

Ein Moment für ...

myself

JUNI 2026
5,20 €
DEUTSCHLAND
5,70 € ÖSTERREICH
SFR 8,80 SCHWEIZ

Dieser Urlaub hat Stil

Bikinis, Kleider,
Sandalen – machen
Lust auf Meer

Aus Erfahrung lernen

Wie Liebe
heute geht

Sommer- Body!

Der neue
Weg zu einem
lässigen
Körpergefühl

... und dann
lief es wieder
Frauen über
Job-Krisen
(und wie man
sie meistert)

7 Säulen für ein glückliches Leben

Essen kann so schön sein

Lange Tafeln
und coole
Gedecke
für Dinner mit
Freunden

Von Flow-Momenten bis zu sozialem
Zuckerrausch: Darauf baut Zufriedenheit



STEFFEN SCHRAUT





INHALT

Juni

**Titelthemen
sind gelb
markiert**

Leben

20 Warme Worte

Sieben bekannte Lyrikerinnen dichten über den Sommer, exklusiv für *myself*

28 Adele Neuhauser über Liebe

Die Schauspielerin weiß nach Ehe und Scheidung, was Beziehungen gut macht

31 Frag Frieda...

Autorin Lisa Frieda Cossham berät in Lebens- und Liebesfragen

32 Die Formel für mehr Glück

Sieben Bausteine für ein zufriedeneres Leben

36 Shoppingsüchtig?

Wir alle kaufen ständig Kleinigkeiten. Ab wann ist es zu viel?

40 Der gute Ballast

Wer pflanzliche Fasern zu sich nimmt, hat mehr Energie

44 Und wann läuft es wieder?

Drei Frauen sprechen ehrlich über ihre berufliche Krise

50 Wer bin ich als Frau?

Zeit für Selbstreflexion – orientiert an 25 klugen Fragen

52 Familienbande

Valerie und Marianne Pittmann

56 Kultur

62

Der Sommer wird leicht!
Wenn transparente Stoffe auf Nude-Töne treffen.



Stil

62 Cool Breeze

Transparent, lässig, dezent:
Der Sommer wird leicht

70 Macht euch frei!

Warum gelten weibliche Brüste in der Öffentlichkeit als Affront?

72 Sommer im Gepäck

Unsere Stil-Experten verraten, was in ihren Urlaubskoffer gehört

78 Mein Stilleben

Julia Heuer, Designerin

82 Zeit für Retro

Filigrane Uhren für zarte Handgelenke

83 Wie trägt man den Stil von Carolyn Bessette-Kennedy?

84 The Fashion List

85 Gefühl für Feines

Guido Maria Kretschmer entwirft sommerlichen Schmuck



Wie man es schafft, die kleinen Lebensmomente zu genießen



94 Handtuch überm Kopf, ja, kann man machen. Wir empfehlen kosmetischen Sonnenschutz.

Beauty

86 Die Farben des Sommers

Das Leben schimmert in Bronze, Gold und Türkis – und das Make-up auch

92 Good to Glow

Produkte, die Augen, Wangen und Lippen leuchten lassen

94 Sonne olé!

Die *myself*-Redaktion testet die neuen Lichtschutz-Produkte

96 In der Nagelwerkstatt

Manikürefragen, die uns unter den Nägeln brennen, endlich geklärt

98 Sommer-Body!

Der Weg zu einem lässigen Körpergefühl – jawohl, auch nackt

102 Schön aus der Reihe

Fünf Frauen, die mit richtig guten Ideen die Beauty-Branche aufmischen

106 Mail an Yvi

Beauty-Chefin Yvonne Beeg beantwortet Ihre Fragen

107 Beauty-Test

Spa fürs Haar

108 The Beauty List



Coolinarik! Im Studio Schmaus von Amelie Büchner und Alan Bayer verschmelzen Kunst und Küche.

118

Spanien, so pur und intensiv: Unsere Autorin erlebte Andalusien mit allen Sinnen.

Lifestyle

110 Das Auge isst mit

Diese kulinarischen Studios machen Essen schön

116 Raus mit euch!

Ein Plädoyer für das Leben unter freiem Himmel

118 ¡Viva Andalucía!

Unsere Autorin reiste durch Spaniens wilden Südwesten

124 The Lifestyle List



Joana Cortes (PMA) wurde von Laura Palm fotografiert. Sie trägt ein Top von Blazé Milano und Ohrringe von Classy and Fabulous. Produktion: Daniella Gurtner. Haare & Make-up: Julia Krämer. Casting: Caroline Caesar.



Standards

7 Editorial

8 Bild des Monats

10 Impressum

11 Best of Juni

18 Spirit

128 Leserbrief

129 Vorschau

130 100 Zeilen Liebe
York Pijahn sucht ein Hobby

MEINE ZEIT IST JETZT

DONNA

Meine
Zeit ist
jetzt

6/2026
Deutschland € 5,20
Österreich € 5,70
Schweiz SFR 8,80

Sommer-
Mode!

Heiß begehrt: die neuen
Badeanzüge, Knallfarben,
luftig-leichte Blusen

Jetzt
sind
meine
Wünsche
dran

Vom Sprachkurs bis zur eigenen
Wohnung – was Frauen nur für sich tun

*Lesen
macht
glücklich*

Meike Winnemuth
über ihre
Lieblingsbücher

Da entspannt
sogar die Stirn

Face Yoga – der sanfte
Weg zu straffer Haut

SELBSTTEST

Komplett
durchgecheckt

Was bringt ein MRT vom
ganzen Körper?

„Und rechts
immer das Meer“

Unsere Autorin wanderte
durch die Bretagne –
und fand sich selbst

JEDEN
MONAT
NEU

Eine Marke der FUNKE Mediengruppe



DONNA AUCH ALS APP ODER DIREKT BESTELLEN DONNA-MAGAZIN.DE/HEFTBESTELLUNG



Willkommen!

TEAMWORK



Sharon Stone und Bella Hadid vertrauen Norman Pohl, International Backstage Make-up Artist bei Dior. Für uns hat er Sommer-Looks kreiert, S. 86.



myself-Redakteurin Cornelia Haff ist durch Andalusien gereist (ab S. 118) – und träumt jetzt von einer Wohnung in Córdoba.



Wie kann man sich von Schönheitsidealen lösen? Moderatorin, Autorin und Influencerin Louisa Dellert hat sich dazu Gedanken gemacht, ab S. 98.



Gehören Sie auch zu den Sonnenmenschen? Ich jedenfalls bin in der warmen Jahreszeit gefühlt eine andere: optimistischer, modemutiger, offener ... Sogar Studien zeigen, dass sich Sonnenschein positiv auf das Glücksempfinden auswirkt. Erhöht sich die Exposition um 100 Stunden pro Monat, steigt das individuelle Glücksempfinden um 1,37 Prozentpunkte. Das entspricht etwa einem

Umzug von Nordrhein-Westfalen nach Bayern. Die schlechte Nachricht für mich: In Bayern wohne ich bereits. Die gute für alle: Es gibt sieben weitere Säulen, auf denen Zufriedenheit viel sicherer und vor allem selbstbestimmter steht als auf dem Wetter – und die finden Sie ab S. 32. Und weil auch Reisen nachweislich glücklich und schlau macht, packt die Redaktion schon mal die Koffer für einen Urlaub mit Stil ... (S. 72). Herzlichst Ihre

Chefredakteurin Veronika Schaller