kollegin Birgit Querengässer gibt auf Seite 28 ein paar interessante Denkanstöße. Lassen Sie das Leben nicht einfach so laufen. Lassen Sie sich begeistern. Zum Beispiel von dieser *myself*-Ausgabe. Herzlichst Ihre

PS: Den Gewinn unserer Jubiläumsaktion finden Sie in diesem Heft auf Seite 87.

Meet myself