

**DAS
GOLDENE
BLATT**

Nr. 18 Deutschland € 2,40
26. 4. 2025 © 55. Jahrgang
Österreich € 2,70;
Schweiz sfr 4,30

9 SEITEN ab S. 53
RÄTSEL

*Kate &
William* S. 8

Neues BABY-GLÜCK

Sie wünschen es sich so sehr

Schon wieder!
PRINZ HARRY
S. 12
**Böser Verrat
an seinem Vater**

Papst Franziskus († 88)
**SEIN LETZTES
GEHEIMNIS** S. 14

Natur-APOTHEKE
SESAM
● STÄRKT S. 26
die NERVEN

**Kronprinzessin
Victoria
& Daniel** S. 65
**Entscheidung
AUS LIEBE**

**Zum
Herausnehmen**
**Großer
abgeschlossener
LIEBES-
Roman**
ab S. 33

KÖSTLICH! ab S. 48
**Fruchtige
Streuselkuchen**



© Fotomontage

++ MAITE KELLY: WIE WUNDERBAR! HERZKLOPFEN PUR ++ S. 9



SOFIA & CARL PHILIP
LIEBES-GEHEIMNIS gelüftet Seite 11

Ihr Glück besteht seit zehn Jahren



Daniela Katzenberger
Mit Humor geht alles leichter Seite 7

REISE-TIPP

Zypern

Seite 44



LESESPASS direkt nach Hause

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wie schön ist doch der Frühling! Überall erwacht die Natur, lässt Blumen und Knospen sprießen. Die Sonne scheint, die Laune steigt. Jetzt wird das Leben endlich wieder farbenfroh und fröhlich! Und schenkt uns so kleine Glücksmomente. Genau wie **DAS GOLDENE BLATT**, das Sie Woche für Woche mit guter Unterhaltung versorgt. Damit Sie keine Ausgabe versäumen, rufen Sie uns an. Wir liefern Ihnen dann **DAS GOLDENE BLATT** bequem per Post nach Hause. Ohne Verpflichtungen. Und jederzeit kündbar.

Blieben Sie gesund!

Ihre Claudia Groß-Trybuhl
(Chefredakteurin)



BESTELL-HOTLINE

Telefon: 0211/538053-34 (ortsüblicher Tarif)

Bestell-Nr. WA_G20ORH

Tel.-Erreichbarkeit: Mo. - Do., 8 - 18 Uhr, Fr., 8 - 17 Uhr

Internet: www.das-goldene-blatt.de/flex

Das Abo beginnt ca. 2 Wochen nach der Bestellung.



Eine Woche voller GEFÜHLE

Aktuell

4 Leute heute

6 Andreas Gabalier
Seine 3 Säulen des Glücks

9 Maite Kelly
Herzklopfen pur

10 Michelle & Tochter Marie
Doppelhochzeit in Sicht?

10 Daniel Hartwich
„Ich war schon immer schlagfertig“

12 Paola Felix
Wie schön!
Zurück auf der Bühne

13 Mark Keller
Alles Gute zum 60.!

14 Papst Franziskus (†88)
Sein letztes Geheimnis

31 Serie: Die verblüffende Welt der Düfte

62 Peter Maffay & Co.
„Wir entführen Kinder in die Welt der Fantasie“

64 Eva Brenner
„Nichts schmeckt besser als eigenes Obst und Gemüse!“

65 Uschi Glas
Schmerzliche Erinnerungen

68 Stars hautnah

70 Das waren noch GOLDENE ZEITEN:
Eddi Arent (†88)

Royal

6 Ex-Königin Margrethe
Jetzt regiert die Romantik

8 William & Kate
Neues Baby-Glück
Sie wünschen es sich so sehr

9 Prinzessin Delphine
Sie sorgt für Wirbel

11 Sofia & Carl Philip
Liebes-Geheimnis gelüftet

12 Prinz Harry
Schon wieder!
Böser Verrat an seinem Vater

13 Mathilde & Philippe
Der Glaube gibt ihnen Kraft

65 Victoria & Daniel
Entscheidung aus Liebe

66 ADEL exklusiv

Die gute Nachricht der Woche

16 Susanne & Christine aus Schleswig-Holstein:
„Wir schenken Senioren einen Tag voller Freude“

Mode

18 Bunter Blütenzauber

Schönheit

20 Natürlich schön dank Hafer

Gesundheit

22 Ernährungstrend Intervallfasten

23 SOS-Nasenspray für Allergiker

24 Mit Magnesium läuft's

24 Medizin-Telegramm

24 So entsteht ein Schmerzgedächtnis

25 Übung der Woche

26 Natur-Apotheke

26 Gut zu wissen

Recht & Geld

28 Vollmacht für Bankgeschäfte

Liebes-Roman

33 Im Sog der Liebe

Tierliebe

41 Tierische TV-Stars der Herzen

Essen & Trinken

46 Nudeln, leicht & lecker

48 Fruchtige Streuselkuchen

50 Küche & Haushalt

51 Rezepte zum Sammeln

Rubriken

30 Lesespaß/Impressum

32 Horoskop

53 9 EXTRA-Seiten Rätsel

61 Rätselaufösungen

71 Vorschau

Außerdem im Heft:

TV-TIPPS

zu ausgewählten Sendungen

Titelthemen sind gelb unterlegt



Fröhlich
und
einfach
schön!

◀ **Sonya Kraus (51):**
Bequem, luftig, farbenfroh!
Und mit trendy Fransentasche,
verziert mit Schmucksteinen!
Aus dem sonnigen Lissabon
(Portugal) sendet die
Moderatorin Grüße an ihre Fans

„Wir mögen es fransig“

Heidi Klum (51): ▶
Als Topmodel ist sie immer am Puls der
Zeit! „Ich mag es bunt und flippig, probiere
gern in Sachen Mode etwas aus“, sagte
die Mutter von vier Kindern einmal in einem
Interview. Diese Kleiderwahl bestätigt dies
einmal mehr. Ganz schön fransig!

◀ **Victoria
Swarovski (31):**
Die „Let's Dance“-
Moderatorin
beweist, dass der
Fransen-Look
auch elegant sein
kann. Im knap-
pen Mini und mit
vielen Fransen
glänzt die
Österreicherin.
Kleid, Tasche
und Sandalen
wurden perfekt
aufeinander
abgestimmt



◀ **Andrea Berg (59):**
Auf der Bühne mag es
die Hit-Sängerin
(„Die Gefühle haben
Schweigepflicht“,
1995) gewagt.
In dem transparenten
Outfit in Silber
mit schimmernden
Fransen sorgte
die Wahl-Aspacherin
(Baden-Württemberg)
für Begeisterung



Kurz & bündig

Johann Lafer (67) Schuh-Tick

„Schuhe sind für mich mehr als irgendwas, womit man einfach nur herumläuft. Ich liebe sie“, erklärt Star-Koch **Johann Lafer** (67) in „SWR3“. Und bekennt: Er besitzt mehr als 800! „Ich nehme zu jedem Termin immer drei Paare mit. Sicher ist sicher“, so der modewusste Österreicher.

Simone Thomalla (60) Tapfer

Für ihre Teilnahme bei „Let's Dance“ gab sie alles. Sogar mit starken Knieschmerzen wagte sich TV-Star **Simone Thomalla** (60) wochenlang tapfer aufs Parkett. Doch ihre Ärzte verboten ihr nun wegen eines Knorpelschadens das Weitertanzen. Wir wünschen gute Besserung!

Peter Orloff (81) Eine letzte Tour

Nach 67 Jahren verlässt **Peter Orloff** (81) die große Bühne und widmet sich privaten Projekten. Der Schlagersänger hat das Ende seiner Karriere bekanntgegeben und kündigt eine Abschiedstournee mit dem Schwarzmeer Kosaken-Chor an. Ab dem 31.10.‘25, Tickets: www.eventim.de.

Anita Hofmann (48) Reha-Sport

Nach ihrer Schulter-OP heißt es für **Anita Hofmann** (48) jetzt: An die Sportgeräte, fertig, los! In ihrer Reha am Bodensee mache sie „nach sechs Jahren Trainingspause endlich wieder Sport. Dank meiner Schulter finde ich wieder zurück zur Fitness“, so die Sängerin auf „Instagram“.



◀ **Aikos Eltern:** Naruhito (65) und Masako sind enttäuscht, dass Aiko bisher von der Thronfolge ausgeschlossen ist

Ein Lichtblick: ▶ Sollten die Gesetze geändert werden, könnte Aiko die Krone tragen

Masakos TOCHTER AIKO Die *HOFFNUNG* ist ZURÜCK

Diese Fotos verzaubern Japan! Bei einer Gartenparty in Tokio war **Masakos** (61) Tochter **Aiko** (23) Gesprächsthema Nummer eins. Denn die einst so schüchterne und in sich gekehrte Aiko strahlte so glücklich wie nur selten. Der wunderbare Hintergrund: Für

Masakos Tochter ist die Hoffnung auf den Thron offenbar zurück. Wegen der männlichen Thronfolge in Japan soll eigentlich ihr Cousin Hisahito (18) das Zepter erben. Aber die Gesetze könnten noch geändert werden. Sehr viele Japaner wünschen sich das nämlich.



Elizabeth Hurley Frisch verliebt!

Mit einem frühlingshaften Kuss-Foto auf „Instagram“ machte sie ihr neues Glück bekannt: Ja, Hollywood-Diva **Elizabeth Hurley** (59) ist frisch verliebt! Und der Mann, der das Herz der britischen Schauspielerin erobert hat, ist kein Unbekannter. **Billy Ray Cyrus** (63) ist in den USA ein gefeierter Countrystar und obendrein Vater von Hit-Sängerin Miley Cyrus (32). Die Fans freuen sich für das Paar. Gerade „Liz“ hatte man schon lange nicht mehr so strahlend gesehen! Nach dem Ehe-Aus mit Geschäftsmann Arun Nayar (60) und weiteren gescheiterten Beziehungen hat die Mutter eines Sohnes (23) das auch verdient. Bleibt nur zu hoffen, dass die neue Liebe länger hält als Billys letzte Ehe, die nach nur sieben Monaten im Juni 2024 endete.



◀ **Große Liebe:** „Für mich ist mein Mann mein bester Freund“, schwärmt sie von ihrem Schatz Robert

Sie jettet rund um die Welt

Berühmte Familie: ▶ Der Weg zum Nachwuchs war steinig. Nach vielen Fehlgeburten machten schließlich Davina (l.) und Shania (r.) das Eheglück der beiden perfekt



Alles Gute zum 60.!

CARMEN GEISS

„Die Jahre sind ganz schön schnell vergangen!“

Um für den 60. Geburtstag perfekt auszusehen, hat sich Millionärin Carmen Geiss schon im vergangenen Winter „ein neues Gesicht“ beim Schönheitschirurgen für rund 22.000 Euro gegönnt. Aber eigentlich würde sie das runde Jubiläum gar nicht beachten. Doch dagegen hat Ehemann Robert (61) etwas, wie beide im Interview mit DAS GOLDENE BLATT ausplaudern.

Carmen, wie feiern Sie Ihren Jubeltag am 5. Mai?

Carmen: Ach, darüber will ich eigentlich gar nicht reden...

Robert: Doch, darüber sprechen wir! Ich habe den 60. gefeiert – und du wirst das auch. Da lasse ich mir schon etwas einfallen!

Mit was für einem Geschenk könnte man Ihnen denn eine Freude machen?

Carmen: Ja, Robert, du lässt dir hoffentlich auch da etwas einfallen. Robert: Deshalb sage ich jetzt hier natürlich nicht, wie ich Carmen überraschen werde (lacht). Sie wird erstaunt sein...

Carmen, haben Sie Wünsche für Ihr neues Lebensjahrzehnt?

Natürlich! Gesundheit, Glück und Frieden sowie ganz viel Freude mit meinen Lieben.

Sind die Jahre für Sie schnell vergangen?

Oh ja! Das Schöne ist, wir haben unser persönliches TV-Tagebuch: „Die Geissens“. Hier können wir alles noch einmal nachschauen.

Gibt es eine Kindheitserinnerung, die Sie geprägt hat?

Uns beiden wurde in die Wiege gelegt, dass man etwas schaffen muss, um etwas zu sein. ks



Romantisch: „Ein wunderschöner Tag“ erinnert sich Carmen auf „Instagram“ an die Trauung mit ihrem Robert am 30. Oktober 1994 in Las Vegas (USA)



Entspannung pur: Im fernen Monaco lassen es sich die Geissens gut gehen. Ihr Schiff „Indigo Star“ ist dabei zu einem schwimmenden Zuhause geworden

TV-TIPP

Die Geissens – Eine schrecklich glamouröse Familie montags 20.15 Uhr, RTL2

GANZ PRIVAT

Geburtstag: 5. Mai 1965 in Köln (Nordrhein-Westfalen)

Ehe: seit 1994 mit Robert

Kinder: Davina Shakira (21) und Shania Tyra (20)

Wohnorte: Wahl-Heimat ist Monaco, Landhaus bei St. Tropez (Frankreich) und eine

Wohnung in Dubai (Vereinigte Arabische Emirate)

Wer hätte das gedacht:

Sie wurde 1982 zur „Miss Fitness“ gewählt

Karriere: Seit 2011 sind die Ex-Fitnesstrainerin und der Unternehmer im TV zu sehen



Erstaunlich:
Margrethe
ist trotz ihres
hohen Alters
voller
Tatendrang.
Langeweile
kennt sie
nicht



**Schloss
Frederiks-
borg (Ost-
Dänemark):**
Hier soll
die frühere
Monarchin
einen hohen
Hofbeamten
wiedergese-
hen haben

Rund 1 Jahr nach der Abdankung

Ex-Königin MARGRETHE

Jetzt regiert die ROMANTIK

Sie genießt den Ruhestand voller Begeisterung! Rund ein Jahr ist es nun her, dass Margrethe (85) das Zepter an Mary (53) und Frederik (56) weitergab. Freunde waren in großer Sorge: Wie würde der Ex-Königin das plötzliche Nichtstun bekommen? Jetzt ist es raus: Margrethe geht es offenbar blendend, und im Palast regiert sogar die Romantik. Denn bei einem Spaziergang durch Schloss Frederiksborg (Ost-Dänemark) soll die frühere Monarchin

einen ehemaligen hohen Hofbeamten wiedertrefften haben. In dem jahrhundertalten Prachtbau ist heute das dänische Nationalmuseum untergebracht. Beim Betrachten der Gemälde sollen beide ins Gespräch gekommen sein. Und seitdem reißt der Kontakt angeblich nicht ab. Wie wunderbar: So hat Margrethe für ihren Ruhestand wohl einen sympathischen Begleiter gefunden. Auch mit über 80 lässt ein kleiner Flirt das Herz eben höherschlagen.

*Ihr Elan
begeistert
Dänemark*

ANDREAS GABALIER

Seine 3 Säulen des GLÜCKS

Auf der Bühne sorgt er mit viel Temperament für ausgelassene Stimmung. Privat zeigt sich Andreas Gabalier anders, viel ruhiger. „Ich mache den Haushalt und bin ganz bodenständig“, sagt der Sänger in einem Interview. Dem drei Dinge besonders heilig sind...

1 Auszeiten in der Natur „Schon früher als Kind waren wir viel an der frischen Luft. Auch heute suche ich oft die Ruhe der Natur“, so der Volks-Rock’n’Roller, der im österreichischen Ramsau am Dachstein zu Hause ist.

2 Der Austausch mit seinen Fans „Ohne euch wäre ich heute nicht hier“, lauteten „Andys“ rührende

Herzensworte bei einem seiner Auftritte. „Mit meinen Fans teile ich auf der Bühne Freud und Leid – das schweißt zusammen“, findet der 40-Jährige.

3 Zusammenhalt in der Familie Seine Mama Huberta (66) und die beiden Brüder Willi (43) und Toni (30) sind immer für den Sänger da. Das weiß er sehr zu schätzen, betont: „Ich rede mit meiner Familie, wenn es mir mal nicht gut geht.“ Danach sieht er die Dinge oft klarer und kann mit neuer Kraft weitermachen.

Temperamentvoll, aber sensibel: ▶
Seit 2009 begeistert der Österreicher
mit oft sehr persönlichen Liedern

*Er blickt
immer
positiv
nach vorn*



Daniela Katzenberger

Mit Humor geht alles leichter

Sich selbst und das Leben nicht so ernst nehmen. Aber auch böse Kritiken nicht zu nah an sich ranlassen. Das ist das Motto von Reality-TV-Star Daniela Katzenberger. Die 38-Jährige bewies dies erst jüngst mit einem Video auf „Instagram“. Dieses hatte sie als Reaktion auf einen Kommentar gedreht, der besagte, Daniela hätte wieder zugenommen.

„Oh mein Gott! Ich habe ungefähr 20 Kilo zugenommen. Was machen wir denn jetzt?“, fragt „die Katze“ ironisch, während sie im Fitness-Studio ihren durchtrainierten, perfekten Bauch zeigt.

Mit Humor und einer gesunden Portion Ironie geht eben alles leichter. Schon oft erwähnte die Mutter von Sophia (9), dass einige Menschen immer etwas an ihr auszusetzen hätten. Als sie vor einigen Jahren wirklich noch mehr wog, wurde sie respektlos als „dick“ beschimpft. Heute ist die Frau von Sänger Lucas Cordalis (57) dank einer Ernährungsumstellung, Sport und der Zusammenarbeit mit einem Personal Trainer elf Kilo leichter. „Ich fühle mich so rundum wohl und lasse mir das von niemandem schlechtreden“, meint die Blondine selbstbewusst im Internet. Mit ihrer Einstellung ist Daniela gewiss vielen ein Vorbild.

Sexy und mit sich im Reinen: ►

Die Wahl-Mallorquinerin beeindruckt durch feminine Looks, ihrer direkten Art und den Glauben an sich selbst



Fotos: Getty Images, Geisler-Fotopress/Kern, Keld Navntoft/Kongehuset, Shutterstock

Kristina machte sich Sorgen wegen ihrem Blutzuckerspiegel. Zum Glück konnte ihre Tochter, eine Apothekerin, zucar™ empfehlen.

Endlich habe ich meinen BLUTZUCKER VOLL IM GRIFF!

Kristina war viele Jahre im Gesundheitswesen tätig gewesen. Auch jetzt im Ruhestand pflegt sie einen aktiven Lebensstil.

Ihre Tochter empfahl zucar™

Eine Routineuntersuchung lenkte ihre Aufmerksamkeit auf ihre Blutzuckerwerte. Ihre Tochter, die als Apothekerin arbeitet, empfahl ihr zucar™, ein in Skandinavien hergestelltes Nahrungsergänzungsmittel. zucar™ besteht aus Maulbeerblattextrakt und Chrom. Chrom trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutzuckerspiegels bei. Kristina beschloss, auf den Rat ihrer Tochter zu hören.

Blutzuckerspiegel im Griff

Nach einiger Zeit stellte sie fest, dass ihr Blutzuckerspiegel stabil blieb, und sie sich keine Ge-

danken mehr machen musste. „Wenn ich zucar™ nehme, bleiben die Blutzuckerwerte im Normalbereich.“*

Kristina sagt glücklich: „zucar™ von New Nordic hat seine Wirkung bewiesen. Ich bin so froh, ich nehme es nach wie vor und muss keine strenge, zuckerfreie Diät halten. Das war das Beste, was ich für meine Gesundheit tun konnte!“

Maulbeere: echte Superfrucht

Kristina verbindet den Geschmack von Maulbeeren mit ihrer Kindheit. Damals pflückte sie die Beeren direkt vom Baum, der im Garten ihrer Eltern wuchs. Die ganze Familie liebte den Geschmack der Beeren, ohne etwas von deren gesunden Eigenschaften zu ahnen.

* Chrom trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutzuckerspiegels bei.



Verlangen Sie in Ihrer Apotheke ausdrücklich nach ZUCAR™ von New Nordic!

Erhältlich in Ihrer Apotheke:
60/120 Tabl. (PZN 05393582/05393599)

FRAGEN?

www.newnordic.de
oder rufen Sie an:
Tel. 04101 696960

VERSANDKOSTENFREI **WWW.NEWNORDIC.DE**

