



OK!

THEMENPLAN

2. HALBJAHR 2018

EVT
27.06.2018

AZ-/DU-Schluss
12.06.2018

27

MODE Die schönsten Sommer-Sneaker
BEAUTY Echt duftet! Die Lieblings-Sommerparfüms der Stars (27.06. ist Weltdufttag)
HEALTHY LIFE Richtig trinken – wie viel Wasser braucht der Körper?
Welche Impfungen brauche ich und wie oft?

EVT
15.08.2018

AZ-/DU-Schluss
31.07.2018

34

MODE Luftig & locker: leichte Sommerhosen
BEAUTY Hoch hinaus! Die schönsten Hochsteckfrisuren
HEALTHY LIFE So lösen Sie Verspannungen in Nacken, Schultern & Co.

EVT
04.07.2018

AZ-/DU-Schluss
19.06.2018

28

MODE Die coolsten Swimwear-Trends der Stars
BEAUTY Safety first: So schützen sich die Vip-Ladys vor der Sonne
HEALTHY LIFE Das Knie. Ursachen, Übungen und Wege aus dem Schmerz

EVT
22.08.2018

AZ-/DU-Schluss
07.08.2018

35

MODE Hut ab! Diese Kopfbedeckungen brauchen wir jetzt
BEAUTY Kiss, Kiss! Die besten Tipps für einen vollen Kussmund
HEALTHY LIFE Schwitzen. So viel ist gesund und das hilft dagegen
Tee statt Medikamente. Mit diesen Kräutern aktivieren Sie Ihre Selbstheilungskräfte

EVT
11.07.2018

AZ-/DU-Schluss
26.06.2018

29

MODE Ruck, zuck schlank! Mit diesen Kleidern klappt's!
BEAUTY Strand-Frisur: Tipps und Tricks für den perfekten Beach-Look
HEALTHY LIFE Yoga – so wirkt sich der Sport auf Geist und Körper aus
Hypnose, Meditation & Co. gegen Angst vorm Zahnarzt

EVT
29.08.2018

AZ-/DU-Schluss
14.08.2018

36

MODE Neue Bagware: die coolsten Trend-Taschen
BEAUTY Sexy Eyes! Mit diesen Eyeshadow-Looks setzen die Stars ihre Augen in Szene
HEALTHY LIFE Jeden Monat wieder. So lindern Sie PMS, Regelschmerzen & Co.
Richtig sitzen. So stärken Sie Ihren Rücken und beugen Schmerzen vor

EVT
18.07.2018

AZ-/DU-Schluss
03.07.2018

30

MODE Alle Promis lieben diese Jeans!
BEAUTY Von Gelb bis Orange: Die Promis stehen auf sexy Sunshine-Nails
HEALTHY LIFE Der Fuß. Platt-, Senk- und Spreizfuß: was Sie dagegen tun können und wann eine medizinische Pediküre wichtig ist

EVT
05.09.2018

AZ-/DU-Schluss
21.08.2018

37

MODE O'zapft is! Oktoberfest-Special
BEAUTY Hollywood-Hair: Auf diese Frisuren schwören die Promis
HEALTHY LIFE So wichtig ist gesunder Schlaf

EVT
25.06.2018

AZ-/DU-Schluss
10.07.2018

31

MODE Strick ist schick! Leichte Jacken für kühle Abende
BEAUTY Get the Glow! Bronzer für jeden Typ
HEALTHY LIFE Erste-Hilfe bei: Schlaganfall, Schnittwunden, Herzinfarkt & Co. So reagieren Sie richtig.
Machen Haustiere uns krank?

EVT
12.09.2018

AZ-/DU-Schluss
28.08.2018

38

MODE New Season: die Must-haves für den Herbst
BEAUTY Immer der Nase nach! Die Düfte für den Herbst!
HEALTHY LIFE Gesund abnehmen – so verlieren Sie Gewicht ohne Ihre Gesundheit zu riskieren
Hoher Blutdruck. Das hilft wirklich

EVT
01.08.2018

AZ-/DU-Schluss
17.07.2018

32

MODE Tierisch gut: Animal-Muster sind jetzt angesagt!
BEAUTY Durstlöscher! Auf diese Feuchtigkeitscremes schwören die Hollywood-Ladys
HEALTHY LIFE Bauchweh. Woher kommt der Schmerz und was können Sie gegen ihn tun?

EVT
19.09.2018

AZ-/DU-Schluss
04.09.2018

39

MODE Kurvig und sexy: die Styling-Tricks von Amy Schumer und Co.!
BEAUTY Die schönsten Nagel-Trends für den Herbst!
HEALTHY LIFE Kopfschmerzen – so geht es Ihnen in zehn Minuten wieder besser
Wie war das noch mal mit der stabilen Seitenlage? So reagieren Sie im Ernstfall richtig!

EVT
08.08.2018

AZ-/DU-Schluss
24.07.2018

33

MODE Die Lieblingsaccessoires der Stars
BEAUTY Over the Rainbow! Auf den Augen wird es jetzt bunt
HEALTHY LIFE Kreislauf. Was tun, wenn der Blutdruck schlapp macht?
Mundgeruch. Ursachen und wirkungsvolle Mittel dagegen

EVT
26.09.2018

AZ-/DU-Schluss
11.09.2018

40

MODE Die schönsten Übergangsjacken
BEAUTY Farbwechsel: die neuen Haar-Kolorationen
HEALTHY LIFE Was sind eigentlich Allergien, wie entstehen sie und wie werde ich sie wieder los?
So wirkt sich Stress auf unsere Gesundheit aus



EVT
02.10.2018

AZ-/DU-Schluss
18.09.2018

41

MODE Die Trend-Farben der Saison
BEAUTY Weniger ist mehr! Der angesagte Nude Look
HEALTHY LIFE Erschöpfung. So erkennen Sie ein Ausbrennen vorzeitig und verhindern es

EVT
21.11.2018

AZ-/DU-Schluss
06.11.2018

48

MODE Schuh-Trends für kalte Temperaturen!
BEAUTY Dark Side! Mystisches Augen-Make-up für heiße Nächte
HEALTHY LIFE So stärken Sie Ihr Immunsystem: Hausmittel, Sport, Ernährung & Co.

EVT
10.10.2018

AZ-/DU-Schluss
25.09.2018

42

MODE Die neuen Jeans-Looks
BEAUTY Volle Packung! Die beste Pflege für den Herbst!
HEALTHY LIFE Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten. Das steckt hinter Histaminintoleranz, Glutenunverträglichkeit & Co
Herpes - was tun gegen die lästigen Bläschen?

EVT
28.11.2018

AZ-/DU-Schluss
13.11.2018

49

MODE Party-Kleider für jede Figur
BEAUTY Party-Nails: Diese Nagellacke machen das Outfit komplett
HEALTHY LIFE Haarausfall. Die häufigsten Ursachen und was Sie dagegen tun können ...
Naturheilmittel Honig. So gesund ist das süße Gold

EVT
17.10.2018

AZ-/DU-Schluss
02.10.2018

43

MODE Komm kuscheln! Schöne Strick-Fashion
BEAUTY Alles nur Fake: ab in die Wimpernverlängerung!
HEALTHY LIFE Der 60-Sekunden-Gesundheitstest
Haare, Hände, Bettwäsche, Handtücher & Co. - so oft sollten Sie diese Dinge waschen

EVT
05.12.2018

AZ-/DU-Schluss
20.11.2018

50

MODE Dancing-Queen! High Heels zum Abtanzen
BEAUTY Klimper-Wimpern! Die besten Mascaras für einen verführerischen Augenaufschlag
HEALTHY LIFE Das große Vitamin-ABC. Wofür braucht unser Körper welches Vitamin und wann lohnen sich Vitaminpräparate?
Hausmittel gegen Kater

EVT
24.10.2018

AZ-/DU-Schluss
09.10.2018

44

MODE Sweatervorhersage! Die angesagten Pullis
BEAUTY What a Peeling! Die besten DIY-Scrubs der Stars
HEALTHY LIFE Rillen, Flecken & Co.: Das sagen Ihre Fingernägel über Ihre Gesundheit
Zu enge Hosen, Strings & Co. - so gefährlich ist Ihre Kleidung!

EVT
12.12.2018

AZ-/DU-Schluss
27.11.2018

51

MODE Kleine Party-Clutches sind die Lieblingsbegleiter der Stars
BEAUTY Leicht nachgemacht! Party-Make-ups für jeden Typ
HEALTHY LIFE Erkältung selbst heilen - die besten Hausmittel
Fünf Übungen gegen Kopfschmerzen

EVT
31.10.2018

AZ-/DU-Schluss
16.10.2018

45

MODE Schön warm! Mäntel für jeden Typ!
BEAUTY Maskenball: Auf diese Extraportion Pflege schwören die Stars
HEALTHY LIFE Schlaflosigkeit - Mittel um endlich wieder durchzuschlafen

EVT
18.12.2018

AZ-/DU-Schluss
03.12.2018

52

MODE Glitzer-Looks für Silvester
BEAUTY Schnell und sexy! Die schönsten Party-Frisuren
HEALTHY LIFE Rückenschmerzen. So stärken Sie Ihre Kehrseite und beugen Rückenschmerzen vor

EVT
07.11.2018

AZ-/DU-Schluss
23.10.2018

46

MODE Glam up your life! Toller Trend-Schmuck
BEAUTY Mehr Volumen: Die Haar-Tricks der Hollywood-Stars
HEALTHY LIFE Psyche/ Winterblues: So schaffen Sie sich schnell schöne Momente für gute Laune
So beugen Sie erfolgreich Erkältungen vor:
Hände waschen, Telefon desinfizieren & Co.

EVT
24.12.2018

AZ-/DU-Schluss
07.12.2018

01

MODE Schummel dich schlank! Die besten Tricks
BEAUTY Glamour-Upgrade! Mit diesen Produkten ist man ruck, zuck partyfein
HEALTHY LIFE Pickel, Rötungen & Co. Das sagt die Haut über unsere Gesundheit
Der kleine Schnupfenknigge - so verhalten Sie sich bei Grippe & Erkältung richtig

EVT
14.11.2018

AZ-/DU-Schluss
30.10.2018

47

MODE Brauchen wir: die neuen Hosen!
BEAUTY Pink Power! Die Stars tragen jetzt nur pinken Lippenstift
HEALTHY LIFE Lidzucken, Gerstenkorn & Co. Was unser Auge über unsere Gesundheit aussagt
Vorsorge-Termine - am besten schon jetzt fürs nächste Jahr vereinbaren!

Bitte haben Sie Verständnis, dass sich die Themen aus redaktionellen Gründen kurzfristig ändern können.

FOTOS: iStock (2), Adobe Stock



Wir sind für Sie da!

MEDIENGRUPPE KLAMBT
Klambt-Verlag GmbH & Co. KG
Im Neudeck 1
67346 Speyer

GESCHÄFTSFÜHRER SALES

Kai Rose
Im Neudeck 1, 67346 Speyer
Telefon: 0 62 32 - 3 10 - 349
E-Mail: kai.rose@klambt.de

BRAND DIRECTOR MEDIA SALES

Carmen Kleinfeldt
Im Neudeck 1, 67346 Speyer
Telefon: 0 62 32 - 3 10 - 250
E-Mail: carmen.kleinfeldt@klambt.de

BRAND DIRECTOR MEDIA SALES

Jan Magatzki
Gänsemarkt 21-23, 20354 Hamburg
Telefon: 0 40 - 4 11 88 25 - 211
E-Mail: jan.magatzki@klambt.de

DISPOSITIONSLEITERIN

Annette Becker
Im Neudeck 1, 67346 Speyer
Telefon: 0 62 32 - 3 10 - 275
E-Mail: annette.becker@klambt.de

NIELSEN I

Andreas Hansmann/Jan Logemann
mediabüro NORD UG (haftungsbeschränkt)
Goldbekplatz 3
22303 Hamburg
Telefon: 0 40 - 60 91 88 - 02
Telefax: 0 40 - 60 32 13 5
E-Mail: info@mediabuero-nord.de
Internet: www.mediabuero-nord.de

NIELSEN II

Kolja Kraus
Klambt-Verlag GmbH & Co. KG
Im Neudeck 1
67346 Speyer
Telefon: 0 62 32 - 310-255
Telefax: 0 62 32 - 310-273
E-Mail: kolja.kraus@klambt.de
Internet: www.klambt.de

NIELSEN III A

Oliver Ehle/Vieri C. Timosci
Partners Concept Media
Wildunger Straße 10 D
60487 Frankfurt am Main
Telefon: 0 69 - 26 02 40 80
E-Mail: ehle@partners-concept-media.com
E-Mail: timosci@partners-concept-media.com

NIELSEN III B

Martin Schaible / Diana Stark
Bischofberger & Schaible
MedienPartner GmbH
Birkenwaldstraße 42 B
70191 Stuttgart
Telefon: 07 11 - 25 94 34 - 3
Mobil: 01 70 - 90 88 24 2
E-Mail: bawue@medienpartner.net

NIELSEN IV

Martin Schaible
Schaible MedienPartner GmbH
Kommunikationsloft
Pasinger Straße 2
82152 Planegg
Telefon: 0 89 - 17 30 07 - 0
Mobil: 01 71 - 7 85 59 92
E-Mail: bayern@medienpartner.net
Internet: www.medienpartner.net

NIELSEN V, VI, VII

Katja Herbst
media am südstern
Körtestraße 3
10967 Berlin
Telefon: 0 30 - 61 28 66 00
Mobil: 01 72 - 3 22 65 22
E-Mail: kh@media-am-suedstern.de

MEDIENGRUPPE
KLAMBT